

# TALLER DE FILOSOFÍA PARA LA VIDA

con **Mónica Cavallé y Benigno Morilla**

Según una idea muy generalizada, la filosofía sería una disciplina estrictamente teórica, de difícil acceso, objeto de interés de un número reducido de intelectuales y especialistas, y cuyos temas parecen alejados de los problemas cotidianos. Pero la filosofía nació, de hecho, como una actividad bien distinta, claramente comprometida con el desarrollo personal y como la mejor herramienta para afrontar los retos de la vida diaria. La filosofía, antaño, era considerada, de hecho, la maestra por excelencia del arte de vivir.

Este taller va encaminado a dar a conocer esta concepción originaria de la filosofía, íntimamente ligada al auto-conocimiento y al despliegue de nuestro potencial. Según esta concepción, la filosofía, lejos de ser una disciplina propia de especialistas, es el saber más universal y necesario, el que nos enseña a ser seres humanos interiormente libres y a vivir de forma plena y lúcida. La filosofía nos incumbe a todos porque, lo admitamos o no, somos ya de hecho filósofos en la medida en que tenemos una determinada visión del mundo, una serie de supuestos y creencias básicas sobre nosotros mismos y sobre la realidad que configuran nuestra experiencia cotidiana. Estas visiones del mundo son con frecuencia precarias: no son internamente coherentes y muchos de los supuestos que las constituyen han sido incorporados inadvertidamente. De aquí la importancia de llevar a cabo una reflexión detenida que nos permita deshacernos de supuestos estereotipados ajenos a nosotros mismos y transformar nuestras filosofías deficientes en filosofías conscientes y maduras, favorecedoras del goce productivo de la vida.

En este taller buscaremos facilitar esta reflexión al hilo de algunas de las intuiciones más inspiradoras de las tradiciones de sabiduría de Oriente y Occidente, en un clima de diálogo participativo en el que sea posible compartir experiencias.

El taller se dirige a quienes desean imprimir una dirección racional a su existencia, enriquecer y ampliar sus perspectivas, incrementar las habilidades de pensamiento necesarias para ayudarse a sí mismos y, en general, a quienes aspiran a vivir más profunda y conscientemente. También se dirige a aquellos que se han formado como especialistas en un ámbito particular y echan en falta el conocimiento más global y esencial que sólo puede proporcionar la filosofía. Va dirigido, asimismo, a quienes, interesados en su propio auto-conocimiento y auto-mejoramiento, desean conocer cómo la sabiduría de todos los tiempos ha abordado y cimentado estas tareas.

## **MÉTODO DE TRABAJO:**

En cada sesión partiremos de un texto filosófico (de distintos autores y tradiciones) y se procederá a comentarlo. El texto se dará a los asistentes con días de antelación para que lo lean, no sólo intentando comprender el sentido lógico de lo que en él se expresa, sino permitiendo que sea motivo de inspiración. Los facilitadores del taller procederíamos al comentario y entraríamos en diálogo con las lecturas y aportaciones de los asistentes.

Las disertaciones estarán ocasionalmente intercaladas por ejercicios en los que se buscará fortalecer la comprensión de lo expuesto y llevarlo a la práctica.

Fecha: Las sesiones tendrán lugar en sábados alternos (respetando fiestas y puentes) a partir del sábado 15 noviembre y hasta finales de mayo.

Más información: [mcavalle@teleline.es](mailto:mcavalle@teleline.es)

## IMPARTEN EL TALLER:

**Mónica Cavallé** es Licenciada en Filosofía y Doctora en Filosofía por la Universidad Complutense de Madrid (UCM), Premio Extraordinario de Fin de carrera, Primer Premio Nacional de Terminación de Estudios Universitarios y Master Universitario en Ciencias de las Religiones. Ha sido profesora ayudante de Filosofía Práctica y ha coordinado en la UCM, durante varios años, seminarios de "Introducción filosófica al Hinduismo y al Budismo". Miembro fundador, primera presidenta y actual presidenta honorífica de la *Asociación Española para la Práctica y el Asesoramiento Filosóficos* (ASEPRAF). Ha sido coordinadora, ponente y formadora de los "Cursos de formación y entrenamiento de filósofos asesores" y de los "Talleres de formación práctica para filósofos asesores" de ASEPRAF. Entre sus libros destacan: *La sabiduría recobrada. Filosofía como terapia* (Oberón, Grupo Anaya, 2002; Martínez Roca, Grupo Planeta, 2006, 2ª ed.); *La Filosofía, maestra de vida* (Aguilar, 2003); *La sabiduría de la no-dualidad*, (Kairós, 2008); *Naturaleza del yo en el vedānta advaita, a la luz de la crítica al sujeto de Heidegger* (Servicio de publicaciones de la UCM, 2001). Ha sido coordinadora y coautora del libro *Arte de vivir, arte de pensar. Iniciación al asesoramiento filosófico* (Desclée de Brouwer, 2007). Ha colaborado como coautora, entre otros, en los siguientes libros: *Introducción filosófica al Hinduismo y al Budismo* (Etnos, 1999); *Psicópolis. Paradigmas actuales y alternativos en la psicología contemporánea* (Kairós, 2005); *Filosofía y dolor* (Tecnos, 2006).

**Benigno Morilla** realizó estudios de Bellas Artes en la Academia de San Fernando de Madrid. Muy pronto se interesó por la filosofía oriental y las principales escuelas heterodoxas de Occidente, convirtiéndose en reconocido investigador y divulgador de la sabiduría antigua. Se formó, además, como psicoterapeuta en el ámbito de la Psicología Humanista. Numerosos seminarios, conferencias y colaboraciones en los más destacados medios de comunicación, avalan su trayectoria a lo largo de más de veinte años. Es autor de los libros *La locura de existir*, (Heptada, 1990; escrito en colaboración con el doctor Ramón Carballo); *Claves para el equilibrio mental y emocional* (Jaguar, 2000); *Piensa bien y acertarás: errores básicos de la mente*, (Oberón, Grupo Anaya, 2001); *Enseñanzas eternas para tiempos difíciles*, (Oberón, Grupo Anaya, 2002; escrito con Ramiro Calle); *El valor de ser hombre: historia oculta de la masculinidad*, (Oberón, Grupo Anaya, 2003). Es también autor de las novelas: *Pitágoras, el hijo del silencio* (Martínez Roca, Grupo Planeta, 2004; traducida a varios idiomas y best seller en Grecia); *El hilo de oro*, (Martínez Roca, Grupo Planeta, 2006); *El pergamino negro* (Martínez Roca, Grupo Planeta, 2007); *Sócrates* (Martínez Roca, Grupo Planeta, 2008)