

25
anys

Cursos Nau Gran en Obert

Cómo aprender a vivir en libertad

Aniceto Masferrer Domingo

Departament de Dret Financer i Història del Dret, Facultat de Dret

Vivir en libertad no es sencillo, pero es clave para tener paz y vivir en paz uno mismo. Este curso explica cómo aprender a vivir en libertad, cómo conquistar la propia libertad.

El esquema del curso seguirá el contenido de mi libro "Cómo vivir en libertad siendo uno mismo" (Fonte 2024), que estructura el proceso de aprendizaje de la libertad en tres grandes fases, que resumo aquí con un estilo directo y asertivo.

1º) Conoce y acepta lo que te viene dado: conocimiento y aceptación de uno mismo. Conoce la realidad, empezando por ti mismo, y acéptala: acéptate como eres, con tus luces y tus sombras. La primera condición para una vida lograda es aceptarse como se es. Y para ello, conviene conocerse, saber qué me ha venido dado, con qué me he encontrado y de quién he recibido el amor del que he gozado. Ese conocimiento y aceptación despierta el asombro y el agradecimiento, nos ancla en la realidad y no protege del peligro de vivir en la ignorancia, en la mentira o en la apariencia. Sólo desde la verdad de lo que uno es puede construirse un proyecto personal y genuino, sin necesidad de tener que estar mendigando la aprobación y la estima de los demás.

2º) Decide lo que quieres llegar a ser: proyecto personal y relaciones humanas. Para que el ejercicio de la libertad tenga un sentido que trascienda una suma inconexa de elecciones banales, se requiere de un proyecto personal que informe toda tu vida y que no sea auto-referencial, es decir, que los demás estén en el centro. El conocimiento de la realidad y de ti mismo te permite construir, de un modo único y original, la propia vida, lo que quieres llegar a ser, sin perder el anclaje con la realidad, llevando a la plenitud lo que eres, tu potencialidad, aquello a lo que te sientes llamado. El proyecto personal y las relaciones humanas son claves, porque dan sentido, profundidad y perspectiva a la propia vida.

3º) Haz realidad ese proyecto en el tiempo con el ejercicio de tu libertad. Para realizarse y crecer como persona se requiere de tiempo. Pero no es suficiente con dejar que el tiempo transcurra. Del uso que de él hagas dependerá, en buena medida, que llegues a ser lo que quieras ser, llevar a la plenitud tu proyecto personal, esa biografía única e irrepetible, aquello que quieres hacer de tu vida. Para ello, tendrás que superar algunas concepciones erróneas del tiempo, muy presentes en esta sociedad posmoderna (narcisismo, hedonismo y utilitarismo), que amenazan con erosionar no sólo lo que quieres llegar a ser, sino incluso aquello que te venía dado y constituía tu punto de partida. Ahí es imprescindible ejercer tu libertad, entendida más como conquista, que como mera suma de elecciones triviales y pasajeras.

Con tu libertad podrás hacer realidad tu proyecto personal y lograrás desplegar tu personalidad, con toda su riqueza y potencialidad

Fechas

11,18,25 noviembre 3,
9 diciembre

Horas 10

Créditos Nau Gran 1

Precio 27,72 €

Horario

Lunes 16:00 - 18:00

Idioma castellano y valenciano

Curso presencial



VNIVERSITAT
ID VALÈNCIA

525
anys
1499 - 2024

UV cultura
UV societat

25
anys
1999
2024
la Nau Gran
VNIVERSITAT ID VALÈNCIA

GENERALITAT
VALENCIANA
Conselleria d'Educació,
Universitats i Ocupació