

# **ESPIRITUALIDAD Y PSICOTERAPIA**

**Neurofisiología, Salud Mental, Relaciones Interpersonales**

Dirigido a: Terapeutas entrenados o en el segundo año de su entrenamiento.

**FACILITADORA : MARISOL ACHIRICA UVALLE.**

**Duración: 4 viernes de 9.00 a 14.00 hrs con media hora de receso.**

**Total de horas: 20 horas.**

**Fechas: INICIO: Viernes 20 de JULIO  
FIN: VIERNES 10 DE AGOSTO**

**COSTO TOTAL DEL CURSO: 3000 PESOS.**

## **FACILIDADES DE PAGO:**

- 1. 10% DE DESCUENTO PAGANDO EL TOTAL (2700 PESOS) ANTES DEL 13 DE JULIO.**
- 2. 15% DE DESCUENTO PARA QUIEN TRAIGA DOS PARTICIPANTES QUE PAGUEN COMPLETO.**
- 3. 25% DE DESCUENTO PARA QUIEN TRAIGA CUATRO PARTICIPANTES QUE PAGUEN COMPLETO.**

4. PAGAR LA MITAD (1500 PESOS) HASTA EL 20 DE JULIO Y LA SEGUNDA MITAD (1500) EL 3 DE AGOSTO.
5. DESCUENTO ESPECIAL A ESTUDIANTES DE 2DO GRADO MAESTRIA DEL IFAC. (Consultar con la facilitadora).

## PRESENTACIÓN DEL CURSO

Como terapeuta familiar he tenido el privilegio y reto de acompañar a adultos, adolescentes y niños en la búsqueda de felicidad, en las pérdidas, y en serios cuestionamientos acerca del sentido de la vida, del amor, de la transcendencia. Mi propia existencia ha buscado en conventos de religiosas católicas, en grupos de meditación zen, en libros de neurofisiología y *mindfulness*, en un Curso de Milagros y las enseñanzas de Eckhart Tolle al tiempo que aterrizo en el aquí y el ahora de las relaciones de pareja tanto en mi vida como en la consulta y en la crianza de pequeños. La paz y la alegría se asoma en nuestras vidas aún en los más grandes retos si salimos de nosotros mismo y nos dedicamos a "ése algo" más grande de nosotros con los pies bien plantados en la Tierra que nos tocó vivir.

Las personas que asisten a nuestra consulta tienen sus propios valores y creencias las cuales más o menos conscientemente, influyen poderosamente en sus decisiones y su estado de ánimo, en su manera de interpretar su realidad. Muchas veces el terapeuta no cuenta con los medios para explorar esta dimensión y en otras ocasiones el pedido de la familia o de la pareja o persona tiene que ver directamente con una crisis de fé que sólo el terapeuta que ha transitado esos derroteros, sabe iluminar fundiendo sus conocimientos de psicoterapia con aquellos de la búsqueda espiritual.

La ciencia, el Dalai Lama, el Papa Francisco, Eckhart Tolle, Richard Hanson, Siegel, cada vez son más los eruditos que borran la frontera entre espiritualidad y salud mental.

## CONTENIDOS

Se revisarán, reflexionarán y compartirán las enseñanzas del Dalai Lama (*"The book of joy"* de Douglas Carlton narrando su encuentro con Desmond Tutu y *"Una fuerza para el bien"* de Daniel Goleman) de Eckhart Tolle (*"El poder del Ahora"*, *"Una nueva Tierra"*, *"Stillness Speaks"*), de *"Un Curso de Milagros"*, de Shefali Tsabary (*"El despertar de la familia"*), de Rick Hanson (*"Hardwiring Happiness: the new brain science of contentment, calm and confidence"* y *"Buddhas ´s brain"*), de Daniel Siegel (*"Mindfulness"*), Henry Brunel (*"Los más bellos cuentos zen"*), Susan Stiffelman (*"Parenting with Presence"*), Anthony de Mello (*"Autoliberación Interior"*, *"El canto del Pájaro"*, *"La oración de la rana"*, *"Un minuto para el Absurdo"*, *"Despierta"*, *"Redescubrir la vida"*, *"Una llamada al amor"* etc.. y *"Ligero de Equipaje"* de Carlos G Vallés) y por último Sogyal Rimpoché (*"El libro tibetano de la vida y de la muerte"*). Seguramente surgirán otros en el camino, Anthony Robbins y Cloé Madanes (*"Relationship Breakthrough"*).

## TEMARIO

### I Valores y metas comunes en diferentes experiencias de Espiritualidad:

¿Qué es espiritualidad? ¿Qué es, ha sido y quiero que sea la espiritualidad para mí y para mis pacientes? ¿Qué experiencias espirituales transformadoras han tenido mis pacientes? ¿Cuáles he presenciado en el consultorio? El mundo del siglo XXI y la espiritualidad en diferentes culturas y países.

### II Salud Mental y Metas Espirituales:

¿Qué es salud mental?

Las metas que me alejan de la salud mental que deseo y las que me acercan.

La espiritualidad que me acerca a mis metas, la que me aleja.

Las metas de mis pacientes, discernir sus motivaciones espirituales, la responsabilidad de elegir la propia espiritualidad.

La dimensión espiritual ubicada en las necesidades de todo ser humano según diversos autores.

### III La Nueva Neurociencia del Gozo, de la Calma y la Confianza.

Richard Hanson, Daniel Siegel y Daniel Goleman tienden los puentes entre la ciencia y la espiritualidad.

**IV Diversas aproximaciones espirituales para el trabajo en familia, duelos, relaciones y la felicidad en la vida diaria.**

**Eckhart Tolle, Dalai Lama, Desmond Tutu, Anthony de Mello, Thich Nhat Hanh, Sogyal Rimpoche y Un curso de Milagros.**