

ESCUELA ESPAÑOLA DE DESARROLLO TRANSPERSONAL

Programa del 2ª año de Formación de Terapeuta Transpersonal -Nivel Avanzado-

El nivel Avanzado está constituido para aquellos alumnos que han cursado el Primer Nivel y se sienten motivados a consolidar su vocación de servicio y el anhelo de mayor lucidez.

Este programa de formación está concebido para profundizar en el propio desarrollo de forma eminentemente práctica y vivencial.

Su contenido, no sólo prima el aprendizaje de técnicas de mayor dimensión y continuidad como lo pueda ser la Respiración Holoscópica, el proceso Big Mind, sino que asimismo, pone su acento en temas tales como la revisión de casos prácticos, las investigaciones de Consuelo Martín y Nisargadatta, la visión global del sufrimiento, la vía del silencio como escuela de vida consciente y la investigación teórico-práctica de diversos caminos que propician la madurez del terapeuta.

A- DESARROLLO Y DURACIÓN

Al igual que en el Primer Curso, el Nivel Avanzado tiene una duración de 9 meses, de Octubre a Junio, con encuentros de fin de semana una vez al mes (viernes a partir de las 20:30 a domingo hasta las 15.30).

Tras cada fin de semana y al igual que en el nivel precedente, el material de trabajo entregado en Kay Zen se complementará con las reflexiones semanales vía e mail, con el resto del grupo.

A partir de abril, cada alumno realizará un **Proyecto Vital**, sobre un tema que resuene con sus propias afinidades y líneas de acción terapéuticas futuras.

B- PROGRAMA FORMATIVO:

- 0- Herramientas prácticas del terapeuta.
- 1- Bases y fundamentos de la psicología occidental.
- 2- Relaciones Conscientes
- 3- Enfoque de la No-Dualidad: investigaciones con Consuelo Martín y Nisargadatta.
- 4- Investigación y propuestas sobre la muerte
- 5- Psicología del Despertar: John Welwood.
- 6- Trabajo con la sombra en Terapia.
- 7- Adicciones y tratamiento
- 8- Respiración Holoscópica
- 9- El cuerpo II.
- 10- Filosofía Perenne: Ken Wilber.
- 11- Subpersonalidades y Big Mind.
- 12- Proceso de Educación para el Despertar: un proceso en 40 días.
- 13- Aproximación integradora a las diferentes Religiones.
- 14- Psicopatologías.
- 15- Los sueños.
- 16- Dinámica de grupos
- 17- Revisión de Casos Clínicos.
- 18- Proyecto Vital.

0- Herramientas Prácticas del Terapeuta

TÉCNICAS	DESARROLLO
Respiración Holoscópica.	Técnica de hiperventilación y música evocativa en un marco de autodescubrimiento biográfico, perinatal y Transpersonal.
Presencia en la Emoción.	Un enfoque hacia la expresión del movimiento de la sensación sentida en el cuerpo que reposiciona situaciones y aporta soluciones insospechadas.
Mapa Crucial de la Personalidad	Análisis conceptual sobre los 4 puntos cardinales de la existencia con el fin de equilibrar la visión ante circunstancias y decisiones importantes.
Técnica Luz-Sombra en la pareja.	Un enfoque de investigación y respeto hacia los aspectos más sombríos de la relación de pareja.
Recreación de la Propia muerte.	Una práctica de la tradición budista por la que se experimenta el desapego de la identidad corporal y se rebela la identidad no nacida e infinita.
Un año de vida	Una metáfora sobre un final de la existencia anunciada en el transcurso de un año para averiguar los asuntos pendientes y aspectos relevantes de la vida larvados en el subconsciente.
Big Mind: Diálogo de voces interiores.	Una técnica de vanguardia creada por el maestro zen Genpo Rossi y avalada por Ken Wilber para alcanzar un nivel transpersonal de plenitud e integración de la personalidad de fecundos beneficios para el meditador.
Regresión a otras vidas:	Técnica autoexploración basada en la reencarnación como metáfora creativa.
Dieta Mental.	Ejercicio continuado de atención a la propia corriente mental con el fin de positivizar la estructura del pensamiento.
Dinámicas de grupos: juegos.	El juego como camino de comunicación y autodescubrimiento. Una serie de dinámicas encaminadas a hacer florar la espontaneidad del niño interior y disolver las defensas inherentes a las valoraciones de la propia imagen.

