

# Especialista Universitario en Desarrollo Personal y Mindfulness (Atención Plena)

## Contenidos

1. La Atención Plena (Mindfulness)
2. La Práctica de la Atención Plena (Mindfulness)
3. Evolución, Desarrollo Transpersonal y No-dualidad
4. El Funcionamiento de la Mente: Las Trampas del Ego
5. La Dinámica de la Negación y la Proyección
6. La Liberación de la Mente: Más allá del Ego
7. Comprensión y Aceptación Profunda:  
El Verdadero Perdón
8. Relaciones Sanas y Conscientes
9. Vida, Muerte y Duelo
10. La Paz Interior: Silencio y Quietud
11. Amor, Compasión, Espiritualidad,  
Sabiduría y Felicidad
12. Fundamentación Científica y  
Aplicaciones de la Atención Plena
13. Trabajo Fin de Especialista



**Colaboran entre otros:**  
*Vicente Simón, Sergi Torres,  
Rodrigo Joaquín del Pino (Rama),  
Jorge Lomar, Mónica Cavallé,  
Susana Ortiz, Clemente Franco...*

## Información General

- **Preinscripción y Matrícula:** hasta el 20/12/2013
- **Realización:** del 27 de Enero al 31 de Mayo de 2014
- **Precio:** 750 € (infórmate sobre las becas)
- **Nº de Horas:** 150
- **Destinatarios:** profesionales de la salud, alumnos, docentes y cualquier persona interesada en la temática
- **Créditos de libre configuración :** 20 ECTS
- **Información, matrícula y becas:**
  - <http://centrocontinua.ual.es>
  - Teléfono: 950 015 360
  - [epropias@ual.es](mailto:epropias@ual.es)
- **Más Información en:** [mindfulness@ual.es](mailto:mindfulness@ual.es)
- <http://mindfulness.ual.es>
- **Facebook:** Mindfulness Inlumine Sapiencia

Este título forma parte del **Título de Experto Universitario en Desarrollo Personal, Educación Consciente y Mindfulness**

Toda la información en la página Web: <http://mindfulness.ual.es>