

## TÍTOL ACADÈMIC

- Els alumnes que realitzin tots els crèdits obtindran el títol propi de la Universitat Ramon Llull en **AUTOCONEIXEMENT, TRANSFORMACIÓ EMOCIONAL i COSMOVISIÓ ESPIRITUAL**. Psicologia i Espiritualitat cristiana, de 60 ECTS.

## REQUISITS I RECONeixEMENT ACADÈMIC

- Per accedir-hi cal estar en possessió d'una titulació universitària Títol de Grau, Llicenciat o Diplomàt universitari.
- S'accepten alumnes sense titulació universitària que al finalitzar el programa podran obtenir un *Diploma d'extensió universitària*.
- Es farà una entrevista personal amb el Director del Curs. Cal presentar un *Currículum Vitae*.
- El curs compartirà algunes sessions amb els alumnes del curs *Descobreix la teva vida espiritual des del silenci d'un Monestir cristià*.

## SESSIONS INFORMATIVES PRESENCIALS

Dilluns 21 de març, 25 d'abril, 16 de maig, 20 de juny, 4 de juliol, 5, 12 i 19 de setembre de 2022, a les 18:30h.

Cal inscriure's prèviament a: [docencia@fvb.cat](mailto:docencia@fvb.cat)

## PREINSCRIPCIÓ I MATRÍCULA

Matrícula a partir del dia 1 de juny de 2021. Les places són limitades.

## INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS

FUNDACIÓ VIDAL i BARRAQUER.  
Departament de Docència.  
C / Sant Gervasi de Cassoles  
88-90. 08022 BARCELONA.  
Tel 93 434 00 01  
[docencia@fvb.cat](mailto:docencia@fvb.cat)

### Més informació:

MONESTIR SANT PERE DE LES PUEL·LES:  
Carrer Anglès, 55  
08017 Barcelona.  
Tel: 932 038 915  
[descobreixve@gmail.com](mailto:descobreixve@gmail.com)  
<http://www.benedictinessantperepuelles.cat/>  
<https://masterespiritualidadtranscultural.com/fvb.psicoesp@fvb.cat>

## SEGUEIX-NOS A LES XARXES SOCIALS



OBERTES LES INSCRIPCIONS

Curs 2021-2023.

Màster de la Universitat Ramon Llull en:

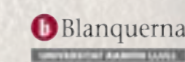
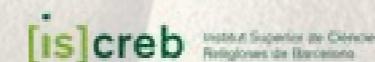
# AUTOCONEIXEMENT, TRANSFORMACIÓ EMOCIONAL i COSMOVISIÓ ESPIRITUAL (2<sup>a</sup> edició)

Aquest curs es pot cursar tant en la modalitat acadèmica de Màster com sense obtenir la titulació

ORGANITZA:



EN COL-LABORACIÓ AMB:



Facultat de Psicologia,  
Ciències de l'Educació  
i de l'Esport



## AUTOCONeixEMENT, TRANSFORMACIÓ EMOCIONAL I COSMOVISIÓ ESPIRITUAL

(2<sup>a</sup> edició)

### OBJECTIUS DEL CURS

#### AUTOCONeixEMENT

1. Prendre consciència d'un mateix, de la pròpia situació i evolució personal.
2. Identificar allò què més t'identifica com a ésser singular i conscienciar allò que vols transformar de tu mateix/a.
3. Construir el teu futur d'acord amb un coneixement més integral de tu mateix/a.
4. Accedir al teu món emocional, conscient i inconscient, i prendre'n consciència progressivament.
5. Comprendre les motivacions que orienten les actuacions de la teva vida.
6. Ampliar la consciència sobre la realitat externa, sobre les teves relacions i sobre tu mateix.

#### TRANSFORMACIÓ EMOCIONAL

1. Crear una dinàmica de transformació emocional interna, posant en marxa un procés evolutiu afectiu que integri totes les dimensions de la vida
2. Ajudar a unificar la vida aportant-li un eix vertebrador.
3. Entendre en primera persona el procés espiritual concomitant al procés particular d'evolució psíquica.
4. Ajudar a fer el pas d'un Jo egocèntric a un Jo al·locèntric.

