

Conversarán sobre la consciencia y la espiritualidad en Las Rozas

Pablo d'Ors y Gonzalo Rodríguez Fraile cierran el ciclo de conferencias del Plan de Salud Mental

- ***Dos de las voces más relevantes del panorama actual debatirán sobre la necesidad de detenerse y mirar hacia dentro***
- ***Con esta conferencia se cierra una serie de charlas que ha contado con la participación de Elsa Punset o Nazareth Castellanos***

Este jueves 5 de marzo, a las 19 horas, el Auditorio Joaquín Rodrigo de Las Rozas acogerá el encuentro "Contemplación y comprensión espiritual" en el que participarán el escritor, teólogo y sacerdote español, Pablo d'Ors; y Gonzalo Rodríguez Fraile, empresario y divulgador especializado en el nuevo paradigma de la realidad y en el crecimiento del nivel de consciencia. Ambos conversarán sobre el silencio y la consciencia, como camino hacia la felicidad, una reflexión profunda y necesaria que invita a detenerse y mirar hacia dentro.

En un mundo cada vez más acelerado, dos de las voces más admiradas en el campo de la consciencia y la espiritualidad nos proponen aprender a habitar la soledad de forma consciente y descubrir en el silencio una fuente de claridad, equilibrio y sentido. La entrada será libre hasta completar aforo.

Elsa Punset o Nazareth Castellanos

Este coloquio se suma a las ponencias de otras reconocidas conferenciantes, como Elsa Punset o Nazareth Castellanos, celebradas en el mismo marco. Así, Punset

Plaza Mayor 1 - Las Rozas
Tel. Información Municipal: 010
Tel. Prensa: 91 757 90 02 / 91 77
comunicacion@lasrozas.es - www.lasrozas.es

intervino el pasado mes de febrero con “Naturaleza, cuidado y salud mental” en la que disertó sobre la relación profunda y cada vez más necesaria entre naturaleza y salud mental. Reconocida escritora y filósofa, Punset realizó una mirada cercana y accesible para explicar por qué volver a la naturaleza no es un lujo ni una moda, sino una necesidad de salud pública, así como sobre el papel que juegan los entornos que habitamos (ciudades, barrios y espacios verdes) en nuestro equilibrio emocional y colectivo.

Por su parte, Nazareth Castellanos, durante su intervención “Salud mental y estilo de vida”, expuso la importancia de la prevención en la salud mental, el cuerpo, la alimentación, la respiración y la meditación. La física, neurocientífica y divulgadora española, especializada en la investigación científica de la actividad cerebral, nos invitó a entender la conexión entre cuerpo y mente desde una mirada científica, cercana y profundamente humana.

Dentro de estos encuentros y conferencias, el Café Teatro del Centro Cultural de La Marazuela acogió el taller “Rompiendo mitos sobre la edad”, una jornada participativa en la que los asistentes reflexionaron sobre la percepción del envejecimiento, los estereotipos y las nuevas formas de conexión y convivencia. Una conversación cercana y dinámica, para poner en valor la experiencia, la diversidad y la importancia de las relaciones en esta etapa de la vida.

Plaza Mayor 1 - Las Rozas
Tel. Información Municipal: 010
Tel. Prensa: 91 757 90 02 / 91 77
comunicacion@lasrozas.es - www.lasrozas.es