



Centre d'Estudi de les Tradicions de Saviesa

El cultiu de la Qualitat humana

Programa d'activitats
2025~2026

CETR, un centre de recerca entorn de la qualitat humana

La societat d'innovació i canvi en què vivim afronta un repte urgent: saber com cultivar la qualitat humana en les noves condicions culturals. No seria assenyat partir de zero en aquesta tasca, sinó que cal heretar la saviesa conreada al llarg de la història de la humanitat, sense que les antigues formes culturals en les quals ens arriba ens siguin un obstacle.

Per fer front a aquest repte, CETR, durant els seus 25 anys d'existència (i en la seva prehistòria), s'ha orientat a estudiar i investigar les següents temàtiques:

1a. En què consisteix la “qualitat humana profunda” (allò que els nostres avantpassats anomenaven “espiritualitat”).

2a. Com cultivar la qualitat humana, contrastant els resultats amb el que proposaven les tradicions de saviesa del passat.

3a. Les condicions de cultiu de la qualitat humana en les societats actuals que viuen d'innovar en ciència i tecnologia, i que han de modificar contínuament la forma de viure.

4a. Aquesta qualitat ha de ser la base sòlida per crear projectes de vida col·lectiva. Estudiem els procediments de creació de projectes col·lectius dels avantpassats -des de la qualitat humana- en les seves condicions culturals, per aprendre a fer-ho de manera adequada a les condicions del present.

5a. I, des d'un punt de vista pedagògic, s'estudia com orientar a infants i joves en el cultiu de la qualitat humana.

Els treballs dels diversos equips de recerca no es plantegen des d'una vessant simplement teòrica, sinó també amb voluntat pràctica, tant per a la vida personal com per a la vida col·lectiva. Trobareu més informació sobre cada equip de recerca a www.cetr.net i www.ea.cetr.net.

Aquesta és l'orientació del Centre, resultat d'un ja llarg itinerari. **Desitgem que el conjunt del nostre treball sigui un servei a la societat i, alhora, una forma de conrear la qualitat humana.** El programa d'activitats que s'ofereix vol ser una invitació a participar en aquesta dinàmica d'indagació i cultiu.

Un programa que inclou...

- Lectures comentades
- Pràctiques de silenci
- Caps de setmana d'intensificació
- Seminaris
- Grups de treball, etc.

El programa previst per aquest curs combina propostes presencials i *on-line*. Per si les circumstàncies obliguen a fer alguna modificació o s'introdueixen noves activitats, us animem a entrar a www.cetr.net i donar-vos d'alta al Butlletí i així podreu rebre tota la informació actualitzada. Gràcies!

Lectures comentades

Explorar les fonts de la qualitat humana i la qualitat humana profunda

1. APROXIMACIÓ AL DAODEJING (TAO TE CHING)

a càrrec de Marià Corbí, Montse Cucarull i Marta Granés

Diu la llegenda que el mestre Laozi (Xina, s.V-VI a.C.), arxiver de palau, cansat de la vida a la cort, va muntar sobre un búfal i se'n va allunyar. En arribar a la frontera, un guardià el va reconèixer i li va demanar que abans d'abandonar el territori li digués alguna cosa sobre el sentit de la vida. Aquest hauria estat l'origen del *Daodejing*, el llibre (*jing*) del camí (*Dao*) i de la virtut (*De*), pilar del taoisme i del pensament xinès. Una petita gran obra que parla –entre molts altres temes– “d’actuar sense actuar” o de no posar obstacles al fluir de la vida. És un “clàssic” universal, traduït i editat a infinitat de llengües. (D’entre les moltes edicions possibles, suggerim la versió castellana de S. Mitchell, a Dojo Ediciones, 2020)

Del 16 d’octubre al 28 de maig

15 dijous, quinzenalment, de 19:00 a 20:15 h.

