

„Medytacja a uzależnienia – spotkanie z o. Joe Pereirą”

Konferencje/warsztat pracy z ciałem

9.30 – 10.00	rejestracja uczestników
10.00 – 10.15	powitanie - Andrzej Ziółkowski koordynator Światowej Wspólnoty Medytacji Chrześcijańskiej w Polsce
10.15 – 10.25	wskazówki praktyczne/krótkie wprowadzenie w praktykę medytacji chrześcijańskiej - o. Joe Pereira
10.25 – 10.40	medytacja
10.40 – 11.40	KONFERENCJA 1 - „Świadomość ciała w Medytacji Chrześcijańskiej pomocą w praktyce 11. kroku” - o. Joe Pereira
11.40 – 12.10	przerwa na kawę
12.10 – 12.40	KONFERENCJA 2 - „Rola ćwiczeń relaksacyjno-koncentrujących i medytacji w utrzymaniu abstynencji” - terapeutka Katarzyna Serafinowska-Gabryel
12.40 – 13.10	KONFERENCJA 3 - „Medytacja szansą na wewnętrzną wolność” - psycholog Urszula Wojciechowska-Budzikur
13.10 – 14.40	lunch
14.40 – 15.10	KONFERENCJA 4 - „Po pierwsze słuchaj” psycholog Bogdan Białek
15.10 – 16.00	pytania
16.00 – 17.00	warsztaty - o. Joe Pereira
17.00 – 17.25	medytacja



Ks. Joseph Pereira - ojciec Joe (ur. 1942), rzymskokatolicki ksiądz z archidiecezji bombajskiej w Indiach, ukończył studia psychologii, filozofii i teologii w Indiach oraz studia terapeutyczne w USA. Od 1968 praktykuje jogę wg B.K.S. Iyengara. Na prośbę Matki Teresy prowadził w Kalkucie rekolekcje dla siostr z jej zgromadzenia. W 1981r. zainspirowany przez Matkę Teresę założył Kripa Foundation (Fundacja Łaski), największą w Indiach Organizację Pozarządową, udzielającą pomocy osobom uzależnionym oraz zarażonym wirusem HIV i chorującym na AIDS. W opracowanym przez siebie systemie leczenia, opartym na Programie 12 kroków i 12 tradycji AA, kierując się zasadą, że „Łaska realizuje się w ciele” w szczególny sposób wykorzystuje hinduską mądrość uwzględniania roli ciała na drodze duchowego wzrostu, stosuje praktykę medytacji chrześcijańskiej oraz odpowiednie ćwiczenia ciała i oddechu. Jest dyrektorem Kripa Foundation i konsultantem Archidiecezji Bombaju d.s. resocjalizacji osób uzależnionych. W 2009 roku rząd Indii przyznał mu Padma Shri Award, najwyższe odznaczenie za zasługi dla narodu hinduskiego. W 2010 gościł w Polsce, prowadząc coroczne rekolekcje medytacyjne Meditatio, organizowane przez WCCM.



Katarzyna Serafinowska-Gabryel, specjalista Unii Europejskiej d/s Uzależnień, psycholog, psychoterapeuta. Doradca ds. Wymagających Natychmiastowych Interwencji, pracownik poradni rodzinnej „Syntonia” przy Dominikanach we Wrocławiu oraz wolontariusz klasztoru dominikańskiego, instruktor ćwiczeń relaksacyjno - koncentrujących z elementami Hatha Jogi.



Bogdan Białek, od 1997 roku założyciel i redaktor naczelny magazynu psychologicznego "Charaktery" oraz pisma "Style i Charaktery -Medytacja". Koordynator Szkoły Medytacji WCCM w Polsce i Europie Wschodniej, wiceprzewodniczący Polskiej Rady Chrześcijan i Żydów, stały współpracownik Tygodnika Powszechnego, psycholog. W latach 1984-89 pracownik Instytutu Psychologii Zdrowia PTP realizujący programy pomocy psychologicznej alkoholikom i ich rodzinom, nauczyciel instruktorów terapii alkoholików i psychoterapeutów, wcześniej pracownik Uniwersytetu Jagiellońskiego. W latach 1989-95 redaktor Gazety Wyborczej.



mjr Urszula Wojciechowska –Budzikur, zastępca dyrektora Aresztu Śledczego w Częstochowie, psycholog, psychoterapeuta, praktykuje medytację chrześcijańską w nurcie ojca Johna Maina OSB; WCCM w Polsce przydzielił jej funkcję koordynatora do wprowadzania medytacji chrześcijańskiej w polskich więzieniach.