INFORMACIÓN DEL RETIRO

Escuchar desde el corazón de la compasión

Con Phyllis K. Hicks y Beatriz Rodríguez Vega

25 al 30 de mayo de 2027

Santa María de Huerta, Soria, España



LUGAR

Casa de Espiritualidad Santa María de Huerta
Calle San Bernardo 1, 42260 Santa María de Huerta (Soria)
rscjsantamariahuerta.blogspot.com

FECHAS

Del 25 de mayo (llegada a partir de las 15:30 h) al 30 de mayo de 2027 (fin a las 13 h)

IDIOMA

En inglés, con traducción consecutiva al español

ACERCA DE ESTE RETIRO

El mundo y cada uno de nosotros necesita escuchar y ser escuchado.

Practicaremos juntos en silencio y con las seis pautas del Diálogo Consciente: hacer una pausa, relajar, abrir, sintonizar con lo que emerge, escuchar en profundidad y decir la verdad.

La pauta de **Escuchar en profundidad** nos invita a cultivar la mente abierta y receptiva, dispuesta a escuchar tanto las melodías como los gritos del mundo. Es el corazón de la amistad, la generosidad y la compasión. Es el propósito de «prestar oído».

El retiro entrelaza la meditación silenciosa, el movimiento suave y la contemplación relacional a través de la práctica del Diálogo Consciente en parejas y pequeños grupos, ofreciendo una forma directa y experiencial de investigar la interconexión, la separación, la pertenencia y la generosidad.

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

La meditación del Diálogo Consciente se basa en nuestra propia meditación en silencio; por ello se recomienda tener una práctica habitual de meditación y experiencia previa de retiros.

Este retiro es muy valioso para desarrollarse como profesor de programas basados en mindfulness y es un requisito en la formación como profesor/a de Mindfulness Interpersonal. No es un entrenamiento como profesor y no cumple con los requisitos de retiro en silencio para la certificación de profesores de MBSR.

SOBRE EL DIÁLOGO CONSCIENTE

El Diálogo Consciente es una práctica de meditación relacional desarrollada por Gregory Kramer que lleva la atención plena y la tranquilidad de la meditación en silencio a nuestra experiencia con los demás. Basada en los fundamentos de las enseñanzas budistas tradicionales, ofrece una forma de integrar la sabiduría y la compasión en nuestras vidas relacionales a través del habla y la escucha conscientes.

PROFESORAS



Phyllis K. Hicks

Enseña retiros de Diálogo Consciente a nivel internacional y es co-desarrolladora del Programa de Mindfulness Interpersonal (MIP). Sirve en el Consejo de Maestros de la Comunidad de Diálogo Consciente y guía a nuevos maestros. Es psicoterapeuta licenciada y, durante 35 años, ha integrado comprensiones de la psicología oriental y occidental.

Más sobre Phyllis: es.insightdialogue.org/teachers/306/phyllis-k-hicks



Beatriz Rodríguez Vega

Practicante de meditación, profesora de Diálogo Consciente y profesora y formadora de formadores de los programas de Mindfulness Interpersonal y MBSR. Conoció las enseñanzas del Diálogo Consciente en 2010, y la inspiración de esta práctica la llevó a explorar el mindfulness relacional y a formarse como profesora de Mindfulness Interpersonal con la guía de Phyllis Hicks y Florence Meleo. Forma parte y es profesora de la comunidad de Diálogo Consciente fundada por Gregory Kramer. Es psiquiatra y psicoterapeuta; en su práctica integra los conocimientos científicos occidentales con la sabiduría de la tradición budista. Dirige cursos y retiros en España y Latinoamérica. Su último libro es *Esto de ser humano* (DDB, 2019).

INFORMACIÓN PRÁCTICA

Escuchar desde el corazón de la compasión

HORARIO

Por favor, llegue entre las 15:30 y las 17:30 h para comenzar a las 18 h el primer día. El retiro termina antes del almuerzo (que es opcional), a las 13 h del último día.

LAS CONDICIONES DEL RETIRO IMPLICAN

- Mantener el silencio, salvo en las prácticas de diálogo en la sala.
- Cumplir el horario de cada día.
- Practicar la meditación.

QUÉ TRAER

Todo lo necesario para su práctica personal y ropa de abrigo. En el lugar del retiro solo habrá disponibles algunas esterillas y cojines.

BECAS

Si nuestras tarifas son demasiado altas para usted, le invitamos a solicitar el apoyo de EFSYP escribiendo a direccionprogramasefsyp@efsyp.com. Le responderemos una vez cerrado el periodo de inscripción.

PRECIOS

Organización Gestión, alquiler de salas, traducción y viajes de las profesoras	**380 €**
Alojamiento y pensión completa Por persona: habitación, comidas y un tentempié	**316 €**
Enseñanzas Aportación voluntaria al final del retiro (práctica de la generosidad)	**Dana**

Las profesoras no reciben ningún pago específico por el tiempo y la energía que dedican a preparar y guiar el retiro. Al finalizar habrá ocasión de practicar la dana con una contribución voluntaria, si desea apoyarlas para que puedan seguir ofreciendo este servicio.

INSCRIPCIÓN Y MODO DE PAGO

1. La inscripción se realiza en nuestra web, www.espaciosaludypsicoterapia.com, o directamente en el formulario de inscripción.
2. Envíe su formulario de inscripción y espere a que le confirmemos su plaza. Trataremos de contestarle en un plazo de 10 días naturales.
3. Cuando le confirmemos la plaza, realice en la semana siguiente una primera transferencia de **380 €** por los gastos de organización y gestión:

TITULAR	Espacio de Formación en Salud y Psicoterapia (EFSYP)
ENTIDAD	Triodos Bank
IBAN	ES74 1491 0001 2821 3761 6724
BIC/SWIFT	TRIOESMMXXX

4. Su plaza quedará confirmada al recibir el justificante de pago de los 380 €.
5. Una vez confirmada la plaza, pague el alojamiento y la pensión completa con una segunda transferencia de **316 €** por persona:

TITULAR	Casa de Espiritualidad de Santa María de Huerta
CONCEPTO	Retiro de Diálogo Consciente 25-30 mayo 2027
IBAN	ES69 2100 1650 6602 0038 6605

CANCELACIÓN Y REEMBOLSO

La organización se reserva el derecho de suprimir o modificar fechas y lugares en caso de no contar con un mínimo de participantes. En ese caso se avisará con antelación y se devolverá íntegramente el importe de la inscripción abonada.

Si tuviera que cancelar su inscripción, escríbanos cuanto antes a direccionprogramasefsyp@efsyp.com, para que podamos asignar su plaza a otra persona. No utilizar los servicios de alojamiento o manutención no exime del pago íntegro de la tarifa, y la llegada tardía o la salida anticipada no dan derecho a reembolso.

Como los gastos de organización se realizan con antelación, el reembolso de la inscripción en caso de cancelación será el siguiente:

Cancelaciones antes del 1 de marzo de 2027	**90 %**
Cancelaciones antes del 1 de abril de 2027	**50 %**
Cancelaciones a partir del 1 de abril de 2027	**sin reembolso**