Presencial i online

Aportació: 132 € (fraccionable)

2. PARAULES DE LAL DED

a càrrec de Marià Corbí, Montse Cucarull i Marta Granés

Per primer cop, ens apropem al gran corrent no-dual del xivaisme del Caixmir a través dels poemes de Lal Ded, una mística índia del segle XIV. Tot intentant absorbir la seva recerca haurem d’aprofundir en les seves expressions devocionals. (Seguirem l’edició castellana, de J.J. d’Olañeta, 2000)

Del 23 d’octubre al 21 de maig

14 dijous, quinzenalment, de 19:00 a 20:15 h.

Presencial i online

Aportació: 165 € (fraccionable)

3. LECTURA DE L’ALCORÀ

a càrrec de Marià Corbí

Continuarem endinsant-nos en el text fundacional de l’Islam, a través d’una lectura sense epistemologia mítica, una lectura que –més enllà d’un sistema de creences– busca descobrir la saviesa que el text vehicula a través de la seva força simbòlica. Podrem així constatar que és possible comprendre i sentir avui la seva gran riquesa. No cal haver participat al seminari del curs passat per poder seguir bé la lectura comentada d’enguany. (Farem servir la traducció de Julio Cortés, a Ed. Herder).

Del 24 d’octubre al 22 de maig

15 divendres, quinzenalment, de 15:15 a 16:30 h.

Presencial i online

Aportació: 154 € (fraccionable)

Lectures comentades

Explorar les fonts de la qualitat humana i la qualitat humana profunda

4. “AQUÍ NO HI HA NINGÚ”: REFLEXIÓ EN DIÀLEG AMB EN MARIÀ CORBÍ

a càrrec de Montse Macau, Joan Puigpiqué i Marià Corbí

“No som ningú vingut a aquest món, som aquest món” —insisteix sovint en Marià Corbí. Si no soc “algú”, què soc? On queda la consciència d'individualitat? I la responsabilitat sobre l'actuació? O, quin propòsit pot tenir la vida? Preguntes com aquestes sorgeixen a partir de la lectura de nombrosos textos de saviesa, de tradicions i èpoques ben diferents, que subratllen que els éssers humans ens veiem des d'una perspectiva equivocada, i que aquest error és l'arrel de la infelicitat. En diàleg amb en Marià, repassarem algunes d'aquestes afirmacions, mirarem d'aclarir dubtes, de treure'n les conseqüències. En resum, reflexionarem sobre la vida, sobre el sentit de les nostres vides.

19 i 26 de novembre

2 dimecres, de 19:00 a 20:15 h.

Presencial i online.

Aportació: 30 €

5. CICLE L'ESPIRITUALITAT DE LA RACIONALITAT: ESTOICS, SPINOZA, VOLTAIRE I ROUSSEAU

a càrrec de Francesc Torradeflot

El cicle que presentem observará amb detall el coneixement racional com a eina espiritual. La qualitat humana profunda és racional. Sentir, conèixer i actuar expressen dimensions humanes irrenunciables que permeten tenir notícia de la dimensió absoluta de la realitat. La notícia-experiència de la dimensió absoluta de la realitat no és contrària a la raó, no la suprimeix, la necessita; no només per evitar obstacles innecessaris i desequilibris perillosos, sinó sobretot per poder gaudir de la llibertat, harmonia i plenitud humana. Conèixer el mestratge de grans filòsofs ens ajudarà a gaudir de la realitat que ens envolta d'una manera més plena.

Mòdul 1: “La proposta vital de l'estoïcisme, a través dels seus textos”

2 sessions, els dimarts 5 i 12 de maig

Mòdul 2: “La proposta vital de Spinoza, a través dels seus textos”

2 sessions, els dimarts 19 i 26 de maig

Mòdul 3: “La proposta vital de Voltaire i Rousseau, a través dels seus textos”

2 sessions, els dimarts, 2 i 9 de juny

Del 5 de maig al 9 de juny

6 dimarts, de 19:00 a 20:15 h.

Presencial i online

Aportació: 30 € (fraccionable)

Seminaris

Reflexions entorn a reptes contemporanis

6. CIBERCULTURA O CIBERCAPITALISME?

a càrrec d'Álvaro Soler i Jose Manuel Bobadilla

Vivim immersos en les societats del coneixement, però... cap a on anem realment? Estem davant d'una cruïlla: o ens rendim al cibercapitalisme, on tota la tecnologia queda al servei del benefici econòmic i l'explotació... o apostem per una cibercultura postcapitalista, que posi la vida i la justícia social al centre.

