

El cultivo de la Cualidad humana

Programa de actividades
2025~2026



CETR, un centro de investigación sobre la cualidad humana

La sociedad de innovación y cambio en la que vivimos afronta un reto urgente: saber cómo cultivar la cualidad humana en las nuevas condiciones culturales. No sería sensato partir de cero en esta tarea, sino que hay que heredar la sabiduría recogida a lo largo de la historia de la humanidad, sin que las antiguas formas culturales en las que nos llega supongan un obstáculo.

Para hacer frente a este reto, CETR, durante sus 25 años de existencia (y en su prehistoria), se ha orientado a estudiar e investigar las siguientes temáticas:

1a. En qué consiste la “cualidad humana profunda”(aquello que nuestros antepasados llamaban “espiritualidad”).

2a. Cómo cultivar la cualidad humana, verificando los resultados con lo que proponían las tradiciones de sabiduría del pasado.

3a. Las condiciones de cultivo de la cualidad humana en las sociedades actuales que viven de innovar en ciencia y tecnología, y que tienen que modificar continuamente la forma de vivir.

4a. Esta cualidad tiene que ser la base sólida para crear proyectos de vida colectiva. Estudiamos **los procedimientos de creación de proyectos colectivos** de los antepasados -desde la cualidad humana- en sus condiciones culturales, para aprender a hacerlo de manera adecuada, según las condiciones del presente.

5a. Y, desde un punto de vista pedagógico, se estudia **cómo facilitar el cultivo de la cualidad humana a cualquier edad**.

Los trabajos de los distintos equipos de investigación no se plantean desde una vertiente simplemente teórica, sino también con voluntad práctica, tanto para la vida personal como para la vida colectiva. Encontrará más información sobre cada equipo de investigación en www.cetr.net, www.ea.cetr.net y www.otsiera.com.

Ésta es la orientación del Centro resultado de un ya largo itinerario. **Deseamos que el conjunto de nuestro trabajo sea un servicio a la sociedad y, al mismo tiempo, una forma de cultivar la cualidad humana durante otros 20 años.** El programa de actividades que se ofrece quiere ser una invitación a participar en esta dinámica de indagación y cultivo.

Un programa que incluye...

- Lecturas comentadas
- Prácticas de silencio
- Fines de semana de intensificación
- Seminarios
- Grupos de trabajo, etc.

El programa previsto para este curso combina propuestas presenciales y *online*. Por si las circunstancias obligan a hacer alguna modificación o se introducen nuevas actividades, os animamos a entrar en www.cetr.net y a **daros de alta en el Boletín** y así podréis recibir toda la información actualizada.

Lecturas comentadas

Explorar las fuentes de la cualidad humana y la cualidad humana profunda

1. APROXIMACIÓN AL DAODEJING (TAO TE CHING)

a cargo de Marià Corbí, Montse Cucarull y Marta Granés

Dice la leyenda que el maestro Laozi (China, s.V-VI a.C.), archivero de palacio, cansado de la vida en la corte, montó sobre un búfalo y se alejó. Al llegar a la frontera, un guardián le reconoció y le pidió que antes de abandonar el territorio le dijera algo sobre el sentido de la vida. Éste habría sido el origen del *Daodejing*, el libro (*jing*) del camino (*Dao*) y de la virtud (*De*), pilar del taoísmo y del pensamiento chino. Una pequeña gran obra que habla —entre otros muchos temas— de “actuar sin actuar” o de no poner obstáculos al fluir de la vida. Es un “clásico” universal, traducido y editado a infinidad de lenguas. (De entre las muchas ediciones posibles, sugerimos la versión castellana de S. Mitchell, en Dojo Ediciones, 2020)

Del 16 de octubre al 28 de mayo

15 jueves, quincenalmente, de 19:00 a 20:15 h.

