

Programa Hakomi Experience Bilbao - Sept 2019

La metodología de trabajo será experiencial, vivencial de trabajo personal con breves exposiciones teóricas.

El trabajo se realizará en el grupo grande, grupos pequeños, parejas o de manera individual, como forma de descubrir e integrar la Espiritualidad de Método.

Abierto a profesionales de la Psicoterapia y/o Personas con interés en el Autodescubrimiento, el Cambio y el Crecimiento Personal.

El Método se aprende y aplica por igual entre Profesionales y/o clientela. (con traducción al Castellano)

| Fecha | Sesión | Tema | Contenido | Ponente |
|---------|-----------------------|------------------------------------|---|--|
| 20-9-19 | Tarde 14:00-15:00 | Recepción y Presentaciones | | Comité Organizador |
| | Tarde 15:00- 18:30 | Trabajando con la Condición Humana | Introducción al Hakomi y al Autodescubrimiento Asistido | Donna Martin (EEUU) Georgia Marvin (Canadá) Adama Hamilton (EEUU) Bob Milone (Canadá) Flint Sparks¿? (Hawai) |
| 21-9-19 | Mañana 9:30-13:00 | La Mente del Principiante | La Práctica para la Mente del/la Principiante | Danielle Laferriere (Canadá) Hersh Gottheil (Canadá) Sophie Cattier (Suiza) |
| | Tarde 15:00- 18:30 | Sentirse de nueva en Plenitud | Quando tenemos preferencias hacia algunas emociones, sentimientos o estados de la mente en nosotras mismas o en otras personas, estamos excluyendo lo “no deseado” y creando separación. Juntas queremos explorar nuestra relación con las emociones “dificiles”... como el enfado, la vergüenza, tristeza, soledad.. así como la expresión de la ternura o el amor y ver que se interpone a la hora de dar la bienvenida a todos estos estados en nuestro mundo y sentirnos de nuevo conectad@s. | Caroline Braham (Reino Unido) Gabriela Valdes Villarreal (Mexico) Bettina Deuster (Alemania) |

| | | | | |
|---------|-----------------------|---|---|--|
| 22-9-19 | Mañana 9:30-13:00 | El Método Refinado: La Condición Humana y el Sufrimiento Innecesario | | Bob Milone (Canadá) Adama Hamilton (EEUU) |
| | Tarde 15:00- 18:30 | Ser la Ola, Ser el Océano: Caminar desde el Sueño a un Self-Separado. | Explorando el terreno común entre Hakomi y las ideas Budistas del Yo y del No-Yo. En Hakomi estudiamos como creamos un “self” en respuesta a nuestro mundo, en budismo, como dice Dogen, estudiamos el Self para olvidar el Self. En este taller exploraremos como podemos aflojar nuestro sentido de un Yo separado y conectar con nuestra sabiduría esencial. | Trudy Johnston (Reino Unido) Silvia Kohen (USA / Argentina) |
| 23-9-19 | Mañana 9:30-13:00 | En los bordes del ser y del otro: Explorando los hábitos que nos separan. | A menudo nuestros hábitos de relación interpersonal limitan la posibilidad de una conexión auténtica. Queremos observar aquello que se interpone en el camino de poder tener relaciones más plenas. Este espacio es una invitación para explorar estos hábitos y la manera en que los encarnamos y para recuperar nuestra intimidad con nosotros mismos y con el otr@ | Tere Hubard (Mexico) Maru Serrano (USA) Diana Akawie (Argentina) |
| | Tarde 15:00- 18:30 | Embodied Mindfulness | El Método Hakomi como encarnación de la Atención Plena. Mindfulness en el cuerpo y la relación. | Donna Martin (Canadá) Georgia Marvin (Canadá) |