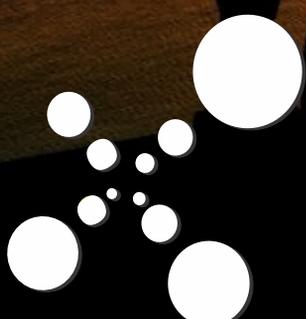
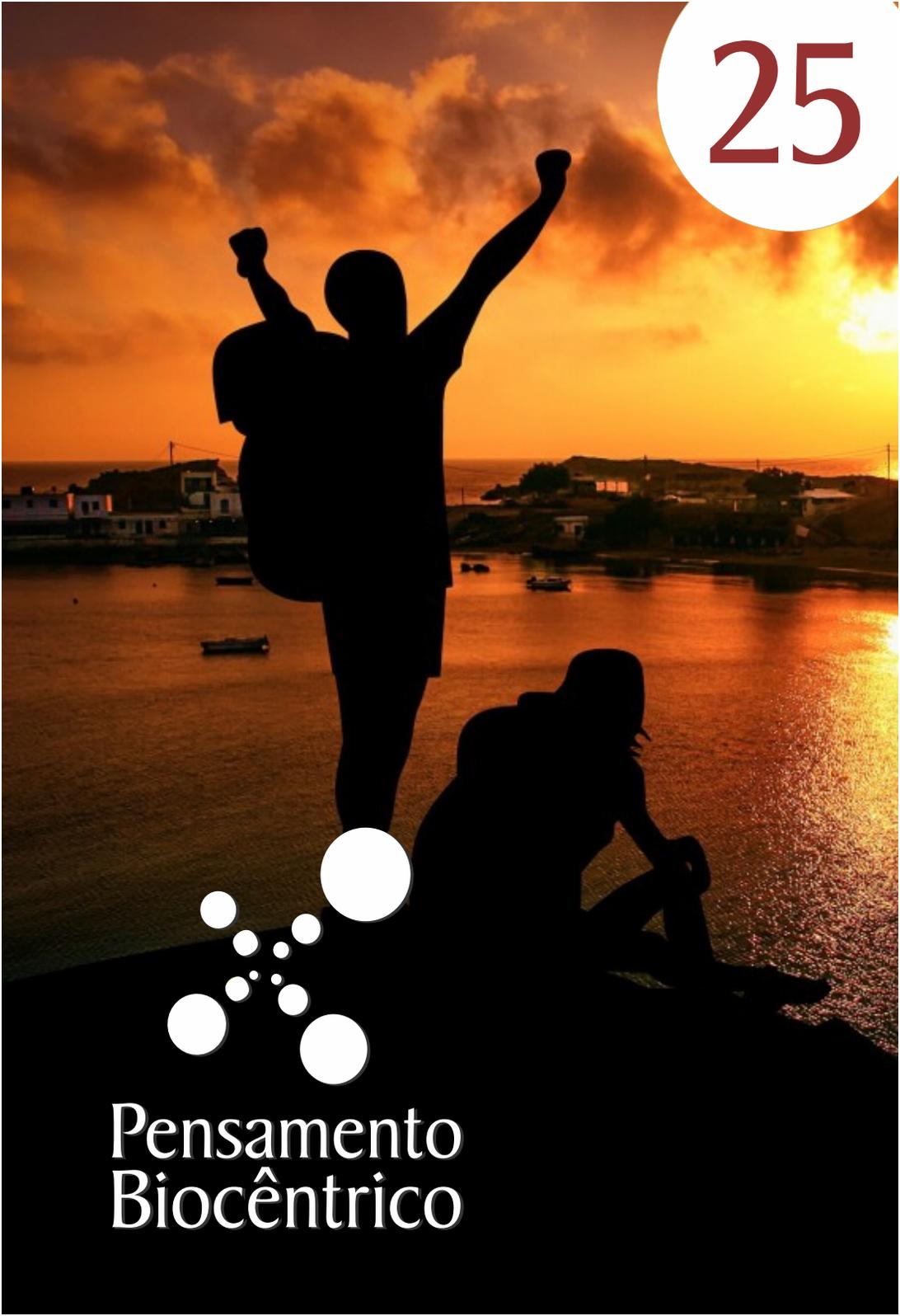