Aquest curs et convida a mirar més enllà del realisme capitalista del què parlava Mark Fisher, i a qüestionar lògiques que donem per inevitables. Si la tecnologia pot fer-ho tot, per què segueix al servei d'uns pocs? I si fos possible un model tecnocientífic alternatiu, just, habitable i real?

Quatre sessions per fer una crida a pensar, sentir i imaginar altres mons possibles.

1. On som i com hem arribat fins aquí.
2. Què implica viure sota el cibercapitalisme.
3. Quines són les conseqüències materials i ètiques d'aquest model.
4. Com cultivar la nova sensibilitat humana, imprescindible per construir una ètica postcapitalista?

7, 14, 21 i 28 d'octubre, 4 dimarts, de 19:00 a 20:15 h.

Presencial i online. Aportació: 25 €

7. EXPERIMENTAR L'AVENTURA VERS UN MATEIX

a càrrec de Queralt Prat i Pubill

L'objectiu d'aquestes tres sessions és obrir la porta a una nova comprensió de nosaltres mateixos i del món. Una comprensió que ens aporta seguretat, tranquil·litat i, sobretot, orientació per viure millor amb nosaltres mateixos i amb els altres. Això que proposem no és un reclam publicitari, sinó una realitat que es pot experimentar i experimentarem.

En tres sessions, establim les bases per a aquest procés de descoberta i transformació personal:

- **Primera sessió:** Explorarem el funcionament del "jo", les necessitats, els sentiments, les emocions i les estratègies que utilitzem per satisfer-les.
- **Segona sessió:** Continuant amb més experiments personals, reconeixem les dues Dimensions de la Realitat i la nostra capacitat per viure en aquests dos nivells simultàniament.
- **Tercera sessió:** Explorarem una comprensió profunda de les nostres capacitats cognitives que ens connecta plenament amb la vida i ens convida a despertar i desenvolupar aquesta capacitat latent i poderosa que tots tenim. Ho farem a través d'experiments pràctics que faciliten una experiència directa.

L'objectiu de les sessions és posar en valor les capacitats humanes i oferir eines útils per desenvolupar-les plenament. També, volem donar recursos per analitzar els missatges que es troben sovint a les xarxes socials, i així poder decidir amb criteri què ens serveix i què no.

Aquest curs s'ofereix exclusivament a persones menors de 25 anys.

13, 20 i 27 de gener, 3 dimarts, de 18:45 a 20:00 h.

Presencial i online. Aportació: 20 €

8. L'EFFECTE DE LA MEDIACIÓ TECNOLÒGICA EN LA CAPTACIÓ SENSITIVA

a càrrec de Marta Granés

En les darreres dècades s'ha produït una implantació i un ús extensiu de la tecnologia a les vides de tothom. La tecnologia s'ha convertit en una interfície entre els subjectes i el seu món, una interfície construïda a partir de la ciència que és estructuralment abstracte i per tant no pot més que interferir en la captació sensitiva-qualitativa de la realitat.

A les sessions presentarem amb deteniment alguns efectes que té l'ús de la tecnologia sobre la sensibilitat humana.

11, 18 i 25 de febrer

3 dimecres, de 19:00 a 20:30 h.

Presencial i online

Aportació: 45 € (fraccionable)

9. SOCIETATS DEL CONEIXEMENT: INTERDEPENDÈNCIA I FUTUR COMÚ

a càrrec de Jose Manuel Bobadilla

T'has preguntat mai com hem de viure en aquest món tan accelerat, hiperconnectat i tecnocientífic?

En una era on tot canvia a una velocitat vertiginosa, podem escollir una altra manera de ser, de pensar i de relacionar-nos?

En aquest curs explorarem les claus per entendre les noves societats del coneixement i com la nostra supervivència com a espècie està estretament lligada a com ens relacionem amb els altres i amb el planeta.

