

## Filosofía

# Curso Herramientas filosóficas para el cuidado y el autoconocimiento

FILOSOFÍA

## Presentación

La filosofía suele ser vista por el común de la gente como un saber especializado abstracto, especulativo, y en ocasiones de difícil acceso. En este curso cuestionamos este prejuicio, presentando la filosofía como lo que fue en sus comienzos y es propiamente: una actitud ante la vida que surge del asombro y del poder preguntarse por todo aquello que nos compete más hondamente, así como del cuestionamiento de opiniones rígidas que conducen al sufrimiento. Esta tarea de discernimiento, que no puede reducirse a mera competencia argumentativa como a veces sucede hoy en día, surge del anhelo de realización o florecimiento del ser que tendría como consecuencia un mejor vivir. Intuiciones fundamentales de las filosofías de oriente y occidente pueden ser puestas a prueba en nuestra experiencia actual para dar forma a una vida examinada. No se trata de una simple lista de consejos prácticos o de fórmulas para encontrar la felicidad soñada. Se trata de un paciente trabajo de consciencia y del poder transformador de la filosofía como compañera de ruta.

**Reciba más información dejando sus datos aquí:**

## Objetivo

- Presentar la filosofía como amor a la sabiduría, esto es, como continua disposición a admitir y develar la propia confusión ocasionada por la ignorancia y como experiencia directa de ser.
- Rescatar el potencial transformador de la filosofía como autoconocimiento, esto es, como comprensión de lo que no somos y como despliegue del ser auténtico.
- Esbozar el mapa de nuestros patrones emocionales y mentales más recurrentes, surgidos de la ignorancia o sensación de separación y carencia de ser, y comenzar a cuestionar las creencias asociadas a ellos.
- Descubrir nuestras propias contradicciones internas y comenzar a integrarlas, alejándonos de toda lógica polarizante y excluyente.
- Volver a sentir el dolor como parte de la condición humana despojándolo del sufrimiento mental y emocional añadido.
- Comenzar a atravesar el dolor de las propias heridas existenciales para volver al vacío esencial, a la fluidez de ser.
- Hacernos más sensibles a la propia singularidad y a la singularidad de los otros.
- Ejercitarnos en la escucha empática que tiene lugar cuando nos disponemos a comprender al otro desde su propio contexto referencial.

- Experimentar el potencial vinculante de la vulnerabilidad.

### **Contenido**

1. La búsqueda del bien y la ignorancia.
2. El yo profundo y la consciencia testimonial.
3. El yo superficial como juego de yo-idea y yo-ideal.
4. Heridas y vacío.
5. Patrones defensivos y compensatorios.
6. Creencias.
7. Ideales.
8. Presencia y aceptación.

### **Metodología**

Propondremos ejercicios para trabajar en los diferentes aspectos filosóficos del autoconocimiento. Algunas veces la comprensión filosófica surgirá de las prácticas y otras veces las prácticas ilustrarán los contenidos previamente explicados.

En cada sesión habrá trabajo experiencial para familiarizarnos con la conciencia testimonial como lugar de ejercicio de una filosofía contemplativa y facilitar el contacto con nuestra identidad ontológica o ser profundo, libre de nombres y formas, no identificada con roles ni con el drama de la historia personal.

También nos apoyaremos en prácticas dialógicas y de presencia para descubrir y cuestionar, desde esa conciencia testimonial, el juego de yo idea, y yo ideal, es decir, de la representación de nosotros mismos con la cual nos hemos identificado al experimentar carencia y separación, y que toma la forma de patrones emocionales y mentales defensivos y compensatorios que nos causan sufrimiento y que se apoyan en falsas creencias.

La escucha de cuerpo, mente y emociones, tanto propias como de los demás participantes, además de ofrecer apoyo al trabajo cognitivo de cuestionamiento de creencias nos ayudará a hacernos más sensibles y empáticos.

### **Dirigido a**

Personas interesadas en el autoconocimiento, dispuestas a comprender y cuestionar diferentes aspectos de su personalidad y a ahondar en su ser con ayuda del discernimiento anclado en la conciencia testigo. Personas interesadas en practicar la escucha de su cuerpo, mente, emociones para reconocer su identidad superficial y de-velar y vivir su identidad profunda. Psicoterapeutas, educadores, cuidadores y demás profesionales dedicados a relaciones de ayuda que quieran experimentar el potencial transformador de la filosofía y que entiendan la importancia del trabajo consigo mismos como presupuesto de la ayuda a otros. Filósofos que quieran iniciarse en el acompañamiento filosófico sapiencial.