25



Pensamento
Biocêntrico

Revista

Pensamento Biocêntrico

Número 25

Janeiro / Junho de 2016
Semestral

ISSN 1807-8028

Pensamento Biocêntrico	Pelotas	Nº 25	p - 1-142	Jan/Jun 2016
------------------------	---------	-------	-----------	--------------

CORPO EDITORIAL

Agostinho Mario Dalla Vecchia (Pelotas, Brasil), Feliciano Flores (Porto Alegre, Brasil), Geny Aparecida Cantos (Florianópolis, Brasil), Gaston Andino (Montevideo, Uruguai), Cezar Wagner, Ruth Cavalcante e Cássia Regina (Fortaleza, Brasil), Ismênia Reis (Teresina, Brasil), Stela Piperno (Carlos Paz, Argentina), Carlos Pagés (Buenos Aires, Argentina), Gabriela Mader (Colonia, Alemanha), Luis Otávio (Barcelona, Espanha) e Mônica Turco (Bolonha, Itália).

SUMÁRIO

CONSTRUINDO POSSIBILIDADES... ATRAVÉS DA EDUCAÇÃO BIOCÊNTRICA...	
Carla Maciel Severo	7
TRAS LOS PASOS DE ROLANDO	
Gastón Andino	25
LA EXPERIENCIA TRASCENDENTAL	
Abraham Maslow	37
ÉTICA: REFERENCIAL TEÓRICO PARA SEMINÁRIO DE BIODANZA	47
BUDISMO ZEN y OCCIDENTE.....	75
HOMENAGEM DA REVISTA PENSAMENTO BIOCÊNTRICO A ENI SPODE	91

CONSTRUINDO POSSIBILIDADES... ATRAVÉS DA EDUCAÇÃO BIOCÊNTRICA...

Carla Maciel Severo¹

RESUMO: Este artigo tem por objetivo socializar práticas docentes transdisciplinares que promovem o aprendizado integral e de qualidade de crianças e adolescentes em escolas municipais de Canoas/RS. A partir da reflexão de práticas de sala de aula e de pesquisas para a articulação de ações, possibilidades de intervenções pedagógicas vão sendo pensadas e repensadas. No sistema tradicional de ensino atual, que segrega disciplinas, tempos e espaços, como práticas pedagógicas numa perspectiva Biocêntrica podem facilitar o desenvolvimento integral dos educandos? Nesse contexto, a Educação Biocêntrica convida a refletir sobre o processo de ensino-aprendizagem, ressignificando o ato e o sentido de educar para além da sala de aula, fortalecendo vínculos, valorizando os diversos saberes e a identidade de cada ser, desenvolvendo os potenciais que impulsionam o movimento expressivo para o aprendizado e a qualificação das relações pessoais e interpessoais.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Biocêntrica; Práticas Transdisciplinares.

¹ Licenciada em Pedagogia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul/UFRGS. Professora da Rede Municipal de Canoas. Participante de um grupo de pesquisa sobre Educação Biocêntrica, estudos que auxiliam minhas práticas desde 2006, quando tive o primeiro contato através do livro Reeducação afetiva: uma proposta para a integração dos educandos com dificuldade de aprendizagem envolvendo a Biodança, de Eni Spode e Rejane Clezar (2006). Integrante do grupo de estudos de percussão, NGOMA, e de dança, no Instituto Sociocultural Afro-sul Ododomê, em Porto Alegre, onde vivencio e redescubro as Culturas Afros e Indígenas Brasileiras. Estudante no curso do Programa de Estudos Avançados em Psicologia Transpessoal, proposto no TAWA, Centro de Transdisciplinaridade em Educação e Saúde, com sede em Porto Alegre, certificado pela Unipaz-Sul.

CONTEXTUALIZANDO...

