



### Josep Miquel Aguilar Cortina

Comenzó sus estudios musicales en la Escolanía de Nuestra Señora de los Desamparados (Valencia), donde tuvo contacto con el canto, el violín, la guitarra y el piano. Tras finalizar los estudios superiores de guitarra en el Conservatorio Superior de Música de Valencia, inició el estudio del contrabajo, terminando sus estudios superiores de esta especialidad en el Conservatorio Superior de Música *Oscar Esplá* de Alicante, y realizando un postgrado de tres años en el Conservatorio Superior de Música de Ginebra (Suiza) con el contrabajista Francesco Petracchi.

Al tiempo que realizaba los estudios de guitarra y contrabajo, Miquel Aguilar tuvo sus primeros contactos con el mundo de la relajación a través de la Técnica Alexander con maestros como Giles Estrain, bailarín francés de renombre en su país. Después de varios años de práctica en solitario y de cursos intensivos con diferentes profesores, conoció a Francisco Mercado, con quien ha explorado diferentes disciplinas como el Yoga, los estiramientos de las cadenas musculares, la respiración, el Tai-Chi, el Sen-Ji o el Pa-Qua. Con esta fructífera relación de Maestro-Discípulo lleva cerca de 15 años en estrecho contacto con la relajación en general y con el Tai-Chi en particular.

Ha colaborado con Francisco Mercado como asistente en cursos de diversos conservatorios profesionales como el Conservatorio Profesional *Marcos Redondo* de Ciudad Real, el Conservatorio Profesional de Alcázar de San Juan, el Conservatori Professional de Riba-roja, el Conservatorio Superior de Música de Canarias y en diferentes entidades privadas.

Por otra parte, en el conservatorio donde imparte las enseñanzas de música, se encarga también de la enseñanza de la relajación y la educación corporal a través de una asignatura añadida al Currículum oficial del centro.