Presencial y online

Aportación: 132 € (fraccionable)

2. PALABRAS DE LAL DED

a cargo de Marià Corbí, Montse Cucarull y Marta Granés

Por primera vez, nos acercamos a la gran corriente no-dual del shivaísmo de Cachemira a través de los poemas de Lal Ded, una mística india del siglo XIV. Intentando absorber su indagación deberemos profundizar en sus expresiones devocionales. (Seguiremos la edición castellana, de J.J. de Olañeta, 2000)

Del 23 de octubre al 21 de mayo

14 jueves, quincenalmente, de 19:00 a 20:15 h.

Presencial y online

Aportació: 165 € (fraccionable)

3. LECTURA DEL CORÁN

a cargo de Marià Corbí

Continuaremos adentrándonos en el texto fundacional del Islam, a través de una lectura sin epistemología mítica, una lectura que —más allá de un sistema de creencias— busca descubrir la sabiduría que el texto vehicula a través de su fuerza simbólica. Podremos constatar que es posible comprender y sentir hoy su gran riqueza. No hace falta haber participado en el seminario del curso pasado para poder seguir bien la lectura comentada de este año. (Utilizaremos la traducción de Julio Cortés, a Ed. Herder).

Del 24 de octubre al 22 de mayo

15 viernes, quincenalmente, de 15:15 a 16:30 h.

Presencial y online

Aportación: 154 € (fraccionable)

Lecturas comentadas

Explorar las fuentes de la cualidad humana y la cualidad humana profunda

4. “AQUÍ NO HAY NADIE”: REFLEXIÓN EN DIÁLOGO CON MARIÀ CORBÍ

a cargo de Montse Macau, Joan Puigpiqué y Marià Corbí

“No somos nadie venido a este mundo, somos este mundo” —insiste a menudo Marià Corbí. Si no soy “alguien”, ¿qué soy? ¿Dónde queda la conciencia de individualidad? ¿Y la responsabilidad sobre la actuación? O, ¿qué propósito puede tener la vida? Preguntas como éstas surgen a partir de la lectura de numerosos textos de sabiduría, de tradiciones y épocas muy distintas, que subrayan que los seres humanos nos vemos desde una perspectiva equivocada, y que ese error es la raíz de la infelicidad. En diálogo con Marià, repasaremos algunas de estas afirmaciones, trataremos de aclarar dudas, de sacar sus consecuencias. En resumen, vamos a reflexionar sobre la vida, sobre el sentido de nuestras vidas.

19 y 26 de noviembre

2 miércoles, de 19:00 a 20:15 h.

Presencial y online.

Aportación: 30 €

5. CICLO LA ESPIRITUALIDAD DE LA RACIONALIDAD: ESTOICOS, SPINOZA, VOLTAIRE Y ROUSSEAU

a cargo de Francesc Torrades

El ciclo que presentamos observará con detalle el conocimiento racional como herramienta espiritual. La calidad humana profunda es racional. Sentir, conocer y actuar expresan dimensiones humanas irrenunciables que permiten tener noticia de la dimensión absoluta de la realidad. La noticia-experiencia de la dimensión absoluta de la realidad no es contraria a la razón, no la suprime, la necesita; no sólo para evitar obstáculos innecesarios y desequilibrios peligrosos, sino sobre todo para poder gozar de la libertad, armonía y plenitud humana. Conocer la maestría de grandes filósofos nos ayudará a disfrutar de la realidad que nos rodea de forma más plena.

Módulo 1: “La propuesta vital del estoicismo, a través de sus textos”

2 sesiones, los martes 5 y 12 de mayo

Módulo 2: “La propuesta vital de Spinoza, a través de sus textos”

2 sesiones, los martes 19 y 26 de mayo

Módulo 3: “La propuesta vital de Voltaire y Rousseau, a través de sus textos”

2 sesiones, los martes, 2 y 9 de junio

Del 5 de mayo al 9 de junio

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

Presencial y online

Aportación: 30 € (fraccionable)

Seminarios

Reflexiones en torno a retos contemporáneos

6. ¿CIBERCULTURA O CIBERCAPITALISMO?

a cargo de **Álvaro Soler y Jose Manuel Bobadilla**

Vivimos inmersos en las sociedades del conocimiento, pero... ¿hacia dónde vamos realmente? Estamos ante una encrucijada: o nos rendimos al cibercapitalismo, donde toda la tecnología queda al servicio del beneficio económico y la explotación... o apostamos por una cibercultura postcapitalista, que ponga la vida y la justicia social en el centro.