Ens endinsarem en el concepte d'interdependència: no com una debilitat, sinó com una força radical per imaginar formes de vida més justes, sostenibles i plenes de sentit.

- 1. Per què podem parlar d'interdependència?**
- 2. Diferència entre interdependència i cooperació**
- 3. Com cultivar la interdependència?**

10, 17 i 24 de març

3 dimarts, de 19:00 a 20:15 h.

Presencial i online

Aportació: 45 € (fraccionable)

10. LES GENERACIONS QUE JA CONDUUEIXEN I LES QUE CONDUIRAN EL MÓN

a càrrec de Montserrat Cucarull
i Marta Granés

Volem aprofundir quins son els trets més destacats de les noves generacions, com veuen la realitat, les relacions, la feina, el gènere, els valors tradicionals, etc. Tot fent incidència en per on va l'accés a la qualitat humana de les noves generacions, les seves fortaleces i mancances.

14, 21 i 28 d'abril

3 dimarts, de 19:00 a 20:15 h.

Presencial i online

Aportació: 45 € (fraccionable)

11. EFECTE DE LES PANTALLS EN LES NOSTRES MENTS

Del poco dormir y del mucho leer, se le secó el cerebro.

Miguel de Cervantes

a càrrec d'Oscar Puigardeu

Reflexió sobre l'impacte de les noves tecnologies en el desenvolupament dels infants i en les habilitats cognitives i socials dels adults, tot aprofundint sobre el seu impacte en la salut mental.

Continguts: efectes de les noves tecnologies en els processos del desenvolupament, en els processos atencional i en les habilitats socials. Us, abús i addicció a les noves tecnologies. Noves tecnologies i salut mental.

Divendres, 8 de maig

de 18:00 a 19:30 h. Online

Aportació voluntària

Grups de treball

Propostes d'aprofundiment i treball personal compartit*

12. EL TALLER DELS DILLUNS

a càrrec de Salvador Juncà,
Teresa Guardans i Maria Fradera

Un espai, en forma de taller, que busca afavorir l'intercanvi i l'aprofundiment personal pel que fa al cultiu de la qualitat humana. Per facilitar la dinàmica del grup, aquest taller s'ofereix a aquelles persones que ja han participat, prèviament, en alguna de les activitats del Centre.

Els dilluns de 17:30 a 19:00 h.

Inici: 22 de setembre.

Presencial

Aportació: 100€ (fraccionable)

13. CRUÏLLA DE CAMINS

Coordina: Teresa Guardans

Cada primer dijous de mes, una tarda per aprofundir en el cultiu de la qualitat humana. Cada sessió combina silenci, lectura i reflexió compartida. Amb "materials" per poder anar treballant a nivell personal durant el mes.

Els primers dijous de mes,

de 18:00h a 20:00 h.

Inici: 2 d'octubre

Presencial

Aportació: 70 € (fraccionable)

*Per a saber quina proposta s'adequa millor al que estàs buscant, no dubtis a consultar.

Pràctiques de silenci

14. TALLER DE SILENCI

a càrrec de Teresa Guardans

Una trobada mensual de pràctica de silenci i meditació, que ofereix la possibilitat d'explorar recursos al servei del treball interior, i d'entrar en contacte amb textos que orienten sobre el cultiu de la qualitat humana. Amb l'objectiu que l'estona i els materials compartits puguin enriquir el treball de cadascú durant les setmanes següents, fins a la propera trobada.

Els tercers dimarts de mes, de 19:00 a 20:00h.

Inici: 16 de setembre

Presencial

Aportació voluntària.

15. HATHA YOGA. ASSANES I PRANAYAMA

a càrrec d'Ester Vendrell

La paraula loga procedeix del terme sànscrit *yuj-* (unir) i, per tant, la seva pràctica potencia la Unió de les nostres dimensions físiques, mentals i espirituals. La neurociència ja ha demostrat la interrelació de tot el nostre cos/ment. Més enllà de ser la força essencial de la vida, la respiració és fonamental pel funcionament saludable del nostre cos/ment.