5. Ajudar a construir un Jo altruista com a forma de desenvolupament d'un Jo espiritual.
6. Millorar la relació amb els altres i generar vincles de qualitat humana.
7. Descobrir i desenvolupar el *Poder-de-dir-No*, capacitat per dir no i guanyar la llibertat buscada.

#### COSMOVISIÓ ESPIRITUAL

1. Desvetllar una mirada de la realitat i d'un mateix autèntica, integrada i conscient, més enllà de l'ordre empíric, les creences i condicionants externs. Crear espais per accedir al misteri d'allò real.
2. Ajudar a comprendre i integrar la dimensió mística i de transcendència en la vida quotidiana
3. Construir una vida interior on sigui compatible un Jo estructurat amb una experiència de no apropiació de les coses, les persones i la realitat.
4. Desenvolupar una espiritualitat integradora de tots els elements de la vida.
5. Saber qui ets a partir de la relació amb l'Altre, el Fonament d'allò Real.
6. Crear el vincle entre la pròpia experiència i tota l'herència d'espiritualitat i mística cristiana.
7. Treballar les relacions en una *Espiritualitat-24 hores* a través dels diferents àmbits: treball, descans, àpats i alimentació, formació, relacions (família, parella i grup)

8. Adquirir una formació sobre els textos sagrats cristians i la seva experiència mística.
9. Viure l'experiència de *comunitat espiritual*.

### METODOLOGIA

1. Immersió de deu caps de setmana -un al mes, d'octubre a juny- en un Monestir cristià en un ambient de silenci.
2. Espais de formació Emocional, Psicològica, Espiritual i Corporal.
3. Espais i tècniques d'autoconeixement, individuals i en grup.

#### Espais d'Autoconeixement Individual

4. Descoberta de la pròpia consciència des de la pròpia experiència.
5. Diàlegs amb un interlocutor (coach) individual que personalitza el curs a les necessitats de cadascú.

#### Espais d'Autoconeixement Grupal

6. Activitats d'introducció a la meditació, el silenci, la contemplació, la litúrgia i diferents tipus d'oració.
7. Introduir i facilitar la consciència plena i l'obertura afectiva i espiritual en tota la jornada (treball, natura, repòs, meditació).
8. Introducció a la comprensió dels Textos Sagrats.
9. Contacte amb la natura, l'hort i el treball individual -voluntari.
10. Compartir la vida quotidiana amb una comunitat femenina i col·laboració en els serveis comunitaris.

### HORARIS DE CLASSE

- El curs es realitza un cap de setmana al mes, de divendres tarda a diumenge tarda, amb diferents modalitats: pensió completa 2 nits (**format A**), pensió completa 1 nit (**format B**), sense pernoctació (**format C**), Alumnes oients a les sessions acadèmiques (**format D**).

- Es realitza al Monestir Sant Pere de les Puel·les.
- Divendres, de 17:00h a 22h.
- Dissabte, de 9:30h a 22:00h.
- Diumenge, de 9:00h a 16:00h.

**Format A:** Pensió completa 2 nits. Pernoctació de 2 nits al Monestir (divendres i dissabte).

**Format B:** Pensió completa 1 nit. Pernoctació de 1 nit (dissabte a diumenge).

**Format C:** Sense pernoctació. Àpats al Monestir (dinars i sopars) sense pernoctació.

### PREUS

S'informarà per correu electrònic dels preus d'inscripció en els diferents Formats del curs.

### MÒDULS ACADÈMICS

1. Antropologia del subjecte.
2. Comprendre el nostre món interior.
3. L'experiència psicològica i la gènesi relacional de la ment.
4. L'experiència i els itineraris espirituals.
5. Introducció als textos sagrats cristians.
6. Introducció a la meditació, al silenci i la contemplació.
7. Nuclis de l'experiència espiritual cristiana.
8. Espiritualitat transformadora.
9. Enganys i autoenganys en la vida espiritualitat. Psicopatologia de la vida espiritual i religiosa.

### DIRECCIÓ

#### Francesc Grané

Dr. Psicologia de la Comunicació. Lc. Filosofia i Ciències de l'Educació. Director Àrea Psicologia i Espiritualitat IUSM VB - URL.