Este curso invita a mirar más allá del realismo capitalista del que hablaba Mark Fisher, y a cuestionar lógicas que damos por inevitables. Si la tecnología puede hacerlo todo, ¿por qué sigue al servicio de unos pocos? ¿Y si fuera posible un modelo tecnocientífico alternativo, justo, habitable y real?

Cuatro sesiones que invitan a pensar, sentir e imaginar otros mundos posibles.

1. **Dónde estamos y cómo hemos llegado hasta aquí.**
2. **¿Qué implica vivir bajo el cibercapitalismo?**
3. **¿Cuáles son las consecuencias materiales y éticas de este modelo?**
4. **¿Cómo cultivar la nueva sensibilidad humana, imprescindible para construir una ética postcapitalista?**

7, 14, 21 y 28 de octubre, 4 martes, de 19:00 a 20:15 h.

Presencial y online. Aportación: 25 €

7. EXPERIMENTAR LA AVENTURA HACIA SI MISMO

a cargo de **Queralt Prat i Pubill**

El objetivo de estas tres sesiones es abrir la puerta a una nueva comprensión de nosotros mismos y del mundo. Una comprensión que nos aporta seguridad, tranquilidad y, sobre todo, orientación para vivir mejor con nosotros mismos y con los demás. Lo que proponemos no es un reclamo publicitario, sino una realidad que se puede experimentar y que experimentaremos.

En tres sesiones, sentaremos las bases para este proceso de descubrimiento y transformación personal:

- **Primera sesión:** Exploraremos el funcionamiento del "yo", las necesidades, los sentimientos, las emociones y las estrategias que utilizamos para satisfacerlas.
- **Segunda sesión:** Continuando con más experimentos personales, reconocemos las dos Dimensiones de la Realidad y nuestra capacidad para vivir en estos dos niveles simultáneamente.
- **Tercera sesión:** Exploraremos una comprensión profunda de nuestras capacidades cognitivas que nos conecta plenamente con la vida y nos invita a despertar y desarrollar esta capacidad latente y poderosa que todos tenemos. Lo haremos mediante experimentos prácticos que faciliten una experiencia directa.

El objetivo de las sesiones es poner en valor las capacidades humanas y ofrecer herramientas útiles para su desarrollo plenamente. También, queremos dar recursos para analizar los mensajes que se encuentran a menudo en las redes sociales, y así poder decidir con criterio lo que nos sirve y lo que no. Este curso se ofrece exclusivamente a menores de 25 años.

13, 20 y 27 de enero, 3 martes, de 18:45 a 20:00 h. Presencial y online. Aportación: 20 €

Seminarios

Reflexiones en torno a retos contemporáneos

8. EL EFECTO DE LA MEDIACIÓN TECNOLÓGICA EN LA CAPTACIÓN SENSITIVA

a cargo de Marta Granés

En las últimas décadas se ha producido una implantación y un uso extensivo de la tecnología en las vidas de todos. La tecnología se ha convertido en una interfaz entre los sujetos y su mundo, una interfaz construida a partir de la ciencia que es estructuralmente abstracta y que, por tanto, no puede más que interferir en la captación sensitiva-cualitativa de la realidad.

En las sesiones presentaremos con detenimiento algunos efectos que tiene el uso de la tecnología sobre la sensibilidad humana.

11, 18 y 25 de febrero

3 miércoles, de 19:00 a 20:30 h.

Presencial y *online*

Aportación: 45 € (fraccionable)

9. SOCIEDADES DEL CONOCIMIENTO: INTERDEPENDENCIA Y FUTURO COMÚN

a cargo de Jose Manuel Bobadilla

¿Te has preguntado alguna vez cómo vivir en este mundo tan acelerado, hiperconectado y tecnocientífico?

