

**Breve resumen: MADRID (ATENEO – 25 DE ABRIL DE 2019)**

## **EL SILENCIO Y LA PALABRA**

### **Filosofía para una vida más consciente**

Las propuestas filosóficas vivas y germinales nos invitan a vivir una vida más consciente, más en plenitud. Grandes pensadores de nuestra tradición de Occidente, como Marco Aurelio nos impulsan a ello. Y también filósofos actuales como Emilio Lledó o Berta Meneses. Y también escritores y psiquiatras como Pablo d'Ors, Javier García-Campayo, Beatriz Rodríguez Vega. Y, por supuesto y de una manera muy profunda, las tradiciones filosóficas de Oriente. Todos confluyen en un punto: la importancia de vivir de forma consciente, otorgando un valor primordial a la amabilidad, a la amistad, a la belleza, a la práctica del silencio, al poder de la palabra fecunda surgida de la quietud.

En este encuentro, vamos a tener la oportunidad de “hablar del silencio”, de un silencio gozoso, no opresivo, como elemento esencial para poder escuchar “la llamada de la belleza”, tal como nos dice el filósofo y poeta Thich Nhat Hanh. Y, sobre todo, vamos a experimentar juntos momentos de silencio y, después de ello, podremos compartir nuestras palabras que surgirán de esos momentos de calma.

### **BREVE CURRÍCULUM:**

Teresa Pous es licenciada en Filosofía y Ciencias de la Educación (Especialidad de Filosofía) y diplomada en Biblioteconomía por la Universidad de Barcelona. Su tesina de licenciatura versó sobre el pensamiento poético y filosófico del poema de 975 versos *Primero Sueño* de Sor Juana Inés de la Cruz. Ha cursado las asignaturas para el doctorado en la misma universidad. Es máster en Mindfulness por la Universidad de Zaragoza. Actualmente, coordina la Formación de Instructores de Mindfulness, en colaboración con el Máster en Mindfulness de la Universidad de Zaragoza ([www.mwntencalma.org](http://www.mwntencalma.org)).

Ha organizado exposiciones de carácter científico y literario.

Es autora de : *Volver a vivir: experiencias de médicos y enfermos que forman parte de una cadena solidaria*. Barcelona: Ediciones del Bronce, 1999.

Es autora además de varios libros de conversaciones con científicos, filósofos, escritores y personajes públicos.

A su primera novela, *La cançó dels deportats*, le otorgaron el Premio Marian Vayreda, y en 2010 recibió el Premio Ciutat de Palma por *El metge d'Atenes*.