

WEBINAR

HUMANIDAD COMPARTIDA: HABITANDO JUNTOS EL MOMENTO PRESENTE

La humanidad compartida trata sobre la experiencia de conexión empática con otros, junto con el reconocimiento de aquellos aspectos que tenemos en común como seres humanos. Muchas de las dificultades sociales y relacionales se entienden debido al predominio de una visión individualista y dualista de la realidad, que destaca las diferencias y pone en competencia unos con otros (individuo, grupos, naciones). Como alternativa está el desarrollo de una visión que valora y resalta aquellos aspectos que tenemos en común como humanidad, proponiendo una perspectiva cosmopolita e inclusiva.

La humanidad compartida, entre otras cosas, implica el reconocimiento de que todas y todos pisamos la misma tierra, y como ser sintientes, anhelamos sentirnos bien y tenemos una aversión al sufrimiento.

Durante la presentación se buscará fundamentar filosófica y científicamente la perspectiva de la humanidad compartida, como una alternativa para ser desarrollada y explorada.



Relator

Claudio Araya Véliz

Psicólogo (Chile)

Doctor en Investigación en Psicoterapia por la Pontificia Universidad Católica de Chile. Es docente e investigador en la Escuela de Psicología de la Universidad Adolfo Ibáñez y cofundador de la Fundación Humanidad Compartida. Su trabajo se orienta al desarrollo de la perspectiva de la Humanidad Compartida, junto a un enfoque relacional y enactivo de mindfulness y compasión. Colaboró en el diseño e implementación de intervenciones en mindfulness y autocompasión en diferentes contextos, incluyendo contextos de vulnerabilidad psicosocial.

Instructor de los programas de mindfulness para la reducción de estrés -MBSR- y del programa de mindfulness y autocompasión -MSC. Actualmente es director del Diplomado en Mindfulness Relacional y Prácticas de Bienestar impartido por la Escuela de Psicología de la Universidad Adolfo Ibáñez. Es autor de diversos artículos académicos y de los libros *El mayor avance es detenerse*, *mindfulness en lo cotidiano* (2010) y *Humanidad Compartida, habitando juntos el momento presente* (2019).



26 de septiembre
2022



De 19:30 a
21:00 h



Online (Zoom)

Gratuito y abierto a todas las
personas interesadas (500 plazas)



Inscríbete en

<https://us06web.zoom.us/meeting/register/tZUkc0ysrzMoG9b7NF9kjn6JbDOSW4zldZp->