

II TALLER DE ACOMPAÑAMIENTO ESPIRITUAL EN EL SUFRIMIENTO, LA ENFERMEDAD Y EL PROCESO DE MORIR.

Dirigido a: Personas con experiencia en acompañamiento.

Objetivos:

- Aprovechando la experiencia del primer taller de acompañamiento realizado en enero 2020, profundizaremos en aspectos específicos del acompañamiento.
- Recordaremos algunos aspectos claves del acompañamiento, y a partir de nuestra experiencia personal durante este año, revisaremos:
- La vida interior del acompañante como fundamento del acompañamiento
- La dinámica del sufrimiento como rechazo de la realidad que se vive.
- El itinerario de las crisis existenciales, la enfermedad y el proceso de morir.
- Las "herramientas" de acompañamiento: Hospitalidad, Presencia y Compasión
- Profundizaremos en la relación entre meditación, cultivo de la presencia y su relación con la ecuanimidad y la compasión.
- Exploraremos nuestros recursos como acompañantes y nuestras áreas de mejora
- Trataremos de identificar nuestra capacidad autocuidado y autocompasión y de reforzar nuestro compromiso con el cultivo de nuestra interioridad como fuente de acompañamiento sabio y compasivo.

Metodología:

El taller parte de los contenidos desarrollados en el primer taller de enero 2020 y propondrá una profundización partiendo de la experiencia vivida desde entonces, y tratará de reforzar los conocimientos, habilidades y recursos de acompañamiento integrando la práctica de meditación como parte del cultivo de esta capacidad.

Será un taller con dinámicas que promuevan la experiencia, con metodología mayéutica, participativo, construyendo a partir de la experiencia personal de los participantes, basado en el trabajo personal, trabajo en grupos, dinámicas conmovedoras e integración de las experiencias.

Facilitadores: Dr. Enric Benito, (https://www.researchgate.net/profile/Enric_Benito)

con apoyo de dos facilitadores, Carina y Manu

CONTENIDOS

1- **El acompañante.** Experiencia de acompañamiento y de pérdidas. Evaluación de recursos y necesidades personales para el acompañamiento.

2- **El sufrimiento, las crisis, las pérdidas, la enfermedad y el proceso de morir como puertas al despertar espiritual.** Perspectiva y experiencia personal. La oportunidad de sanación.

3- **El acompañamiento y la meditación.** Actitudes de acompañamiento: hospitalidad, presencia y compasión y como podemos cultivarlas en nosotros

4.-**La presencia:** Fundamentos biológicos y científicos de su papel en el encuentro y acompañamiento y su cultivo

5.- **El acompañamiento en el entorno de la pandemia.** El miedo, la incertidumbre, el aislamiento, la distancia, la enfermedad y el proceso de morir y su afrontamiento desde una perspectiva sabia y compasiva.

Fechas: DEL 8 AL 10 de enero 2021

Lugar: Casa d'Espiritualitat Sant Felip Neri C/ Nena Casas nº37 Barcelona 08017

AGENDA

Viernes entre las 18 y las 19: Llegada, acogida, acreditación.

19,00 -20,30 **Presentación:** Presentaciones de los docentes, participantes y del taller y revisión de las expectativas de los participantes.

20,30. **Cena**

21,30- 22,30 Compartir experiencias de acompañamiento.

22,30-23,00 Meditación

Sábado:

8 de la mañana: Meditación

8,30. **Desayuno**

9-11,30 **Primera sesión:**

El acompañante. Evaluación de recursos y necesidades personales para el acompañamiento. **El sufrimiento, las crisis, las pérdidas, la enfermedad y el proceso de morir como puertas al despertar espiritual.**

11,30-12 Descanso

12-13,20: **El acompañamiento y la meditación.** Actitudes de acompañamiento: hospitalidad, presencia y compasión.

13,30. **Almuerzo**

15,30- 17 **Segunda sesión:**

LA PRESENCIA, Y COMPASION fundamentos y su cultivo. El acompañamiento como un viaje con un itinerario incierto aunque seguro

17,-17,30 **Merienda.** Descanso

17,30- 20,00: Cuidándote para poder acompañar: Autocuidado basado en la autoconciencia. Compromiso con el autocuidado

20,30. **Cena**

21,30- 22,30 **CIERRE.** Evaluación de la experiencia

22,30- 23,00 Meditación

Domingo

ZAZENKAI