#### Esperança Atarés

Abadesa monestir de Sant Pere de les Puel·les de Barcelona.

#### EQUIP DIRECTIU

Esperança Atarés, Catalina Terrats, Pilar Mariné, Honorat Jaume i Francesc Grané.

### PROFESSORS, PROFESSORES I INTERLOCUTORS DEL CURS

#### Josep Baquer

Llic. Teologia i arquitecte tècnic. S.J.

#### Mark Dangerfield

Dr. Psicologia. Especialista Psicologia Clínica i Psicoteràpia. Director de l'Institut Universitari Salut Mental Vidal i Barraquer, URL.

#### Gaspar Mora

Dr. en Teologia. Professor a la Facultat de Teologia de Catalunya.

#### Conxa Adell

Monja benedictina del monestir de Sant Pere de les Puel·les de Barcelona.

#### Honorat Jaume

Lc. Filosofia. MBA. Professor Fet religiós i pensament social cristià. URL.

#### Sergi de Diego

Psicòleg Clínic. Psicoanalista de la SEP-IPA.

#### Victor Hernández Espinosa.

Dr. Medicina i Cirurgia. Especialista Psiquiatria. Psicoanalista.

#### Armando Pego

Catedràtic d'Humanitats de la Facultat de Filosofia de Catalunya (URL). Escriptor.

#### Juliana Plana

Dra. Farmàcia. Teòloga.

#### Ramon Maria Nogués

Dr. Biologia. Llicenciat en Teologia. Escolapi.

#### Claustre Solé

Doctora en Teologia. Professora de Bíblia de la Facultat de Teologia.

#### Catalina Terrats

Monja benedictina del monestir de Sant Pere de les Puel·les de Barcelona.

#### Núria Caúm

Lc. Geografia. Sots-directora Institut Superior de Ciències Religioses de Barcelona (ISCREB).

#### Teresa Vallvé

Educadora Social. Membre d'El Xiprer, Granollers. Llarga experiència en vida eremítica.

#### Joan Chittister

Monja benedictina de la comunitat d'Erie, Pensilvania, EEUU. Dra. Comunicació.

#### Mario Ciccorossi

Teòleg. Agent Espiritual a l'Hospital Sant Joan de Déu.

#### Toni Català

Teòleg. Professor Universitat Pontifícia Comillas. Jesuïta.

#### Rosa Royo

Psicòloga clínica. Psicoanalista (SEP IPA).

#### Joan-Andreu Rocha

Dr. Teologia i en Periodisme. Degà Escola Treball Social Pere Tarrés.

#### Teresa Botey

Monja benedictina del monestir de Sant Pere de les Puel·les de Barcelona.

#### Griselda Cos

Monja benedictina del monestir de Sant Pere de les Puel·les de Barcelona.

#### Frère John, Taizé.

Germà de la Comunitat de Taizé.

#### Anna Pitarch

Mestre Educació Infantil. Membre Escola Ignasiana Espiritualitat (EIDES).

#### Jorge Tizón

Dr. Medicina i Cirurgia. Especialista Psiquiatria. Psicoanalista SEP IPA.

#### Francesc Sáinz

Psicoanalista de la SEP-IPA. Professor de la UB.

#### Pilar Mariné

Lc. Psicologia. Especialista Psicologia Clínica i Psicoteràpia. Servei Psiquiatria i Salut Mental H. Santa Maria i H. Arnau Vilanova (Lleida). Responsable Salut Mental COVID-19 Territori Lleida.

#### Xavier Alegre

Teòleg. Professor Facultat Teologia de Catalunya. Jesuïta.

#### Xavier Melloni

Antropòleg. Teòleg. Fenomenòleg de la religió. Jesuïta.

#### Ramon Batlle

Dr. Dret. Director de l'Institut Superior de Ciències Religioses de Barcelona.

#### Hilario Ibáñez

Educador Fundació *Mans a les mans*. Filòsof i Teòleg. Fundador de Camí Endins.

#### Carles Pérez

Dr. Medicina. Psiquiatra. Professor FPCEE Blanquerna-URL.