1- Bases y Fundamentos de la Psicología Occidental

A lo largo de esta investigación se desarrollan los diferentes enfoques y escuelas que han contribuido a consolidar el pensamiento psicológico contemporáneo.

El Terapeuta Transpersonal convendrá esté conectado con la 4ª ola de la psicología que como bien sabemos da lugar al ámbito transpersonal. Para ello, es necesario que conozca los cimientos de las corrientes psicológicas precedentes que han contribuido a menudo, de manera lúcida, a descubrir las raíces de la conducta humana y, en consecuencia, a tornarnos más conscientes y libres.

En este estudio se presentan algunos de los 40 autores seleccionados entre psicólogos, biólogos, médicos, psiquiatras,... y cuyas teorías han conformado la psicología contemporánea sobre la que se asienta la actual Transpersonal que nos ocupa, un corpus de investigación y conocimiento que como a menudo se ha señalado, integra la psicología occidental y la mística oriental.

2-Relaciones Conscientes

La intimidad con otra persona es un viaje a lo desconocido. Relacionarse con el *otro*, nos enfrenta a menudo, con el otro que está dentro de nosotros.

Cuando las relaciones de pareja van más allá de la simple supervivencia y reproducción, se convierten en un auténtico instrumento de evolución de la conciencia.

La propia naturaleza de las relaciones invita continuamente a desarrollar una mayor conciencia de las partes más oscuras e inconscientes de la persona, y a movilizar así una exhaustiva investigación de quienes somos en realidad.

Las relaciones pueden actuar en dos direcciones: hacia el adormecimiento o hacia el despertar.

Podemos usar las relaciones para aliviar nuestras inseguridades o considerar la intimidad cómo un medio de llegar a estar plenamente vivos.

- La relación íntima como camino de transformación
- El amor condicionado y el amor incondicional.

3- Enfoque de la No Dualidad: Investigaciones con Consuelo Martín y Nisargadatta.

El nivel Avanzado tiene la finalidad de hacer madurar las semillas de lucidez que han sido descubiertas a lo largo del Primer Nivel de Formación.

A tal fin, profundiza en la Filosofía Vedanta Advaita, una exquisita vía de sabiduría hacia lo Profundo a través de las lecturas de Nisargadatta y de las investigaciones de Consuelo Martín que estará presente en varios encuentros.

- “Yo soy Eso”.
- El arte de contemplar.
- La aventura de vivir con lucidez: vivir desde la Identidad Esencial.
- Amor y Libertad.

4- La muerte

*“Se muere mal cuando la muerte no es aceptada. Se muere mal cuando la muerte se deja al miedo y a la soledad,
en una sociedad en la que no se sabe morir”.*

El nivel Avanzado plantea un abordaje teórico y una reflexión sobre la muerte de una manera armoniosa e integradora, analizando las propias verdades intuitivas que resuenan en lo profundo de cada uno.

Para ello se aborda el tema de la muerte desde una actitud de sana interrogación y plena aceptación, una realidad que más tiene que ver con una forma de vida que con una conceptualización intelectual.

- Abordaje filosófico y legal sobre la muerte.
- Aproximación consciente a Tánatos.
- Recursos actuales: una muerte sin miedo ni dolor.
- Testamento Vital
- Aplicaciones terapéuticas:
 - “Aprender a morir” (José maría Doria).
 - Recreación de la propia muerte.

5- Psicología del Despertar

A través de un trabajo sistemático de la obra de Jonh Welwood, se proponen 2 niveles de trabajo: por una parte el correspondiente a la psicología del nivel persona y, por otra, la dimensión trascendente de la identidad esencial.