Este estudo e exercício de escrita tem por objetivo socializar práticas docentes transdisciplinares que promovem o aprendizado integral e de qualidade de crianças e adolescentes em escolas municipais de Canoas/RS. As práticas apresentadas foram realizadas ao longo da construção de minha docência em turmas de 4º ano do Ensino Fundamental, assim como de 6º a 9º ano, na disciplina de Artes. Essas possibilidades de intervenções pedagógicas surgem através da reflexão de práticas de sala de aula e de pesquisas para a articulação de ações que auxiliem na superação das dificuldades de aprendizagem e colaborem com os variados potenciais humanos dos estudantes e da própria professora. Nesse sentido Saviani (1987) diz que “a palavra reflexão vem do verbo latino ‘reflectire’ que significa ‘voltar atrás’. É, pois, um (re)pensar[...]. Refletir é o ato de retomar, reconsiderar os dados disponíveis, revisar, vasculhar numa busca constante de significado. É examinar detidamente, prestar atenção, analisar com cuidado. E é isto o filosofar.” Tais reflexões e pesquisas buscam ações que ampliem as possibilidades de aprendizagem e permitam um novo olhar sobre a inclusão de todos e de todas, levando em consideração as inúmeras lacunas geradas pelas questões sociais, familiares e de exclusão, as quais grande parte das crianças e adolescentes são submetidos diariamente, nos diferentes grupos que integram.

Lamentavelmente, a sociedade contemporânea está profundamente marcada por padrões individualistas que estimulam a competição e a dominação, gerando falta de amor a si mesmo e ao outro, baixa autoestima, solidão, depressão, desvalorização do humano e, conseqüentemente, dificuldade de contatos saudáveis. Afetivamente, estamos mergulhados no nível da sobrevivência. Diante disso, percebemos a necessidade de buscarmos alternativas para uma nova educação, que consiga

romper com esses padrões. O sistema tradicional de ensino, que segrega disciplinas, tempos e espaços, normalmente fragmentado e descontextualizado, torna-se um sistema obsoleto de reprodução de conteúdos que deixa a desejar naquilo que é o mais importante objetivo educacional: a humanização do indivíduo.

Pensar a mudança de paradigma educacional para que atenda às necessidades atuais advindas da complexidade (MORIN, 2000), tem instigado alguns autores a buscar a compreensão das relações possíveis entre as disciplinas de forma a repensar suas possíveis relações. Entre os autores, Zabala (2002) aponta a transdisciplinaridade como contato e cooperação entre disciplinas de tal forma que ambas acabam por adotar um mesmo conjunto de conceitos fundamentais ou elementos de métodos de pesquisa, ou seja, o mesmo paradigma. É onde ocorre o máximo grau de relações entre disciplinas, promovendo uma integração global dentro de um sistema totalizador, buscando explicar a realidade sem fragmentações, sendo sua palavra chave a Unificação. Ruth Cavalcante (2006), em suas pesquisas, constata que a transdisciplinaridade foi mencionada pela primeira vez por Piaget como uma dimensão interna da forma como o pensamento se expressa no mundo e nas pessoas, tendo como referência não apenas o intelecto, mas passando pela percepção e sensação. Uma maneira de ver, sentir, estudar e construir ciências. Estar ao mesmo tempo entre as disciplinas, através das diferentes disciplinas e principalmente além de qualquer disciplina. É o fim do pensamento que dividia as ciências entre a objetividade e a subjetividade.

Nesse contexto, a Educação Biocêntrica nos convida a refletir sobre o processo de ensino-aprendizagem, ressignificando o ato e o sentido de educar para além da sala de aula, fortalecendo vínculos, valorizando os diversos saberes e a i-

dentidade de cada ser, desenvolvendo os potenciais que impulsionam o movimento expressivo para o aprendizado e a qualificação das relações pessoais e interpessoais. Além dos conhecimentos específicos, é importante que o trabalho pedagógico atual em turmas de Ensino Fundamental seja voltado para a integração dos participantes das turmas, procurando estabelecer relações saudáveis de ensino-aprendizagem.

SOBRE EDUCAÇÃO BIOCÊNTRICA...

