

Instytut Marpy we współpracy z Polskim Towarzystwem Mindfulness

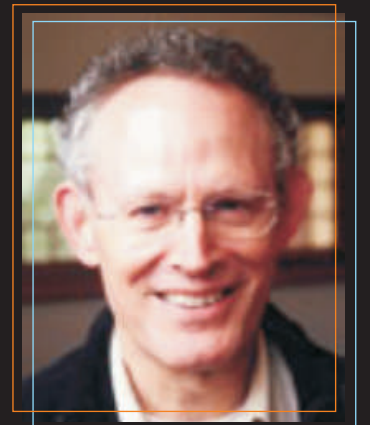
pragnie zaprosić w dniach 8-10 maja 2009 roku

na kurs wprowadzający do

Menla - Kontemplatywnego uzdrawiania

prowadzony przez

Dr Philipa Webera i Dr Christopha Klonka



MIEJSCE: Ośrodek Warszawskiej Grupy Szambali, Warszawa, al. Jerozolimskie 11/19 lok. 45

Podstawowe założenia Kontemplatywnego Uzdrawiania

Podstawową kwestią jest, jak być pomocnym i na czym oprzeć proces uzdrawiania. Praktyczne odpowiedzi muszą być bardzo zindywidualizowane i uwzględniać specyfikę danej sytuacji. Najlepiej się tego nauczyć w procesie grupowym, co pozwala bezpośrednio percypować i komunikować się w prawdziwych życiowych sytuacjach. Praca ze strategiami, fundamentalnymi procesami uzdrawiania oznacza badanie wewnętrznej zdrowotności, całości, świadomości i wewnętrznej mocy, a szczególnie zdolności odczuwania strachu i smutku jako sojuszników. Bezpośrednia obserwacja tego, jak nasze ciało i umysł reaguje jest kluczem do przepracowania dysfunkcyjnych zwyczajów i nałogów. Szczególną uwagę przykładamy do naszego głębszego poziomu fizycznych i instynktownych wzorców.

To podejście jest zakorzenione w połączeniu z zastosowaniem autentycznej uważności buddyjskiej, psychologii somatycznej i pracy z wyzwaniami poznawczymi, zmysłowymi, emocjonalnymi i fizycznymi w profesjonalnym środowisku medycznym (klinicznym).

Obecne doświadczenie obejmuje 15 lat praktyki klinicznej z prywatnymi rodzinami oraz kursów prowadzonych na Uniwersytecie Naropa (Boulder, Colorado, USA). Przez ostatnie 5 lat oferowany był program treningowy w Niemczech i USA dla całego spektrum ludzi zajmujących się zawodowo uzdrawianiem, jak również opiekunów i ludzi chronicznie chorych. Angażując umysł i ciało w ćwiczenia grupowe pobudza się uważność postrzegania cielesnego i emocjonalnego po to by podnieść poziom dociekliwości umysłowej i empatii. To pociąga za sobą siedem tematów głównych, rozłożonych na weekendy w ciągu całego roku, oraz podyplomowe imprezy oraz kurs zaawansowany.

Zaobserwowano dobre rezultaty przy niepokojach i depresji, poprawą w kwestii wypalenia zawodowego i odzyskania precyzji i motywacji do pracy.

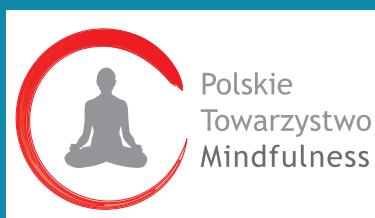
W ten weekend dokonamy przeglądu i eksperymentalnego posmakowania tego, jak wejść w proces osobistego zwiększania potencjału empatii pośród zamętu pracy.

Udział nie wymaga żadnych wstępnych umiejętności poza silną motywacją, aby wstąpić do naszej profesji uzdrawiania w bardziej zadowalający sposób i mieć więcej otwartości na problemy rodzinne w nowej perspektywie.

Organizator:



Współpraca:



Terminy:

08.05.2009 – Piątek, godz. 19.00

Wykład wprowadzający

09.05.2009 – Sobota, godz. 9.00 – 18.00

Wykłady i praktyka z przerwą na obiad

10.05.2009 – Niedziela, godz. 9.00 – 16.00

Wykłady i praktyka z przerwą na obiad

Cena udziału: 150 zł

studenci, emeryci i renciści - 100 zł

Ilość miejsc na kursie ograniczona jest do 25 osób

Wpłaty prosimy dokonywać na konto **Instytutu Marpy:**

61 1500 1722 1217 2008 4546 0000 z dopiskiem "Kontemplatywne uzdrawianie"

Zgłoszenia proszę kierować do koordynatora programu **Juli Wahl** • juliaewahl@gmail.com, • tel: 0608 07 99 09