

Daniel Pérez Ruiz: Psicólogo.

Este verano Daniel Pérez Ruiz, Psicólogo clínico, presentó en la ermita de Santiaguico su libro «*La vida se graba en el cuerpo*». Daniel nació en Yeste el día de Llano Majano, un 22 de Agosto. Sus primeros estudios los inició bajo la tutela y el buen hacer de Don Carmelo, excelente maestro que le inculcó el gusto por el aprendizaje y de cuya mano hizo los primeros cursos de Bachillerato en Albacete. Continuó sus estudios en el Seminario de dicha ciudad hasta que se incorporó a la Universidad Complutense de Madrid, donde se licenció como Psicólogo. A partir de ese momento, comienza una nueva etapa formativa con profesores de prestigio nacional e internacional entre los que merecen especial reseña: Jean Ambrosi, de la Universidad de París, José María Morales, de la universidad de Murcia y Lanza del Vasto, discípulo coetáneo de Gandhi. Referentes que marcaron su profesión y su vida.

Vive en Murcia, ciudad que le ha permitido crecer y evolucionar personal y profesionalmente, habiendo desempeñado hasta la fecha proyectos en los campos de la Educación, la Salud y los Servicios Sociales, en el Ayuntamiento, la Comunidad Autónoma y en empresas privadas.

Todas estas actividades han ido siempre ligadas a temas de desarrollo humano y a favor del bienestar de las personas.



«El ser humano tiene una necesidad de plenitud y hoy por hoy, nuestra sociedad no sabe cómo colmarla».

¿Cuáles son los problemas más comunes por los que la gente busca ayuda psicológica?

A la inmensa mayoría de las personas que se acercan a las consultas psicológicas, se les queda corto el medio en que viven, no porque quienes les rodean sean torpes o tengan malas intenciones, sino porque el ser humano tiene una necesidad de plenitud y hoy por hoy, nuestra sociedad no sabe cómo colmarla.

Nuestros educadores tampoco recibieron lo adecuado para sentirse felices y por eso no pueden aportarlo, no saben hacerlo.

Leo en tu libro que las causas en la aparición de los trastornos se pueden remontar a la infancia. ¿Qué podemos hacer como prevención en estas edades?

Si en nuestra infancia no pudimos recibir lo "adecuado" para evolucionar correctamente, tenemos que ponernos manos a la obra y conseguirlo en esta etapa de nuestra vida. El ser humano tiene que recuperar el poder, y haciéndose responsable de sus acciones, conseguir el máximo bienestar que esté a su alcance.

Asimismo, y como adultos, nos corresponde para con nuestros menores, una tarea importante de colaboración con los docentes y profesionales de la educación. La tarea consiste en ser nosotros mismos referentes adecuados de vida, demostrándoles que es posible vivir una vida interesante, intentando sacar lo mejor de nosotros mismos, para que ellos hagan lo mismo con las suyas.

En mi trabajo hablo mucho con mis alumnos, porque veo que necesitan expresar sus emociones, vivencias, ser escuchados,... Es extraordinario lo que son capaces de expresar si les damos posibilidades o herramientas para hacerlo ¿sería buena una asignatura de educación emocional en los centros educativos? ¿qué opinas?

Si lo que te acabo de decir no creemos que podamos hacerlo, siempre podremos facilitarles actividades que les faciliten sacar los valores que

todo humano llevamos dentro. Pues educar en valores es precisamente sacarlos del interior de cada persona, pues los llevamos implantados en nuestra esencia, en nuestra propia naturaleza. Sería sumamente interesante incorporar en los centros escolares o en todo programa educativo, la asignatura de: aprender a vivir saludablemente.

¿Todo lo que me dices es lo que te ha hecho escribir este libro?

Sí. Estas apreciaciones han dado lugar a que expusiera a través del libro «*La vida se graba en el cuerpo*», una serie de consideraciones que faciliten esa posibilidad de sentirse mejor y colaborar en la construcción de un mundo más a la medida de lo que so-

mos: seres humanos en libertad.

Pues gracias Daniel por tu aportación a una vida más sana.

Antes de finalizar quiero darte las gracias, María Dolores, por esta extraordinaria labor de informar a través de este medio, de tantas y tantas noticias como dais y que con tanto entusiasmo leo cuando me llegan.

Mi máximo reconocimiento y muy agradecido por querer que exponga estas ideas que hoy he aportado.

Un abrazo bien grande y sincero a todos los lectores de este nuestro periódico serrano.

Gracias Daniel.

Mª Dolores Camacho Murillo

¿De dónde nace la decisión de estudiar Psicología?

Mi pueblo, sus habitantes, me enseñaron a valorar a los que me rodeaban, a contemplar y disfrutar de la tremenda naturaleza que lo envuelve, a ser consciente de lo grande que es ser persona y, además, con la nobleza y sencillez que implica el ser de pueblo. Siempre les estaré agradecido.

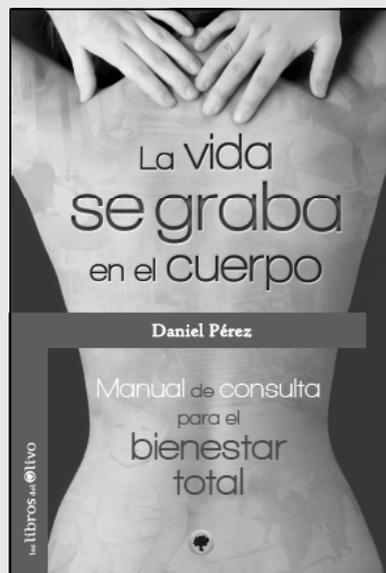
Como es natural, con ese despertar infantil y con el impulso de mis padres, me encaminé, con enorme interés, hacia el conocimiento de las personas, y de ahí vino la necesidad de profundizar en materias de tipo humano y me ví inmerso en estudios de psicología.

Después, vinieron cursos, viajes de estudios...etc. y la gran experiencia de poder participar, con mi familia, en la fundación de la primera comunidad rural de No-violenta, en España, en unos preciosos parajes junto al río Segura y cerca de nuestro pueblo, en La Longuera.

¿Actualmente, a qué te dedicas?

En esta última etapa, y tras una determinada situación en relación a mi salud, estoy entregado a la atención de psicología personalizada y colectiva a través de un programa de bienestar integral dado a conocer como Escuela de Vida. Este programa, pretende facilitar los mejores ingredientes y herramientas para conseguir un estado de vida, lo más saludable posible, en casa situación.

Este proyecto surge ante la evidencia de encontrarme, durante tantos años de profesional de la psicología, con personas que no acaban de sentirse agusto ni con el entorno que les rodea ni consigo mismas.



Portada del libro

«La vida, y sus experiencias, se graban en el cuerpo de un modo tan sutil como profundo. Por eso, la herramienta principal de este libro es el propio cuerpo, ya que él nos indica qué es lo que nos impide conseguir lo que deseamos y alcanzar un grado óptimo de felicidad y bienestar. Y no estamos hablando solo de enfermedades somáticas. Se trata de conocer, desde el origen y a través del cuerpo, el motivo de sentimientos y comportamientos actuales; es decir, el cuerpo tiene la respuesta de «qué nos pasa y por qué».

Este libro le va a ayudar a resolver dificultades que pueda encontrar en el día a día. Puede ser cualquier dificultad cotidiana, pero fundamentalmente aquellas que se pueden plantear cuando nos relacionamos con otras personas.»