Historicamente a “Educação Biocêntrica” surgiu entre os anos 60 e 70, quando movimentos sociais e intensas manifestações de caráter político-cultural, educacionais e tecnológicos estavam emergindo. Nesse contexto, Rolando Toro Arañeda (1984), professor, psicólogo, antropólogo, poeta e pintor chileno, cria o Sistema Biodanza, onde fundamenta o “Princípio Biocêntrico”. Biodança, cujo nome original vem do espanhol Biodanza, etimologicamente significa “a dança da vida”, união do prefixo grego bio (vida) com dança. Biodanza é um movimento de integração e reorganização entre o corpo, a mente e as emoções. Possibilita a expressão do potencial humano, facilitando o acesso a uma nova percepção da vida. Ao longo do tempo, com a correria do dia a dia e o acúmulo de situações estressantes que, muitas vezes, desencadeiam a depressão, as pessoas foram se distanciando e perdendo suas capacidades afetivas e orgânicas. Sendo assim, sentimos de um jeito, pensamos de outro e agimos de uma forma diferente. A Biodanza permite que a expressão da identidade e do prazer de viver aflore novamente. Os exercícios propostos, que chamamos de vivências, estimulam através da música o afeto, o encontro com o outro e consigo, o olhar sem julgamento, o toque, a solidariedade e a capacidade de luta e harmonia. Ou seja, o resgate dos gestos mais primários que o homem possui.

O Princípio Biocêntrico, base do Sistema Biodanza e da Educação Biocêntrica, fundamentado por Rolando Toro (1991), define um estilo de viver, de sentir, de pensar, de agir pautado na conservação da vida, criando-se assim, um novo paradigma para as ciências humanas. “O universo existe porque existe a vida e não o contrário.” (TORO, 2002, p. 51). Com uma proposta de reformulação de valores culturais, o Princípio Biocêntrico está centrado e tem como diretriz o respeito e a valorização da vida. Tudo aquilo que existe, elementos, estrelas, plantas, animais, incluindo o ser humano, são os componentes de um sistema vivo maior. Enquanto indivíduos e sociedade, estamos todos encaixados nos processos cíclicos da natureza. A partir dos estudos e aprofundamentos acerca do Princípio Biocêntrico, educadores do Ceará² começaram a desenvolver um trabalho voltado para o ambiente escolar, consolidando dessa maneira a Educação Biocêntrica, cujo o próprio nome etimologicamente já propõe, bio (vida) e cêntrica (centro).

A Educação Biocêntrica vem facilitar as relações afetuosas, com mais empatia, desenvolvendo a inteligência afetiva, que dá ferramentas para lidar com as adversidades das relações... relações consigo, com o outro e com o universo/meio/cosmos. O exercício da socialização (de produções, pensamentos e emoções) possibilita a compreensão de si e da diversidade cultural presente no grupo, assim como a importância dela para as construções das relações. Buscando as diferentes formas de expressão e as diferentes culturas, a Educação Biocêntrica traz para suas práticas a possibilidade de se desenvolver um trabalho pedagógico que propicie a transdisciplinaridade de modo natural. Propostas que procuram ir além do trabalho com as diferentes áreas do conhecimento, a compreensão de si e do outro através do movimento e da corporeidade

² Ruth Cavalcante, Cezar Wagner de Lima Gois e colaboradores (2001).

vivida, desenvolvendo a afetividade, a criatividade, o fortalecimento de vínculos, a empatia, os potenciais de vida e a inteligência afetiva (diferentemente da inteligência emocional).

A Educação Biocêntrica investe no processo de aprendizagem individual e coletivo do ser humano, buscando a sua totalidade/integralidade através do seu pensar, sentir e agir no mundo. Entende o ser humano como um todo inteiro – corporal, mental, social, cultural, ambiental e espiritual – o qual, por sua vez, também é parte de um Todo e em permanente conexão com o mesmo. E essa proposta de busca pela Inteireza do Ser (POZATTI, 2007) está em sintonia com a visão de mundo transdisciplinar e holística.

CONSTRUINDO POSSIBILIDADES...