En una era donde todo cambia a una velocidad vertiginosa, ¿podemos escoger otra manera de ser, de pensar y de relacionarnos?

En este curso exploraremos las claves para entender las nuevas sociedades del conocimiento y cómo nuestra supervivencia como especie está estrechamente ligada a cómo nos relacionamos con los demás y con el planeta.

Nos adentraremos en el concepto de interdependencia: no como una debilidad, sino como una fuerza radical para imaginar formas de vida más justas, sostenibles y llenas de sentido.

1. ¿Por qué podemos hablar de interdependencia?

2. Diferencia entre interdependencia y cooperación.

3. ¿Cómo cultivar la interdependencia?

10, 17 y 24 de marzo

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

Presencial y *online*

Aportación: 45 € (fraccionable)

10. LAS GENERACIONES QUE YA CONDUCE Y LAS QUE CONDUCIRÁN EL MUNDO

a cargo de **Montserrat Cucarull**
y **Marta Granés**

Queremos profundizar sobre los rasgos más destacados de las nuevas generaciones, cómo ven la realidad, las relaciones, el trabajo, el género, los valores tradicionales, etc. Haciendo incidencia en por dónde va el acceso a la cualidad humana de las nuevas generaciones, sus fortalezas y puntos débiles.

14, 21 y 28 de abril

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

Presencial y online

Aportación: 45 € (fraccionable)

11. EFECTO DE LAS PANTALLAS EN NUESTRAS MENTES

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

Miguel de Cervantes

a cargo de **Óscar Puigardeu**

Reflexión sobre el impacto de las nuevas tecnologías en el desarrollo de niños y niñas, y en las habilidades cognitivas y sociales de los adultos, profundizando sobre su impacto en la salud mental.

Contenidos: efectos de las nuevas tecnologías en los procesos del desarrollo, en los procesos atencionales y en las habilidades sociales. Uso, abuso y adicción a las nuevas tecnologías. Nuevas tecnologías y salud mental.

Viernes, 8 de mayo

de 18:00 a 19:30 h. Online

Aportación voluntaria

Grupos de trabajo

Propuestas de profundización y trabajo personal compartido*

12. EL TALLER DE LOS LUNES

a cargo de **Salvador Juncà**,
Teresa Guardans y **Maria Fradera**

Un espacio, en forma de taller, que busca favorecer el intercambio y la profundización personal en relación al cultivo de la cualidad humana. Para facilitar la dinámica del grupo, este taller se ofrece a aquellas personas que ya han participado previamente en alguna de las actividades del Centro.

Los lunes de 17:30 a 19:00 h.

Inicio: 22 de septiembre.

Presencial

Aportación: 100€ (fraccionable)

13. CRUCE DE CAMINOS

Coordina: Teresa Guardans

Cada primer jueves de mes, una tarde para profundizar en el cultivo de la cualidad humana. Cada sesión combina silencio, lectura y reflexión compartida. Con "materiales" para poder ir trabajando a nivel personal durante el mes.

Los primeros jueves de mes,

de 18:00h a 20:00 h.

Inicio: 2 de octubre

Presencial

Aportación: 70 € (fraccionable)

*Para saber qué propuesta se adecua mejor a lo que estás buscando, no dudes en consultar.

Prácticas de silencio

14. TALLER DE SILENCIO

a cargo de Teresa Guardans

Un encuentro mensual de práctica de silencio y meditación, que ofrece la posibilidad de explorar recursos al servicio del trabajo interior, y de entrar en contacto con textos que orientan sobre el cultivo de la cualidad humana. Con el objetivo de que la práctica y los materiales compartidos puedan enriquecer el trabajo personal durante las semanas siguientes, hasta el próximo encuentro.

Los terceros martes de mes, de 19:00 a 20:00h.

Inicio: 16 de septiembre

Presencial

Aportación voluntaria.