Les nostres sessions de loga, basades en la tradició de Krishnamacharya i Desikachar, posen el focus en la gestió d'aquesta respiració, fent-la conscient en la pràctica d'assanes, pranayama, meditació (concentració) i so per aconseguir aquesta Unitat. Treballar sobre la nostra respiració implica treballar sobre la nostra qualitat física, mental i espiritual. Completem les sessions de loga amb la lectura dels Sutres de Patanjali per situar la pràctica, observació i els seus fruits segons la tradició.

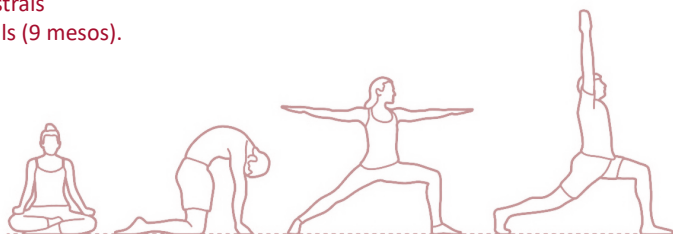
Els dimecres, de 18:30 a 19:45 h.

Inici: 1 d'octubre. Presencial

Aportació: 35 € mensuals

92 € trimestrals

o 235 anuals (9 mesos).



Caps de setmana

d'intensificació, a la natura

La proposta consisteix en una trobada en grup, al bell mig de la natura, per a intensificar el treball sobre la qualitat humana, amb l'ajut de textos, pràctiques de silenci i comentaris compartits.

16. ATENCIÓ I MEDITACIÓ: pràctica, orientacions i recursos

a càrrec de Maria Fradera
i Teresa Guardans

Interessar-se i sentir la realitat amb totes les nostres capacitats, reconèixer-la, fer-nos-hi presents: és el que propicia el cultiu de l'atenció plena, el silenci, la meditació.

Un curs més, s'ofereix aquesta opció de cultiu de l'atenció silenciada i meditació, amb moments de lectura i reflexió, proposant pràctiques que poden afavorir la seva integració en la vida quotidiana.

Els caps de setmana són independents i complementaris entre sí. Es pot participar en un d'ells, en dos, o en tots tres.

18 i 19 d'octubre del 2025

14 i 15 de febrer del 2026

6 i 7 de juny del 2026

18. CAP DE SETMANA SOBRE LA SAVIESA DE LAL DED

a càrrec de Montserrat Cucarull
i Marta Granés

Aquest cap de setmana ens permetrà aprofundir pausadament en els poemes de Lal Ded, mística xivaïta, tot centrant-nos en algunes de les seves expressions.

9 i 10 de maig del 2026

17. CAP DE SETMANA SOBRE LA SAVIESA DEL DAO DE JING

a càrrec de Montserrat Cucarull
i Marta Granés

Aquest cap de setmana ens permetrà aprofundir pausadament sobre la saviesa continguda en aquest text, tot centrant-nos en algunes de les seves afirmacions.

7 i 8 de març del 2026

Informació general:

Horari: Des del dissabte a les 10:00h. fins diumenge al migdia. Hi ha també l'opció de participar només dissabte.

Lloc: Al Casal La Salle, a Sant Martí de Sesgaioles. Les habitacions són individuals.

Transport: En cotxe particular. Si necessites plaça, avisa'ns.

Preu: 125€, inclou el dinar de diumenge.

Més informació a secretaria.
93 410 77 07 (tardes)

Professorat

Jose Manuel Bobadilla, graduat en Sociologia, amb menció en Cultura, per la UAB. Màster en Ciències de la Religió a l'ISCREB. Màster i doctorant en Filosofia Aplicada a la Ciència i la Tècnica per la UAB. Investigador del CETR.

Marià Corbí, doctor en Filosofia, llicenciat e Teologia. Ha estat professor del Departament de Ciències Socials d'ESADE i de la Fundació Vidal i Barraquer. Entre les seves nombroses publicacions destaquem: *Hacia una espiritualidad laica* (Herder), *La construcción de los proyectos axiológicos colectivos*. (CETR-Bubok) i *Proyectos colectivos para sociedades dinámicas* (Herder).