A partir dos estudos acerca da Educação Biocêntrica e da reflexão sobre práticas cotidianas de sala de aula que buscam romper e/ou amenizar o engessamento das disciplinas, dos tempos e espaços, normalmente fragmentados e descontextualizados no atual sistema escolar, pensou-se em possibilidades, nem sempre comuns à escola, para fortalecer as relações de ensino-aprendizagem, tornando-as significativas. Arroyo (2000) destaca que o educador deve ser um profissional reflexivo, crítico e construtivo para uma aprendizagem significativa, sendo preciso pensar nele próprio como um eterno aprendiz em busca de aprimoramento constante. Além disso, para ensinar e aprender a ser humano através do relacionamento entre os outros seres humanos.

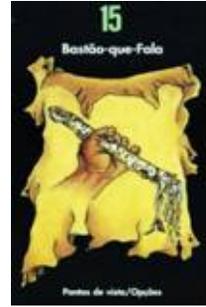
Promover práticas transdisciplinares como Yoga, alongamentos, técnicas respiratórias, relaxamentos envolvendo aromaterapia e cromoterapia, danças circulares, dinâmicas e jogos variados abrangendo o movimento corporal, encenações de tex-

tos, utilização do bastão falador, construção coletiva dos conhecimentos através de círculos de cultura, trocas orais e escritas, organização de trabalhos em grupos... contribui para o desenvolvimento de um aprendizado integral e de qualidade. Dessa forma, junto à Educação Biocêntrica, buscaram-se alternativas que pudessem incentivar e colaborar para o processo de ensino-aprendizagem, aprimorando e valorizando potencialidades.

BASTÃO FALADOR

Na tradição de certos povos indígenas da América do Norte, este artefato era utilizado em reuniões de conselho da tribo para discutir assuntos de interesse e tomar decisões de importância para a comunidade. O bastão que fala trazia, para aquele que o segurasse, o poder da fala, podendo fazer o uso da palavra, expondo seu ponto de vista de modo consciente e responsável. Já os membros que não tivessem em mãos o bastão falador tinham o poder maior, o do silêncio e da escuta, pois aprendemos ouvindo e observando os outros, principalmente os mais velhos, respeitando a ancestralidade. Esse hábito de saber o momento de ouvir, as crianças indígenas aprendiam desde os três anos de idade, bem como, a respeitar o ponto de vista das outras crianças.

Essa prática em sala de aula é possível e traz consigo todo um aprendizado ancestral. Saber ouvir ou se calar, e repensar sobre nossas intenções através da fala, é um aprendizado contínuo, praticado cotidianamente nas nossas relações.



Fotos: Bastão Falador construído por uma turma de 4º ano, levando em consideração os elementos da natureza e Carta Xamânica do Bastão que Fala (SAMS, 1993).

ESTUDOS SOBRE YOGA

Segundo as tradições orientais, o Yoga, prática meditativa milenar que surgiu na Índia, se desenvolveu a partir das observações dos movimentos existentes na própria natureza, dos gestos dos animais, das sensações dos vegetais, dos sons da natureza, da força das montanhas e da energia do Sol. São práticas de exercícios físicos, respiratórios e meditativos que também se utilizam de sons (mantras) para atuar na concentração dos movimentos e na quietude da mente. Seus ensinamentos fundamentais foram sendo passados de geração em geração, transmitidos de mestres para discípulos. Atualmente, o Yoga se consolida como uma Ciência Natural, a qual desperta o ser humano para a sua natureza essencial. Tais práticas estimulam as capacidades e os potenciais adormecidos pelos nossos condicionamentos mentais, sendo ampliados através da autopercepção e autoconhecimento. “Yoga é um sistema integral de educação, não apenas do corpo e da mente ou do intelecto. O Yoga educa e desenvolve a pessoa inteira - a cabeça, o corpo e o coração.” Swami Sivananda Saraswati (*in* Flak, 2007, p. 9)