15. HATHA YOGA. ASSANAS Y PRANAYAMA

a cargo de Ester Vendrell

La palabra Yoga procede del término sánscrito *yuj-* (unir) y, por tanto, su práctica potencia la Unión de nuestras dimensiones físicas, mentales y espirituales. La neurociencia ya ha demostrado la interrelación de todo nuestro cuerpo/mente. Más allá de ser la fuerza esencial de la vida, la respiración es fundamental para el funcionamiento saludable de nuestro cuerpo/mente.

Nuestras sesiones de Yoga, basadas en la tradición de Krishnamacharya y Desikachar, ponen el foco en la gestión de esta respiración, haciéndola consciente en la práctica de asanas, pranayama, meditación (concentración) y sonido para conseguir esta Unidad. Trabajar sobre nuestra respiración implica trabajar sobre nuestra cualidad física, mental y espiritual. Completamos las sesiones de Yoga con la lectura de los Sutras de Patanjali para situar la práctica, observación y sus frutos según la tradición.

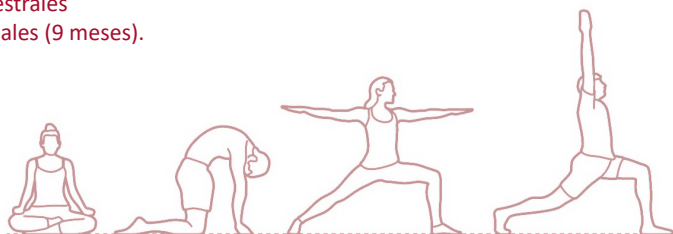
Los miércoles, de 18:30 a 19:45 h.

Inicio: 1 de octubre. Presencial

Aportación: 35 € mensuales

92 € trimestrales

o 235 anuales (9 meses).



Fines de semana

de intensificación, en la naturaleza

La propuesta consiste en un encuentro en plena naturaleza, para intensificar el trabajo sobre la cualidad humana, con la ayuda de textos, prácticas de silencio y comentarios compartidos.

16. ATENCIÓN Y MEDITACIÓN: práctica, orientaciones y recursos

a cargo de Maria Fradera
y Teresa Guardans

Interesarse y sentir la realidad con todas nuestras capacidades, reconocerla, estar presentes: es lo que propicia el cultivo de la atención plena, el silencio, la meditación.

Un curso más, se ofrece esta posibilidad de cultivo de la atención y de meditación, con momentos de lectura y reflexión, proponiendo prácticas que puedan favorecer su integración en la vida cotidiana.

Los fines de semana son independientes y complementarios entre sí. Se puede participar en uno de ellos, en dos, o en los tres.

18 y 19 de octubre del 2025

14 y 15 de febrero del 2026

6 y 7 de junio del 2026

18. FIN DE SEMANA SOBRE LA SABIDURÍA DE LAL DED

a cargo de Montserrat Cucarull
y Marta Granés

Este fin de semana nos permitirá profundizar pausadamente en los poemas de Lal Ded, mística shivaíta, centrándonos en algunas de sus expresiones.

9 y 10 de mayo del 2026

17. FIN DE SEMANA SOBRE LA SABIDURÍA DEL DAO DE JING

a cargo de Montserrat Cucarull
y Marta Granés

Este fin de semana nos permitirá profundizar pausadamente sobre la sabiduría contenida en este texto, centrándonos en algunas de sus afirmaciones.

7 y 8 de marzo del 2026

Información general:

Horario: Desde el sábado a las 10:00h. hasta el domingo a mediodía.

Con la opción de participar solo el sábado.

Lugar: En el Casal La Salle, en Sant Martí de Sesgaioles. Las habitaciones son individuales.

Transporte: En vehículo particular. Si necesitas plaza, avísanos.

Precio: 125€, incluye el almuerzo del domingo.

Más información en secretaría.
93 410 77 07 (tardes)

Profesorado

Jose Manuel Bobadilla, graduado en Sociología, con mención en Cultura, por la UAB. Máster en Ciencias de la Religión en el ISCREB. Máster y doctorante en Filosofía Aplicada a la Ciencia y la Técnica por la UAB. Investigador del CETR.

