

1. ¿Qué hace un Ingeniero de Caminos trabajando como Terapeuta?

Mi historia personal es un poco rocambolesca. Empecé mi vida profesional en la construcción porque estudié ingeniería de caminos. Había que probar, pero yo ya estaba interesado en lo terapéutico y sobre todo en el trabajo corporal porque padezco una enfermedad congénita que me provoca un dolor continuo en los pies. Ambos caminos lo terapéutico y lo corporal hicieron meterme más en este mundo y a los 4 años de trabajar en la construcción cambié el casco por el cojín.

2. ¿Qué significan las siglas TCI?

TCI significa Trabajo Corporal Integrativo. Es el nombre que acude hace más de 20 años para definir el trabajo que hago que consiste en mezclar diferentes técnicas corporales con el objetivo de mejorar el conocimiento de uno mismo y aprender a manejar el cuerpo de forma creativa. La idea surgió en el seno de la escuela de expresión y psicomotricidad Carme Aymeric en 1999. Allí junté varios profesionales del ámbito del trabajo corporal y organicé una formación personal a través del cuerpo que es lo que hoy en día es el postgrado TCI vinculado al INEFC. A parte de esta formación también impartí clases de expresión corporal para seguir creando y potenciando herramientas corporales. Y también he podido exportar una parte del postgrado a otras ciudades como Cartagena, Donosti, Mallorca y Lleida

3. ¿Hacia dónde puede llevarme el trabajo con el cuerpo?

El trabajo corporal es una vía rápida y más directa para conocerse y para tomar conciencia de uno mismo. Si le añadimos una manera lúdica de acceso tendremos una herramienta muy buena para poder entrar a conocernos de una manera más auténtica más allá del mundo de la palabra. El cuerpo es muy sabio y generoso siempre que le des espacio para desarrollar todo su potencial.

4. ¿En qué puede beneficiar mi salud el trabajo corporal?

Lo mejor para estar saludable es ser plenamente consciente de tu cuerpo, de sus posibilidades y de sus habilidades. Vivimos muy lejos de nuestro verdadero potencial a todos los niveles. Si quieres ser un buen conductor no estaría de más conocer bien el vehículo. Nuestro cuerpo no es sólo nuestro vehículo es mucho más que eso. Somos un cuerpo no tenemos un cuerpo. Sino entendemos eso estamos perdidos y en manos del destino o de especialistas externos.

5. ¿Qué dice mi cuerpo de mí?

Tu cuerpo no dice de ti. Tu cuerpo eres tú, y como se mueve, como se comporta, como interacciona es como eres esencialmente Mirarlo de otra manera es alejarnos de nuestra fuente de conocimiento personal

6. ¿En qué puede ayudarme más el Trabajo Corporal Integrativo?

En el tci se atiende tanto el autoconocimiento a través del cuerpo como el conocimiento el manejo del cuerpo en la relación con el otro. La comunicación va mucho más allá de lo puramente verbal y poder ampliar nuestra manera de comunicarse mediante el cuerpo nos abre a un mejor conocimiento también del otro.

7. ¿Qué le dirías a una persona que se siente incómoda con el contacto y acercamiento corporal, y tienes dudas de realizar tu taller TCI?

Le diría que no permitir el contacto es negarse a una parte de la vida. Mi trabajo es muy respetuoso de los límites de cada uno. Eso no implica evidenciar lo que implican ciertas dificultades. Mis alumnos tienen todo el tiempo y el espacio para ir entrando a su ritmo en esta manera de entender el cuerpo y el contacto. Sin contacto pleno no estamos plenamente en la vida.

8. Para terminar, después de acompañar más de 21 promociones de alumnos TCI, dime algo valioso que hayas descubierto en todos estos años

Tras 21 años de formación creo que puedo asegurar que el cuerpo es la vía más directa clara y sencilla de poder llegar a ser uno mismo. Y también que por mucho que nos engañemos la vida y el cuerpo son muy generosos.