Montse Cucarull, llicenciada en Farmàcia (UB) i en Ciències Químiques. Investigadora del CETR.

Maria Fradera, mestra i professora de ioga. Autora i coautora de diversos títols, entre els que destaquem: *La setena direcció, el conreu de la interioritat* (Claret), *Aprendre és un dret* (Intermon; Oxfam), *Educació: un futur en igualtat* (Intermon).

Marta Granés, doctora en Ciències de la Religió (UCM), llicenciada en Estudis de l'Àsia Oriental, Màster en Humanitats, i professora de loga per l'escola Viniyoga. Investigadora del CETR.

Teresa Guardans, doctora en Humanitats. Darreres publicacions: *Imhotep i el faraó* (Lalè); *Les claus del silenci: l'art de viure* (Viena).

Salvador Juncà, Enginyer industrial, diplomat en Ciències Econòmiques i PDG a l'IESE. Tècnic d'empreses multinacionals i empresari, ha estat professor del Departament de Ciències Socials d'ESADE.

Montse Macau, metgessa. Investigadora del CETR.

Òscar Puigardeu, Doctor en Psicologia. Professor associat de la UB i col·laborador de la UOC. Actualment treballa com a psicopedagog a l'EAP de Sarrià del Departament d'Ensenyament.

Joan Puigpiqué, Economista (UB) i directiu d'empresa.

Álvaro Soler, va estudiar un grau en sociologia per la Universitat de València, on també va cursar un Màster en Gestió territorial i mediambiental. És divulgador en ciències socials a través del compte *Sociologia Inquieta* i col·laborador habitual de mitjans com ElSalto o Aldescubierta, on escriu sobre temàtiques sociològiques.

Francesc Torradeflot, doctor en Teologia, llicenciat en Història de les Religions (Lovaina) i en Filosofia (UAB), ha estat director de l'Associació Unesco per al Diàleg Interreligiós i professor de místiques orientals a la Universidad de la Mística d'Àvila. Investigador del CETR.

Ester Vendrell, estudiosa i professora de loga per l'AEPY i per Viniyoga, forma part del Grup Araïoga. Doctora en Història de l'art (UB) i Titulada Superior en dansa i coreografia. Treballa com a docent amb projectes pedagògics i de recerca entorn la història de les pràctiques corporals i la dansa i des de la pràctica personal transformativa.

Altres serveis

Biblioteca: el CETR posa a l'abast dels seus usuaris i col·laboradors una biblioteca de consulta, de lliure accés, especialitzada en el fet religiós i les tradicions de saviesa.

www.cetr.net: a més d'informació actualitzada de les activitats del centre, hi trobareu articles, seleccions de textos i altres recursos d'interès.

www.ea.cetr.net on trobareu els nostres treballs d'investigació sobre la construcció de projectes col·lectius cohesionadors i motivadors.

Cursos on-line: Moltes activitats es poden seguir en modalitat *online*

Butlletí: Per estar al dia. Us podeu donar d'alta a www.cetr.net.



Els estudiants, els jubilats i els Amics del CETR, tenen un 15% de descompte.

El CETR es una entitat sense ànim de lucre, vols col·laborar? Entra a cetr.net/col·labora/ Gràcies.

Per a qualsevol informació, l'horari d'atenció és de 16:30h. a 20:30h. També a cetr@cetr.net

On som?



C/ Rocafort, 234, local
(Jardins Montserrat)
08029 Barcelona
Metro: L5 Entença
Tel. 93 410 77 07

Web: www.cetr.net
Mail: cetr@cetr.net
Instagram: [@cetr.bcn](https://www.instagram.com/cetr.bcn)
YouTube: Canal Cetr Bcn
X: [@CETR_Barcelona](https://twitter.com/CETR_Barcelona)
Facebook: facebook.com/cetr.centre.destudis

Descarrega't el programa d'activitats 2025-2026



Si vols rebre el programa imprès o inscriure't al butlletí mensual:



Us convidem a visitar les nostres pàgines

www.cetr.net

www.ea.cetr.net



Amb la col.laboració de:

 **audir**