Marià Corbí, doctor en Filosofía, licenciado y Teología. Ha sido profesor del Departamento de Ciencias Sociales de ESADE y de la Fundación Vidal i Barraquer. Entre sus numerosas publicaciones destacamos: *Hacia una espiritualidad laica* (Herder), *La construcción de los proyectos axiológicos colectivos*. (CETR-Bubok) y *Proyectos colectivos para sociedades dinámicas* (Herder).

Montse Cucarull, licenciada en Farmacia (UB) y en Ciencias Químicas. Investigadora del CETR.

Maria Fradera, maestra y profesora de yoga. Autora y coautora de varios títulos, entre los que destacamos: *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 Ciencias de la Religión (UCM), licenciada en Estudios de Asia Oriental, Máster en Humanidades, y profesora de Yoga por la escuela Viniyoga. Investigadora del CETR.

Teresa Guardans, doctora en Humanidades. Últimas publicaciones: *Imhotep y el faraón* (Lalè); *Silencio* (San Pablo).

Salvador Juncà, Ingeniero industrial, diplomado en Ciencias Económicas y PDG en el IESE. Técnico de empresas multinacionales y empresario, ha sido profesor del Departamento de Ciencias Sociales de ESADE.

Montse Macau, médica. Investigadora del CETR.

Òscar Puigardeu, Doctor en Psicología. Profesor asociado de la UB y colaborador de la UOC. Actualmente trabaja como psicopedagogo en la EAP de Sarrià del Departament d'Ensenyament.

Joan Puigpiqué, Economista (UB) y directivo de empresa.

Álvaro Soler, estudió un grado en sociología por la Universidad de Valencia, donde también cursó un Máster en Gestión territorial y medioambiental. Es divulgador de ciencias sociales a través de *Sociologia Inquieta* en redes sociales y colaborador habitual de medios como *ELSalto* o *Aldescubierto*, donde escribe sobre temáticas sociológicas.

Francesc Torradeflot, doctor en Teología, licenciado en Historia de las Religiones (Lovaina) y en Filosofía (UAB), ha sido director de la Asociación Unesco para el Diálogo Interreligioso y profesor de místicas orientales en la Universidad de la Mística de Ávila. Investigador del CETR.

Ester Vendrell, estudiosa y profesora de Yoga por la AEPY y por Viniyoga, forma parte del Grupo Araioga. Doctora en Historia del arte (UB) y Titulada Superior en danza y coreografía. Trabaja como docente con proyectos pedagógicos y de investigación en torno a la historia de las prácticas corporales y la danza y desde la práctica personal transformativa.

Otros servicios

Biblioteca: CETR pone al alcance de sus usuarios y colaboradores una biblioteca de consulta, de libre acceso, especializada en el hecho religioso y las tradiciones de sabiduría.

www.cetr.net: además de información actualizada de las actividades del centro, encontraréis artículos, selecciones de textos y otros recursos de interés.

www.ea.cetr.net donde encontrarás nuestros trabajos de investigación sobre la construcción de proyectos colectivos cohesionadores y motivadores.

Cursos *on-line*: Muchas actividades se pueden seguir en modalidad *online*

Boletín: Para estar al día. Os podéis dar de alta en <https://cetr.net>



Estudiantes, jubilados y Amigos del CETR, tienen un 15% de descuento.

CETR es una organización sin ánimo de lucro, ¿quieres colaborar? Entra en cetr.net/es/colabora/ Gracias.

Para cualquier información, el horario de atención es de 16:30h. a 20:30h. También en cetr@cetr.net

¿Dónde estamos?



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

Web: www.cetr.net

Mail: cetr@cetr.net

Instagram: @cetr.bcn

YouTube: Canal Cetr Bcn

X: @CETR Barcelona

Facebook: facebook.com/cetr.centre.destudis

Descárgate el programa de actividades 2025-2026



Si quieres recibir el programa impreso o inscribirte en el boletín



Os invitamos a visitar nuestras páginas

www.cetr.net

www.ea.cetr.net



Con la colaboración de:

