

Los talleres se celebran tanto mejor que la comunicación es fluida entre los participantes. La atención y la escucha del otro sin juicio permiten hacer más profundo los intercambios en los cuales se trata de describir los hechos más bien que de interpretarlos. El coordinador del taller puede, si lo desea, integrarse en los grupos de intercambios (que agrupa entre 3 y 6 participantes) y participar en eso como todos los demás participantes con el fin de hacer sus propias investigaciones.

## TALLER

### **VIOLENCIA, NO-VIOLENCIA Y EL PSIQUISMO HUMANO (Parte 2)**

Estudio del funcionamiento de la conciencia y sus mecanismos de reversibilidad (registro de la respuesta, apercepción, evocación y conciencia de sí). Prácticas individuales de atención simple, división atencional y atención dirigida. Intercambio de grupo sobre la relación entre este trabajo de la conciencia y la violencia y no-violencia.

Presentación de los participantes y comunicación de los requisitos previos del taller y la forma de trabajo. (5')

**Presentación.** Contexto y explicaciones sobre el trabajo atencional. PowerPoint "Psiquismo 2". (30')

**Practica: los tres tipos de atención.** lección *Perfeccionamiento de la atención* (Autoliberación: atención simple, división atencional y atención dirigida). (50')

**Práctica** a partir de la propuesta de experiencia, páginas 72 a 75, del libro *Violencia, conciencia, no violencia*. (50')

**Juntos.** Cada participante, si lo desea, expresa sus conclusiones sobre el trabajo realizado durante el taller. (30')

Lectura recomendada:

- *Violencia, conciencia, no-violencia* (p.68 a 72)
- *Perfeccionamiento de la atención: Autoliberación* (p.71 a 73)

**Conclusiones.** (5')