Em sala de aula são notáveis as contribuições das práticas de Yoga na mudança de postura das turmas. Sendo realizada e retomada com periodicidade, auxilia na atenção, na concentração, na reconexão consigo, na percepção do seu corpo com seus limites e suas reações. Os momentos de estudos sobre Yoga, geralmente, ocorrem uma vez por semana, conforme combinações realizadas com as turmas. É o momento em que se faz a leitura de um livro infantil, praticando e retomando as posturas propostas pelo autor, o qual associa os movimentos a animais. Inicialmente é preciso ter persistência, pois ainda não é uma prática comum de sala de aula, porém após esse estágio inicial de reconhecimento da proposta, com risos envergonhados, gestos desengonçados, brincadeiras fora de hora para fugir, se desviando do momento, das recusas e negações... vamos acolhendo e negociando, convencendo à experimentação e nos colocando à disposição para os movimentos. É importante salientar que a professora ou o professor se proponha a realizar as práticas juntamente com os/as estudantes, de forma horizontal, se colocando na caminhada como aprendiz, pois não somos yoguis, profissionais habilitados para facilitar a prática de yoga, mas sim aprendizes e simpatizantes dessas práticas, por isso se propõem “estudos sobre yoga” e não “aulas de yoga”.



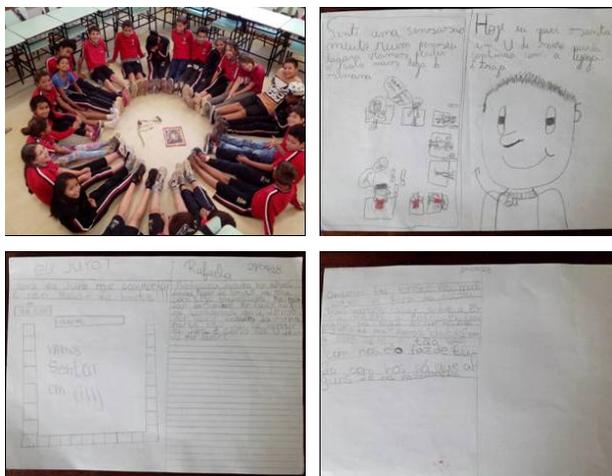
Fotos: 4º ano experimentando Yoga.

CÍRCULOS DE CULTURA: DIÁLOGOS SOBRE CONFLITOS DA TURMA

Os Círculos de Cultura, sistematizados nas obras do educador Paulo Freire, estão fundamentados em uma proposta pedagógica, cujo caráter democrático e libertador propõe uma aprendizagem integral. São espaços coletivos de diálogos também presentes nas dinâmicas da Educação Biocêntrica. “O círculo se constitui assim em um grupo de trabalho e de debate. Seu interesse central é o debate da linguagem no contexto de uma prática social livre e crítica” (FREIRE, 1967, p.7). Essa concepção promove a horizontalidade na relação educador-educando e a valorização das culturas locais através da oralidade, evidenciando a força da linguagem como processo de interação humana.

Em sala de aula, esse espaço de trocas simbólicas, o jeito de ser, os hábitos, os valores, os conhecimentos de cada um passam a ser compartilhados pelo grupo, valorizando ideias, opiniões e acolhendo sentimentos. Dessa forma, num processo de percepção de si e do outro, os círculos de cultura oportunizam o autoconhecimento e a inteligência afetiva.

Possibilitar essas trocas expressando sentimentos, questionando os porquês, para que haja uma reflexão coletiva sobre os conflitos, socializando o que sentiram e por que tais sentimentos vieram à tona, contribui para a autoestima e para o exercício da empatia. O simples fato de ouvir a opinião dos colegas de forma respeitosa e se expressar com clareza, dando suas contribuições para a construção das aulas, são objetivos constantes dessas práticas. Desse modo, as turmas aprendem a lidar com as diferentes opiniões dos colegas e a construir coletivamente os conhecimentos, desenvolvendo a cooperação e o comprometimento com o grupo, além da reflexão e da capacidade de argumentação, levando em conta as diferentes formas de linguagem/expressão.



Fotos: Turma em círculo trabalhando com a filosofia Ubuntu/ Africana e escritas sobre sentar em U e o gosto pelos estudos sobre Yoga.