Se propone trazar un puente entre la psicología individual e interpersonal que se estudia en Occidente y el “camino del despertar” del que hablan las grandes tradiciones espirituales, especialmente las orientales.

El objetivo es alcanzar una visión más completa del mundo a través de la integración de lo absoluto y lo temporal para así lograr así una Psicología integradora del Despertar.

- Síntesis entre Psicología Occidental y espiritualidad contemplativa.
- La psicoterapia como práctica del amor.
- La meditación y el Inconsciente.
- Terapia de la Presencia en la emoción.
- La depresión como pérdida del corazón.

6- Trabajo con la sombra en Terapia.

La sombra es un término que define aquellas cualidades y tendencias personales no reconocidas o negadas por el individuo, debido a su incompatibilidad con los valores y el sistema de vida elegido.

Al tratarse de aspectos de la personalidad considerados amenazados o destructivos, son apartados del universo consciente y relegados a la oscuridad de la sombra.

La persona ve “malo” en los demás lo que no reconoce en si misma. “lo que no entendemos de nosotros, tampoco lo entendemos en la otra persona”. La persona se ve víctima del exterior, cuando en verdad es víctima de su propio interior

-La sombra personal y las proyecciones.

-Abrazar a la propia sombra: vivir cada día como nuevo.

-3,2,1: Trabajo de Ken Wilber con la sombra.

7- Adicciones

El adentrarse en lo que subyace detrás de cualquier tipo de adicción, puede inspirar profunda compasión, pues detrás de las adicciones está en la mayoría de los casos, el miedo y la inadaptación. Miedo al pasado, miedo al futuro, miedo a disfrutar de la alegría del presente, miedo a Ser. En realidad, el adicto es un buscador, pero un buscador desorientado en la ignorancia.

El adicto es un buscador de placer, pero su búsqueda está enfocada hacia el lugar equivocado.

-Causas sumergidas de la conducta adictiva.

-Enfoque terapéutico de la adicción.

-La falta de sentido: un camino hacia la trascendencia.

8- Respiración Holoscópica

Esta modalidad de práctica respiratoria es una de las más importantes técnicas de acceso a la realidad transpersonal.

El término holoscópica deriva del griego “holos” (totalidad) y “scopos” (mirar, enfocar), lo que significa “enfocarse, mirar hacia la Totalidad”.

En realidad la Respiración Holoscópica es una de las más poderosas y eficaces técnicas de psicoterapia que el Nivel Avanzado pone a disposición del Terapeuta Transpersonal. Adentrarse en ella realizando 3 sesiones equivale, muy a menudo, a un trabajo de años de Psicoterapia convencional.

Mediante la rigurosa y sabia dirección del terapeuta, esta técnica respiratoria de una a tres horas de duración, permite al sujeto que la practica adentrarse en las raíces más sanadoras del subconsciente y en la mayoría de los casos vivenciar la grandeza unitiva del supraconsciente.

La Respiración Holoscópica combina la propia técnica de respiración, música cuidadosamente seleccionada y expresión artística posterior. A las varias horas, todos los participantes tienen la ocasión de mantener una puesta en común de su propia experiencia, con la consiguiente y posterior comprensión que se desencadena acerca de uno mismo y las posibilidades de acompañamiento terapéutico.

9-El Cuerpo II: Alimentación, Ejercicio y Purificación Corporal.

El cuerpo es la dimensión-raíz y templo fundamental sobre el que opera el proceso de despertar a una vida plenamente consciente.

Conscientes de que las terapias psicológicas que tradicionalmente se imparten tan solo se limitan al entorno mental y emocional del paciente, y por otra parte, teniendo en cuenta que el Terapeuta Transpersonal realiza un acompañamiento integral a su paciente, La Escuela Española de Desarrollo Transpersonal aborda este espacio de investigación de diferentes tipos de alimentación, ayunos y ejercicio físico.

