



Seminario

Meditación: acompañando el nacimiento, la vida y la muerte

La práctica de la meditación como preparación y sostén de los momentos significativos de la vida.

Programa:

- | | |
|---------------|--|
| 09.00 – 09.30 | Registro |
| 09.30 – 09.45 | Palabras de bienvenida, Susana Toloza |
| 10:00 – 11.30 | 1ra. Mesa: Meditación, embarazo, nacimiento y vínculos tempranos <ul style="list-style-type: none">- <i>“¿Los sentimientos intensos que acompañan el embarazo, el parto y el post-parto se deben sedar o escuchar?”</i>, Beatrice Benfenati (vía Skype)- <i>“Del Sufrimiento al Nacimiento”</i>, Armando Cortinez- <i>“Mindfulness en la maternidad”</i>, Carolina Corthorn |
| 11.30 – 12.00 | Coffe break |
| 12:00 – 13.00 | Práctica de meditación y diálogo <ul style="list-style-type: none">- Instructora de meditación Francesca Nilo |
| 13.0 – 14.30 | Pausa almuerzo |
| 14.30 – 16.00 | 2da. Mesa: Meditación, escolaridad, infancia y adolescencia <ul style="list-style-type: none">- <i>“Encontrando la estabilidad interior: el cultivo de la meditación y del mindfulness desde la Infancia”</i>, Liza Detenber- <i>“Ambiente preparado para una Educación Mindfulness”</i>, Bernardita Jensen- <i>“Silencio y quietud en la adolescencia, un espacio de apertura: Hacia una pregunta por el sentido y el encuentro con el Sí-mismo”</i>, María Elena Pulido |

16.00 – 16.30	Coffe break
16.30 – 17.45	3ra. Mesa: Meditación, sentido, enfermedad y muerte - <i>"No tengo nada de qué agarrarme"</i>, Ricardo Pulido - <i>"Ya estamos muriendo"</i>, María Cristina Moya
17.45 – 18.00	Cierre

Expositores

Beatrice Benfenati, Maestra de Hatha Yoga, discípula de Gérard Blitz. Co-fundadora de la Asociación ASIA de Boloña junto a Franco Bertossa con el que practica meditación y Aikido. Fundadora de la Escuela de Yoga en Embarazo de ASIA. Actualmente dirige cursos de formación para instructores de yoga y obstetricia. Autora del libro *"Dall'epidurale alla meditazione. Una Via per ritrovare il sacro della nascita"* (De la epidural a la meditación: Un Camino para rencontrar la sacralidad del nacimiento).

Carolina Corthorn, Psicóloga Pontificia Universidad Católica de Chile. Ha realizado cursos de formación como Instructora de Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) en el Center for Mindfulness University of Massachussets Medical School (USA) y en la Unidad Mindfulness de la Universidad Alberto Hurtado. Se ha especializado en la adaptación del MBSR a la parentalidad. Actualmente cursa el Doctorado en Psicología Universidad Católica.

Armando Cortinez, Médico Cirujano U. De Chile, especialista en Obstetricia y Ginecología P. Universidad Católica de Chile, subespecialista en Medicina Reproductiva e Infertilidad Universidad de Chile. Diplomado en Meditación y Psicoterapia Universidad Alberto Hurtado.

Liza Detenber, Psicóloga Wheaton College Massachusetts (USA). Instructora e investigadora de meditación para niños, Wheaton College, Insight Meditation Society of Pioneer Valley y Universidad Alberto Hurtado.

Bernardita Jensen, Licenciada en Educación Pontificia Universidad Católica de Chile. Especialista en Educación Montessori (edad de 6 a 12 años) en el Centro de Estudios Montessori Chile. Post grado en Educación Montessori Adolescencia en

Houston Montessori Center (USA). Diplomada en Meditación y Psicoterapia Universidad Alberto Hurtado.

María Cristina Moya, Psicóloga Clínica Pontificia Universidad Católica de Chile, Instructora Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) Center For Mindfulness University of Massachusetts Medical School (USA). Recientemente realizó el curso de Entrenamiento Profesional Being With Dying en Upaya Institute (USA).

Francesca Nilo, Psicóloga Clínica acreditada UC, Magíster en Psicología Clínica UDD, Practicante de meditación Budista desde el 1999, Instructora de Meditación desde el año 2006, autorizado por Shambhala Internacional y profesora de Budismo Shambhala. Profesora de la Escuela de Psicología de Postgrado UDD, donde realiza el Diplomado "Mindfulness y Autocuidado: La mente como herramienta de trabajo y autocuidado". Docente del Diplomado de "Meditación y Psicoterapia" de la Universidad Alberto Hurtado.

María Elena Pulido, Psicóloga Magíster en psicología Clínica Universidad Andrés Bello. Instructora de Mindfulness para niños, adolescentes y adultos en la Unidad Mindfulness de la Universidad Alberto Hurtado. Guía de Meditación en ASIA-Santiago.

Ricardo Pulido, Psicólogo P. Universidad Católica de Chile. Doctor en Psicología General y Clínica Universidad de Boloña (Italia). Ha realizado cursos de formación como instructor de Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) en el Center For Mindfulness University of Massachusetts Medical School (USA). Es instructor de Hatha Yoga y Meditación por la Asociación ASIA de Boloña (Italia). Director de la Unidad Mindfulness y del Diplomado de Meditación y Psicoterapia de la Universidad Alberto Hurtado. Fundador y presidente de la Asociación ASIA Santiago.

Susana Toloza, Psicóloga Clínica P. Universidad Católica de Chile, acreditada. Magister en Psicología Clínica Analítica Junguiana U. Adolfo Ibáñez y Analista en formación (IAAP). Instructora asociada de la Unidad Mindfulness y docente de la Universidad Alberto Hurtado. Docente Universidad Alberto Hurtado.