



COMPASSIONATE  
INQUIRY

Segunda Conferencia Internacional: Confluence 2024

2:30-3:00 PM EEST

Próxima actividad en la Sala Principal:

# Hablar Sobre lo Innombrable

Con **Jackie Tarabay**



COMPASSIONATE  
INQUIRY



# *Hablar sobre lo Innombrable*

Jackie Tarabay  
Counsellor + Supervisora +  
Entrenadora

A pesar de todo el ingenio que nos rodea en el mundo moderno, parece que vivimos aterrados de la necesidad básica de sufrir y sentir tristeza. Entregarnos al dolor se vuelve algo muy difícil en una sociedad que espera que “sigamos adelante” y que “superemos” las cosas. El impacto de nuestra cultura de negación de la muerte es profundo.

Vivir bien un duelo es un acto creativo que necesita ser cultivado, no evitado. Requiere presencia, paciencia y valor. Requiere compasión hacia nosotros mismos y hacia los demás. Involucra sentir el dolor, tolerarlo y aun así, continuar funcionando. Se le ve caminando junto a los afligidos y dando testimonio de su sufrimiento. Implica descubrir una nueva forma de ser.

A través de una narrativa de experiencia vivida, descubre cómo el verdadero propósito y significado casi siempre nacen del sufrimiento. Toma conciencia de que abrazar y hacernos amigos de nuestro dolor como parte de la experiencia humana es decir que nos amamos lo suficiente como para hacer esta inversión. Anímate a ir hacia adentro. Inspírate a mirar en tu interior. Prepárate para crear el espacio. Permítete sentir y *hablar de lo innombrable*.



COMPASSIONATE  
INQUIRY



COMPASSIONATE  
INQUIRY



COMPASSIONATE  
INQUIRY



COMPASSIONATE  
INQUIRY



COMPASSIONATE  
INQUIRY





COMPASSIONATE  
INQUIRY



COMPASSIONATE  
INQUIRY

# Modelo del proceso dual del duelo





Un proceso de reconstrucción del sentido  
a través del duelo y la experiencia de la pérdida.

Este modelo permite que el individuo cuente su historia con la intención de darle sentido a lo que sucedió.

Al permitirle al individuo que cuente su historia ellos podrán encontrar las palabras que les permitan explicar y entender su experiencia.

(Neimeyer, 2000)



COMPASSIONATE  
INQUIRY

**S** – Space (Espacio)

**A** – Allow (Permitir)

**F** – Feel (Sentir)

**E** – Explore (Explorar)



GURRUMUL

DECCA



COMPASSIONATE  
INQUIRY

Gracias



COMPASSIONATE  
INQUIRY