

l'entrevista | JURE COMAS

«El mètode és una proposta d'aprenentatge a través del cos»

Observant la planta del peu d'una persona es pot saber el caràcter que té?

—«El que podem dir és que, segons com camines per la vida, deixes una empremta; de la mateixa manera que si vas per la platja i mires enrere, veus que totes les petjades són diferents. Podem veure qui és la persona, la seva estructura corporal, i també veus les seves tendències i qualitats. A partir d'això, el que fem és determinar quines són les tendències personals que originen els desequilibris que la persona experimenta.»

—Quan ve a visitar-se algú al centre, què feu primer?

—«Primer de tot hem de definir quin és el seu objectiu, i establir una proposta d'aprenentatge; que no és una proposta terapèutica ni una proposta de curació. L'objectiu: aconseguir el benestar, que només obtindrem si considerem les nostres qualitats. La persona ve perquè alguna cosa no li agrada, no se sent satisfeta o vol alguna cosa diferent. Des d'algú que té migranya fins a algú que té problemes perquè les relacions li durin, o a la inversa... El que fem és traduir aquest desequilibri en una sensació concreta i específica, hi donem un origen; per exemple, 'aquestes migranyes potser les tens perquè menges alguna cosa que se't posa malament', o 'aquesta persona va entendre en una determinada etapa de la seva vida que un canvi suposava un error'. El que fas és connectar el present amb la font del desequilibri, i llavors dissenyem un pla individualitzat, en el qual mitjançant diversos tipus de tacte, tècniques i exercicis la persona pot crear un canvi en el desequilibri que vol canviar.»

—Per exemple?

—«Una persona pot venir perquè nota dolor a la part alta de l'esquena. En el moment de definir el procés concretem quina és l'experiència de la molèstia, on és, en quins moments la nota, quant li dura, etc. Busquem quins són els moments en què aquesta molèstia és més clara per a la persona, perquè així hi podrà prestar atenció i podrà aplicar el que va aprenent en el procés d'aprenentatge. Llavors dius: 'D'acord, li ensenyaré com encongeix aquesta zona del cos quan està en una determinada situació, li ensenyaré altres opcions de respirar, farem diferents treballs i tècniques per tal que la persona pugui reexperimentar aquesta situació i pugui escollir i decidir deixar-la de fer.»

—Això vol dir que es pot provocar a través del tacte alguna situació?

—«No. El que vull dir és que tots tenim moltes qualitats per poder-nos adaptar millor a la realitat i al moment. Tenim la ràbia, l'empipament, l'amor, la pietat, la claredat... No n'hi ha de bones ni de dolentes. Per exemple, si algú va pel carrer i és víctima d'un robatori, té la força per reaccionar i fugir, amb la capacitat de supervivència, de saber-se adaptar, però mirem

Xavi Tur

PROFESSOR DEL MÈTODE GRINBERG

Exballarí, coreògraf i professor de dansa contemporània, és dels pocs formadors a Catalunya del mètode dissenyat pel suís Avi Grinberg. Actualment codirigeix dos centres a Barcelona.

algú que diu que no s'enfada mai, o que sempre fuig o està trist... Quan utilitza aquestes qualitats de manera repetitiva, és que ha quedat estancat. Així, li ensenya a reconèixer que cada cop que s'enfada, per exemple, respira d'una manera determinada o fa tal cosa... L'objectiu serà superar l'estancament.»

—És un mètode nou...

—«És una tècnica que va començar als anys vuitanta, desenvolupada per Avi Grinberg després d'haver treballat en diversos tipus de tècniques i mètodes en àmbits terapèutics com de curació. Es va adonar que per tal d'aconseguir el benestar ens cal una actitud d'aprenentatge i responsabili-



Foto: JOSEP LOSADA

Fa gairebé vint anys que es dedica al mètode Grinberg: un mètode educatiu que a través del cos ajuda a fer canvis en la vida, sobre la base que les persones s'han d'implicar per aconseguir el benestar.

tat. També, que tenim, com a éssers vius que som, l'habilitat d'autoequilibrar-nos constantment, així que si potenciem aquesta habilitat la nostra vida pot ser més saludable en tots els nivells. És una proposta de llibertat individual, d'adonar-se que alguna cosa que fem no ens convé. El que és normal és que la gent digui 'no em trobo bé, fes-me alguna cosa', i no és això, som nosaltres mateixos, els que hem d'intervenir. Si tinc prou atenció, en un sentit molt ampli, podré provocar canvis, reequilibrar-me i que em conduixin al benestar.»

plaça major

JOAN ROY

Historiografia espanyola

La historiografia espanyola és una cosa grandiloqüent i pretensiosa organitzada sobre la base de tres elements: la història de Castella, l'imperi espanyol i l'estat borbònic, fets confluents en la consigna d'*unidad de destino en lo universal* unívoca a tot el pensament espanyol del XIX i el XX des d'Unamuno i Menéndez Pelayo fins a Ortega y Gasset i Franco.

Aquesta historiografia és contrària a la realitat dels fets que marcaren l'evolució històrica peninsular. Ni Castella ni Catalunya no advocaren mai per la construcció de cap Espanya, que va ser un invent borbònic i afrancesat, fracassat estrepitosament amb el desastre colonial del 1898. L'Espanya moderna la va inventar la burgesia catalana per satisfer els afanys que tenia de convertir la península en mercat captiu de la seva indústria. En aquesta direcció, ja hi anaven la primera Constitució de Cadis, les guerres carlines que van posar fi a l'Antic Règim, les revolucions liberals i, sobretot, la restauració monàrquica disse-

“ L'Espanya moderna la va inventar la burgesia catalana per satisfer els afanys que tenia de convertir la península en mercat de la seva indústria

nyada pel general Prim. Més endavant, en les etapes republicanes, la gestació de l'administració fiscal promoguda per Cambó, i les moltes servituds d'ERC amb el comunisme espanyol. Fins i tot, Franco trobà en alguns significats catalans el suport necessari per afermar el seu règim, des del cardenal Gomà i els diners de Cambó fins a d'altres com ell al Sardà-Dexeus dels plans d'Estabilització o el López Rodó dels tecnòcrates renovadors del règim. La transició mateix va ser una iniciativa materialitzada a la catalana, i no diguem l'ingrés espanyol a l'Europa comunitària.

Malgrat tot, la *unidad de destino en lo universal* continua prevalent, i la sentència del TC sobre l'Estatut n'ha estat la darrera mostra, contravenint les legitimitats hagudes i per haver. Ara, Catalunya i Espanya han quedat sense ponts de diàleg i interacció. Sense Catalunya, Espanya serà òrfena d'expectatives certes de futur, i, tard o d'hora, haurà de canviar de plantejaments, si bé, aquest cop, costarà de trobar catalans disposats a fer-los la feina bruta. Amb tot, potser sí que, amb l'afegit de la crisi econòmica, el sobiranisme català acabarà imposant-se a les urnes a no trigar, però costa de veure qui conduirà a bon fi aquesta fita, majorment representada per una classe mitjana sense gaire preparació i per uns partits polítics sucursalistes farcits de servituds espanyoles.