



**비즈니스 마음 챙김 네트워크**  
**Network for Business Mindfulness**



# 비즈니스 마음챙김 네트워크 (Network for Business Mindfulness)



NBM

## 비즈니스 마음챙김 네트워크란 무엇인가?

비즈니스 마음챙김 네트워크는 마음챙김 기반의 비즈니스를 증진시키기 위해 설립된 국제 연구 및 전문가 공동체입니다. 본 네트워크는 학자, 리더, 정책 결정자, 명상 수행자 간의 협력을 촉진하여 지식 교류를 활성화하고 행동 계획을 개발하는 것을 목표로 합니다.

■ 깨어 있는 비즈니스

■ 자기성찰

■ 긍정적 영향력

**for a mindfully sustainable world**



# 비즈니스 마음챙김 네트워크 (Network for Business Mindfulness)



NBM

마음챙김이란 무엇인가?

마음챙김이란 욕망, 감정, 정서, 생각과 같은 내면의 경험을 집착이나 판단 없이 온전히 자각하는 마음의 상태를 의미합니다.

**for a mindfully sustainable world**



# 비즈니스 마음챙김 네트워크 (Network for Business Mindfulness)



NBM

비즈니스 마음챙김이란 무엇인가?

비즈니스 마음챙김은 조직 구성원들이 자신이 속한 조직과 일의 영향, 목적, 의미를 제대로 관조하고 판단할 수 있도록 장려하는 경영 철학입니다. 이는 내적 자각을 증진시키고, 외부 환경에 집중된 주의를 온전히 내부 마음으로 돌림으로써 비로소 시작될 수 있습니다.

**for a mindfully sustainable world**



# 비즈니스 마음챙김 네트워크 (Network for Business Mindfulness)



NBM

## 왜 비즈니스 마음챙김 네트워크가 필요한가?

비즈니스는 종종 끊임없는 경쟁과 성장의 논리로 작동하며, 그 과정에서 우리는 의미와 가치에 관한 근본적인 질문을 간과하곤 합니다.

사람들은 직장에서 더 많은 불안과 스트레스에 노출되며, 일에 대한 동기와 의미를 상실해 가고 있습니다.

많은 연구자들, 비즈니스 리더, 명상 수행자들은 이러한 문제를 인식하고 있지만, 공동 행동을 추진할 기회를 충분히 갖지 못하고 있습니다.

비즈니스 마음챙김 네트워크는 모두를 연결하고, 아이디어 교류를 촉진하며, 실행 전략을 개발함으로써 이러한 단절을 해소하고자 합니다.



# 비즈니스 마음챙김 네트워크 (Network for Business Mindfulness)



NBM

## 비즈니스 마음챙김 네트워크의 발전 계획





# 비즈니스 마음챙김 네트워크 (Network for Business Mindfulness)



NBM

## 비즈니스 마음챙김 네트워크의 임팩트



비즈니스 마음챙김  
이니셔티브 개발

1. 네트워크

2. 교류

3. 연구

4. 경험

연결하기

지식 생산하기

경험하기

마음챙김을  
기업의 핵심  
경영철학으로

# 1. 네트워크

비즈니스 마음챙김 네트워크(NBM)는 뜻을 같이하는 전세계의 연구자, 기업 리더, 정책 결정자, 명상 수행자들을 연결하는 온라인 및 오프라인 플랫폼을 제공합니다.

마음챙김 경영, 마음챙김 리더십, 마음챙김 자본주의  
지속가능 발전, 기업의 사회적 책임, ESG  
자기 성찰, 명상, 숙고  
일의 의미, 가치, 목적, 동기  
불교철학, 영성, 패러독스

## 2. 교류

NBM은 마음챙김을 주제로 한 학술대회와 워크숍을 조직하고, 경영학 분야의 주요 학술대회에서 관련 학술 모임을 개최합니다.

태국 (방콕, 치앙마이)  
부탄 (팀푸, 파로, 게두)  
한국 (서울, 부산)  
일본 (도쿄, 교토)  
싱가폴



# 3. 연구



NBM

NBM은 다양한 맥락에서 마음챙김을 연구하고, 그 연구 성과를 학술 저널과 사례 연구를 통해 확산시킵니다. 또한 연구자들을 위한 연구 자료 아카이브를 제공합니다.

학술 연구 출판

비학술 사례 연구 출판

연구 자료 아카이브



NBM

## 4. 경험 & 학습

NBM은 학생, 연구자, 비즈니스 리더 등 다양한 배경의 사람들이 마음챙김을 배우고, 탐구하며 직접 경험할 수 있도록 초대합니다.

현장에서의 경험과 학습

다양한 곳에서의 명상 수행 (태국, 부탄, 한국, 일본)

리더를 위한 비학위 프로그램



# 비즈니스 마음 챙김 네트워크 (Network for Business Mindfulness)



NBM

## 설립자 소개

송희찬은 고려대학교 경영대학 부교수 그리고 태국 출라롱콘대학 Sasin 경영대학원의 펠로우입니다. 그는 2015년부터 2025년까지 아시아 전역의 불교 사찰에서 현장 연구를 수행하였습니다. 2019년에는 태국에서 일시적으로 출가하여 불교 승려로서 수행 생활하였습니다 ([www.songhc.com](http://www.songhc.com) 참조). 장기간의 현장 연구는 마음 챙김에 대한 그의 학문적 관심을 촉발하였으며, 본 이니셔티브를 구상하고 발전시키는 계기가 되었습니다 (최근 인터뷰 <https://poetsandquants.com/2025/09/06/what-a-decade-in-buddhist-temples-taught-this-prof-about-business/?pq-category=thought-leadership> 참조).

## 설립자 메시지

비즈니스도 마음 챙김이 필요합니다. 우리는 왜 이 비즈니스를 하는지, 어떤 가치와 목적을 가지고 있는지, 궁극적으로 어떤 존재가 되고자 하는지와 같은 근본적인 질문을 해야만 합니다. 이러한 질문에 답하기 위해서는 깊은 자기 성찰이 필요합니다. 마음 챙김은 이러한 성찰을 이끌어 낼 수 있도록 도와줍니다.

현장에서 만난 수많은 승려들, 학자들, 기업 리더들이 마음 챙김의 중요성에 공감을 표했습니다. 그러나 연결되지 못했습니다. 이제는 모두가 연결되고, 생각을 나누고, 영감을 줄 때입니다. NBM은 그러한 역할을 수행할 것입니다.

평안과 건강을 기원하며,  
송희찬





**Network for Business Mindfulness**

***NBM***

**for a mindfully sustainable world**