- Tipos de alimentación.
- Sistemas de ayuno y purificación corporal.
- El ejercicio físico como fuente de salud.
- Disciplinas integrales: Yoga, Taichi,....

10- Filosofía Perenne: Ken Wilber

La Filosofía Perenne es esa visión del mundo que comparten la mayor parte de los principales maestros espirituales, filósofos, pensadores e incluso científicos del mundo entero. Se la denomina “*perenne*” o “*universal*” porque aparece implícitamente en todas las culturas del planeta y en todas las épocas. Encontramos a la misma en India, México, China, Japón y Mesopotamia, al igual que en Egipto, el Tíbet, Alemania o Grecia. Y dondequiera que la hallamos, presenta siempre los mismos rasgos fundamentales: es un acuerdo universal en lo esencial.

- Los 7 principios fundamentales de la Filosofía Perennene.

11-Las subpersonalidades y Big Mind.

A medida de que cada uno de nosotros comienza el viaje de la conciencia, empezamos a darnos cuenta de nuestra vida personal y, al hacerlo, comprobamos que estamos compuestos de una gran variedad de partes o subpersonalidades.

Estas subpersonalidades pueden ser consideradas como una familia interior; cada miembro de la cual se comporta, actúa, siente y habla, como una persona verdadera. Cada parte se siente feliz en su correspondiente turno de tirar de los hilos de nuestra particular marioneta.

- Identificar las diferentes subpersonalidades.
- Proceso Big Mind.
- El observador.

12-Proceso en 40 días de Educación para el Despertar.

Educación para el Despertar es un proceso de 40 días que se realiza durante 10 días a lo largo de 4 meses consecutivos.

Se constituye como una herramienta poderosa y creativa que apunta a trascender la máscara ilusoria del sufrimiento, un sufrimiento producido básicamente por la percepción de la separación y dualidad en el nivel persona.

Este proceso se basa en 40 enfoques de Atención, 40 ejercicios vivenciales entre los que figura un propósito de mañana, una práctica creativa y un Telegrama al Universo realizado en el cierre de cada día.

Todo ello orientado a incrementar progresivamente un estado de Atención Plena en la vida cotidiana y a activar el Nivel Transpersonal propiamente dicho.

13- Aproximación integradora a las diferentes Religiones.

Nuestro siglo XXI está caracterizado por la enorme diversidad de tendencias y mundos que conviven, enriqueciendo al conjunto de la civilización emergente.

La visión incluyente y la integración de elementos diversos de la práctica espiritual del mundo actual debe ser característica ineludible de todo terapeuta transpersonal. Es por ello que La Escuela ofrece esta formación para despertar al asesor de lo profundo.

Por otra parte, la mencionada integración es un requisito clave para la transformación y el salto que las mentes humanas parecen requerir en la nueva expansión de conciencia a la que como planeta asistimos.

Durante el curso, se llevará a cabo una **mesa redonda** para investigar sobre:

”El espíritu en el Siglo XXI”, mediante una investigación a la que asistirán representantes de las 4 religiones siguientes:

- Un Swami del mundo del Hinduismo y el Yoga.
- Un monje budista.
- Un ex monje benedictino con 18 años de práctica monástica, y Doctor en Teología.
- Una antropóloga especialista en la tradición chamánica.

14- Psicopatologías

El término patología hace fundamentalmente referencia a la “exageración”, es por ello que las diferentes patologías señalan conductas exageradas que a lo largo de la observación médica han sido clasificadas y agrupadas en grupos que facilitan el diagnóstico y su correspondiente tratamiento.

- Principales trastornos psicológicos: depresión, psicosis, ansiedad.
- Integración de psicoterapia y farmacología
- Cuando remitir un paciente al psiquiatra

15- Los sueños.

Los sueños han sido parte de la humanidad desde que ésta existe, han sido una fuente de inspiración.

Los sueños son la conexión más directa que tenemos con nuestro inconsciente. En los sueños se nos habla mediante un lenguaje universal, de símbolos, imágenes y simplificaciones, nuestro yo más profundo. Si sabemos escucharlo -e interpretarlo- tendremos un íntimo contacto con nosotros mismos.

