



EL ARTE DE LA COMUNICACIÓN, LA PRACTICA DE EMPEZAR DE NUEVO

PRIMERA PARTE: LA ESCUCHA PROFUNDA

La comunicación es, quizás, uno de los aspectos mas importantes y esenciales de nuestra vida y la de los demás. Es difícil tener una vida feliz cuando no llegamos a tener la experiencia de una comunicación con los demás que genere armonía, respeto, amor y comprensión.

Todos conocemos los efectos de una comunicación difícil o ausente. Como seres humanos hemos avanzado muchísimo en la tecnológica y la ciencia, y hemos desarrollado medios de comunicación increíblemente avanzados; pero por desgracia seguimos teniendo los mismos graves problemas en el modo y la forma en que esa comunicación se realiza.

Vivimos en un mundo plagado de mal entendidos y conflictos (entre individuos, grupos de personas, religiones, países, etc.) y vemos lo realmente difícil que es encontrar una solución a este problema.

En las siguientes charlas vamos a explorar en profundidad como podemos comunicar con los demás, de forma que nosotros y aquellos con quienes nos comunicamos, podamos experimentar una comunicación mas verdadera y mas armoniosa.

Thich Nhat Hanh nos ha transmitido la practica del Empezar de Nuevo para nutrir positivamente la comunicación.

Empezaremos a explorar lo que es la escucha Profunda, para luego seguir con la Palabra Amorosa y Consciente y terminar con el proceso de la practica de Empezar de Nuevo asi como es practicada en Plum Village.

