

## **BIOGRAFÍA DE TERESA GAZTELU**

Teresa Gaztelu es navarra y ha vivido años en Pamplona, aunque desde hace un tiempo reside en Madrid.

Teresa es Doctora en Filosofía por la Universidad Complutense de Madrid y Máster en Filosofía Contemporánea por la Universidad de la Sorbona. Ha realizado un curso de Formación y Entrenamiento de Filósofos Asesores en la Asociación Española para la Práctica y el Asesoramiento Filosóficos y otro curso, igualmente, en Asesoramiento Filosófico Sapiencial de la mano de Mónica Cavallé.

Fue profesora del Seminario de filosofía budista que ofreció la Universidad Complutense de Madrid entre 2015 y 2018, así como de varias temáticas relacionadas con la filosofía y las religiones en la Universidad Pontificia de Comillas en Madrid hasta el 2020.

Actualmente es miembro del equipo formativo de la Escuela de Filosofía Sapiencial de Mónica Cavallé, imparte conferencias y cursos sobre filosofía para la vida y sobre filosofías orientales, y tiene una consulta de Acompañamiento filosófico, su principal dedicación.

## **SOBRE LA CONFERENCIA**

Nos invita en ella a ahondar en la experiencia de la comprensión. Veremos, primero, que comprender no equivale a entender: al comprender no nos representamos una realidad, sino que la presenciamos de forma directa y con todas las dimensiones de nuestro ser (mente, cuerpo, espíritu). Mientras que al entender no rebasamos el terreno mental y no nos vemos transformados como personas, en la comprensión nuestro sentir y nuestro querer, nuestras disposiciones y acciones, se acuerdan naturalmente con lo comprendido.

Veremos también que, si comprender es ver algo en sí mismo, para comprender necesitamos mirar las cosas con desapego, sin pretensión personal de que las cosas sean de una determinada manera.

La comprensión es resultado de observar desinteresadamente. Pero esa mirada no es fría ni aséptica. Todo lo contrario: la atención que conduce a la comprensión es cálida, aceptadora, respetuosa. Es generosa, porque no busca nada para sí, sólo conocer la realidad tal y como es ella en sí misma.

Nos preguntaremos, por último, en qué consiste comprenderse a una misma, a uno mismo, y comprender al otro o a la otra. Indagaremos en cómo la comprensión abre a una experiencia de integración y unidad, ya con una o con uno mismo, ya con la otra o con el otro, ya con el mundo.