### **Duración, horario, lugar**

**Fecha:** 15 de septiembre al 3 de noviembre de 2018. No habrá clase ni el sábado 6 de octubre ni el sábado 13 de octubre de 2018.

**Horario:** Sábado 8:00 a.m. a 12:00 p.m.

**Duración:** 6 semanas - 24 horas

**Lugar:** Universidad de los Andes - Sede Centro

### **Inversión**

\$993,500 hasta el 31 de agosto

\$1,092,850 hasta el 11 de septiembre

*Consulte nuestra política de descuentos.*

### **Certificado**

La Universidad de los Andes otorgará un certificado de asistencia, a los participantes que cumplan con los requisitos académicos definidos por el Departamento y hayan cursado como mínimo el 85% de horas programadas.

### **Modalidades de pago**

- Pago electrónico<sup>1</sup>
- Pago en efectivo o cheque<sup>2</sup>
- Crédito educativo Banco Pichincha<sup>3</sup>
- Pago con tarjeta débito o crédito en la oficina de Educación Continuada
- Carta de Compromiso de la empresa<sup>4</sup>

1. Para realizar pago electrónico haga clic aquí o diríjase a nuestra página web <http://educacioncontinuada.uniandes.edu.co>, seleccione el curso de su interés y siga las instrucciones. En caso de cualquier inquietud, por favor comuníquese al 332 43 63 o envíenos un correo a [educacion.continuada@uniandes.edu.co](mailto:educacion.continuada@uniandes.edu.co).
2. Para realizar pagos en efectivo o cheque es necesario expedir una factura con la cual puede dirigirse a cualquier sucursal del Banco de Bogotá o Banco Itaú a realizar la transacción. Para descargar este documento haga clic aquí o diríjase a nuestra página web <http://educacioncontinuada.uniandes.edu.co>, seleccione el curso de su interés y siga las instrucciones. En caso de cualquier inquietud, por favor comuníquese al 332 43 63 o envíenos un correo a [educacion.continuada@uniandes.edu.co](mailto:educacion.continuada@uniandes.edu.co).
3. Para más información haga clic aquí. En caso de cualquier inquietud, por favor comuníquese al 332 43 63 o envíenos un correo a [educacion.continuada@uniandes.edu.co](mailto:educacion.continuada@uniandes.edu.co).
4. Carta de la entidad en la que solicita su inscripción y se compromete a realizar el pago correspondiente, a favor de la Universidad garantizando su participación. Por favor tenga en cuenta las siguientes recomendaciones: La carta debe enviarse en papelería oficial de la entidad con el Número de Identificación Tributaria (NIT), la dirección, correo electrónico y número telefónico; la carta debe ser

firmada por la persona facultada para autorizar el pago; la Universidad confirmará con la entidad la inscripción de sus funcionarios y expedirá la factura de pago; la no asistencia de las personas inscritas, no exime a la entidad de la responsabilidad del pago. Para ver el modelo de carta haga clic [aquí](#). En caso de cualquier inquietud, por favor comuníquese al 332 43 63 o envíenos un correo a [educacion.continuada@uniandes.edu.co](mailto:educacion.continuada@uniandes.edu.co).

### **Notas**

Eventualmente la Universidad puede verse obligada, por causas de fuerza mayor a cambiar sus profesores o cancelar el curso. En este caso el participante podrá optar por la devolución de su dinero o reinvertirlo en otro curso de Educación Continuada que se ofrezca en ese momento, asumiendo la diferencia si la hubiere.

### **Mayores Informes**

Dirección de Educación Continuada  
Edificio Aulas, Cra. 1ª No. 19 - 27 Oficina AU 110  
<http://educacioncontinuada.uniandes.edu.co>  
E-mail: [educacion.continuada@uniandes.edu.co](mailto:educacion.continuada@uniandes.edu.co)

Tel Directo: (57-1) 3324363 Tels.: (57-1) 339 4949 / 99, Ext. 2204