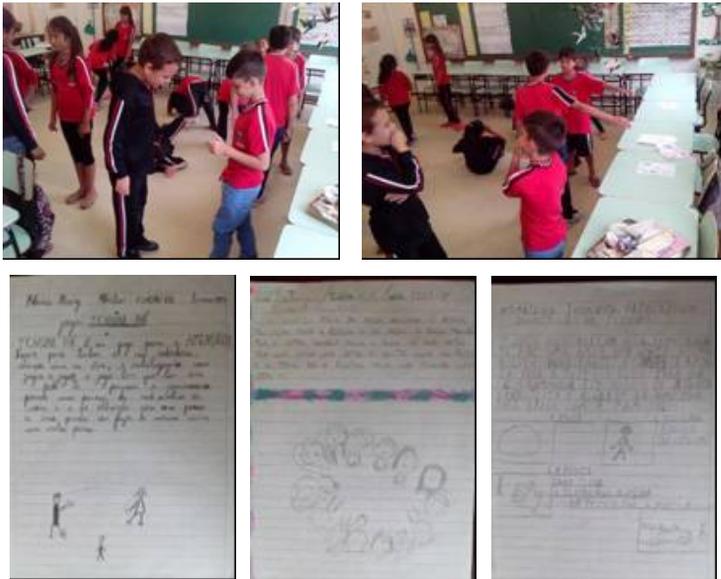
JOGOS BIOCÊNTRICOS

Os Jogos Biocêntricos³ são um sistema de vivências lúdicas integrativas, compostos por brincadeiras, danças, cantos, rodas, diálogos, modos, circunstâncias e situações, organizados de forma lúdica, dinâmica e harmoniosa. Em grupos, os Jogos Biocêntricos procuram desenvolver a cooperação, a solidariedade, o cuidado, a confiança, a alegria, a saúde, a autonomia, a expressão e a coragem. Os jogos são atividades espontâneas, realizadas por uma ou mais pessoas, organizados por regras que determinam o tempo de duração, o que é permitido e proibido e os indicadores de término e partida. Diferentemente de outras práticas, os Jogos Biocêntricos priorizam a cooperação, e não a competição. De maneira significativa, lúdica e criativa, desenvolvem a interação, integração social e o agir de modo

³ Através do Psicólogo e Facilitador de Biodança, Alexandre Daniel Noronha, tive a oportunidade de vivenciar e apreciar as potencialidades dos Jogos Biocêntricos, no III Encontro de Biodança e Ação Social e Educação Biocêntrica de Porto Alegre, em 2015, na Escola Estadual Euclides da Cunha.

sensível e reflexivo. “Brincar é essencial à saúde física, emocional e intelectual do ser humano. Brincar é coisa séria, porque na brincadeira a criança se reequilibra, recicla suas emoções e sacia suas necessidades de conhecer e reinventar a realidade” (LIMA, 2004 in Gastón 2006).

Em sala de aula, os Jogos Biocêntricos contribuem para a integração e construção de vínculos entre a turma, essencial para construir um ambiente acolhedor para trocas de experiências e conhecimentos, para se sentir à vontade de perguntar quando não entende, para procurar auxílio do colega, e não só da professora, construindo autonomia.



Fotos: Jogo do Espelho e escritas sobre os Jogos Biocêntricos por alunos/alunas de 4º ano.

ALGUNS ACHADOS... COMO PRÁTICAS PEDAGÓGICAS NUMA PERSPECTIVA BIOCÊNTRICA PODE FACILITAR O DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DOS EDUCANDOS?

Dentro dessa diversidade humana e cultural, como trabalhar para a ampliação das aprendizagens e a favor do bom convívio social? Como transformar essa escola / essa sala de aula num ambiente propício para lidar com essa diversidade e os conflitos que nela emergem? De que modo possibilitar o desenvolvimento integral dos educandos mediante as condições atuais do sistema escolar?

A partir da observação das necessidades e dos interesses das turmas, o trabalho vai sendo construído coletivamente. Realizada a sondagem inicial, podemos usufruir de variadas práticas, nem sempre comuns à escola, adaptando-as pedagogicamente e utilizando-as como ferramentas para a promoção de uma educação de qualidade. De modo transdisciplinar podemos propor práticas integradoras que facilitam aprendizagens e auxiliam na superação das dificuldades.