- Fisiología del sueño.
- Sueños lúcidos.
- El sueño y lo transpersonal.
- Terapia onírica

16- Dinámica de Grupos.

El trabajo con un grupo representa una de las actividades más motivadoras que un terapeuta transpersonal puede desarrollar.

En este sentido destaca que el *factor diversidad* que un grupo ofrece, no cesa de enriquecer y ampliar los puntos de vista de cada componente, al tiempo que desarrolla un alto nivel de tolerancia y respeto hacia “lo otro”.

Es por ello que el trabajo en grupo ayuda a combatir al llamado “pensamiento único”, es decir ese modelo mental por el que se piensa que tan solo un único existe camino para llegar al objetivo.

- Convocatoria del grupo.
- Estructura del Curso /taller.

17- Revisión de casos terapéuticos: Grupo de Apoyo.

Presentación de casos terapéuticos e investigación de diversos enfoques y soluciones a las diferentes casuísticas propuestas. Un espacio de apoyo y revisión de la propia práctica terapéutica de los alumnos.

Por su particular creatividad y eficacia, se trata éste de uno de los espacios más importantes y formativos que el Nivel Avanzado ofrece de forma regular.

18- Proyecto Vital

El Proyecto Vital expresa ese proyecto interior que late dentro de cada uno y que quiere ser materializado. En algunos casos se tratará de crear un taller, un curso, un ciclo de conferencias, escribir un libro, organizar meditaciones... se trata de una propuesta que mueva a la acción como resultado de 2 años de formación enfocados a facilitar espacios de Transformación.

C- PAGOS Y CONDICIONES

-Matrícula: 150 € (abonar antes del 1 de Junio)

-Total curso: 3420 € (380 euros por mes).

*Posibilidad de pago mensual sin intereses: 380 euros.

*Los precios son sin IVA (18%).

* Incluye: Curso, material, tutorías, alojamiento y manutención, dedicación exclusiva de 48 horas por parte del Equipo de la Escuela y una sesión de Terapia individual con un Terapeuta de la Escuela (siendo el total de 8 sesiones incluidas en el precio total del curso).

*El precio del curso se considera global, por tanto, una vez comenzado y, en el caso de que algún alumno causase baja por la razón que fuere, deberá abonar la totalidad del importe correspondiente al curso y tutoría, aún en el caso de que hubiera acordado con la Escuela un pago fraccionado de carácter mensual.

*Se admiten un máximo de 2 fines de semana de ausencia debidamente justificados.

* El pago por adelantado conllevará un 10% de bonificación del precio total.

La Escuela podrá modificar el programa del curso en función de su criterio sobre la evolución y necesidades didácticas que se deriven.

El Diploma se obtendrá después de acreditar la asistencia en, al menos, siete fines de semana presenciales, así como tras la entrega del trabajo de fin de curso en la normativa que la Escuela propone en su programa.

D- LUGAR DE ENCUENTRO

La formación de Terapeuta Transpersonal se realizará en la sede de la Escuela: "Kay Zen La Colina", un entorno de silencio y recogimiento en El Escorial, Madrid.

E- STAFF DE LA ESCUELA

Dirección del Curso: José María Doria

Subdirección: Elena Villalba

Coordinación didáctica: Raúl V. Giglio

Área I+D: Patricia M Maroñas

Coordinador: Gendo

Área Educativa: José Miguel Sánchez Cámara.

Supervisión terapéutica: Maite Artiaga.

Área de Meditación Transpersonal: Luis Salas

Comunicación y Contabilidad: Irene Molina.

Coordinación Online: Lucia Sarasa

Un fuerte abrazo

El equipo de la Escuela

Información:

Escuela Española de Terapia Transpersonal.
C/San Ignacio 3, 28280, El Escorial (Madrid)
escuela@escuelatranspersonal.com

www.escuelatranspersonal.com

Móvil: 650 35 40 29