



## ANUNCIO DE CONFERENCIA

### MINDFULNESS: ORÍGENES Y RECORRIDO HASTA NUESTROS DÍAS Por Swami Shankaratilak y Swami Tilak Paramahansa

#### 1. ORÍGENES Y ACTUALIDAD DE *MINDFULNESS*.

- 1.1. *Mindfulness* desde la Ortodoxia Védica, por Swami Shankaratilak: *AVADHĀNA SAMYAMA*, la contemplación de la Atención Plena y *PRAGÑYA SAMYAMA*, la contemplación de la Conciencia.
- 1.2. Yoga - Meditación - *Mindfulness*
- 1.3. Por qué la actualidad de *Mindfulness* en nuestra Cultura y en nuestra Ciencia.

#### 2. CIENCIA Y ESPIRITUALIDAD, ¿cabén en el mismo PARADIGMA?

- 2.1. Paradigma Oriental vs Paradigma Occidental
- 2.2. Desde las “*Inteligencias Múltiples*” a la “*Inteligencia Emocional*” y la Neuropsicología.

#### 3. APLICACIONES CLÍNICAS Y EDUCATIVAS DE *MINDFULNESS*:

- 3.1. Aplicaciones Clínicas: Estrés, Dolor, Enfermedad
- 3.2. Aplicaciones Educativas:
  - 3.2.1. Rompiendo la estructura de la neurosis, “*Ocupados o desocupados, pero siempre preocupados...*” .
  - 3.2.2. Hacia un nuevo concepto de Ser Humano: “*Propiciamos el sufrimiento porque es más fácil reconocerse como víctimas, que hacer una confrontación y un cambio en tu conciencia para curarte*” Swami Shankaratilak.
  - 3.2.3. *Mindfulness* en las escuelas y facultades.

Lunes, 11 de diciembre de 2017

12:30 horas

Aula 19

Facultad de Filosofía y Letras