Através dos Círculos de Cultura (rodas de conversas) e das reflexões e auto avaliações escritas e/ou orais, podemos perceber se o que está sendo proposto está permitindo o desenvolvimento e ampliação de conhecimentos/aprendizagens. A avaliação desse processo é constante, pois a organicidade das turmas pode redirecionar o trabalho que está sendo realizado. Neste caso, a atenção e a sensibilidade do facilitador/ educador desse processo, é de grande relevância.

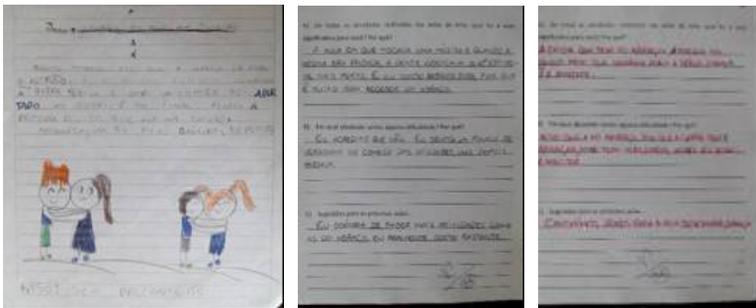
Na medida em que essas práticas pedagógicas na perspectiva da Educação Biocêntrica vão possibilitando a expressão do potencial humano e facilitando o acesso a uma nova percepção da vida, o educando sente-se confiante e consciente de seus potenciais, demonstrando maior autonomia, buscando

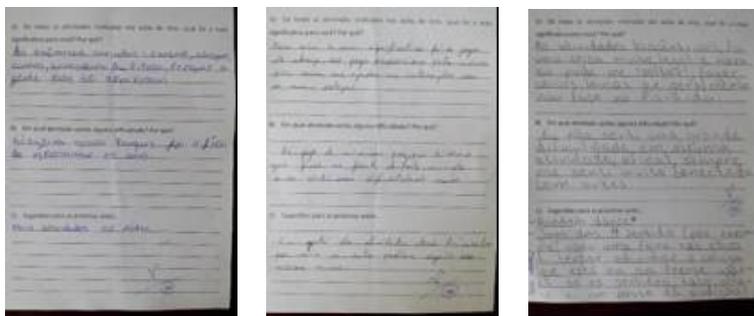
individualmente ou coletivamente o conhecimento, organizando melhor internamente suas emoções e suas ideias.

A partir dessas tomadas de consciência e trocas orais, a escrita evolui e os argumentos vão sendo melhor elaborados. Escrever sobre as propostas vivenciadas, relatando e se posicionando sobre elas, auxilia no processo de aprendizagem tanto cognitivo quanto emocional-afetivo, podendo oportunizar também a reflexão sobre si em alguns momentos de desconfortos ou conflitos internos.



Foto: Escrita sobre Cultura Indígena por uma aluna de 4º ano.





Fotos: Escritas sobre Jogos Biocêntricos por uma aluna de 4º ano e Auto-avaliação das aulas de Artes de alunos/alunas do 6º ao 9º ano.

Relaxamentos com aromaterapia, meditações orientadas, danças circulares, cromoterapia... todas essas práticas podem e devem ser adaptadas ao contexto escolar, desde que o educador e a educadora sintam afinidade com tal proposta. Através do encantamento e da paixão pelo que está estudando/ensinando, a professora ou o professor tem maior probabilidade de conquistar a confiança dos educandos. O clima de cumplicidade, parceria e afetividade entre os educandos, as turmas e a educadora envolvida também faz parte dos resultados da Educação Biocêntrica. Esse respeito é necessário para que os educandos se sintam à vontade para opinar e questionar. Valorizar as ideias e contribuições do educando ajuda a sentir-se parte dessa construção, trazendo para si a responsabilidade de cada ação e do estudo sobre cada movimento. De acordo com WALLON (1975), a afetividade desempenha um papel fundamental na constituição e funcionamento da inteligência, determinando os interesses e necessidades individuais, possibilitando avanços progressivos no campo intelectual. Logo, acredita-se que essa participação em toda a construção do trabalho e essa relação dialógica, seja determinante para o sucesso das aprendizagens, pois os educandos sentem-se importantes e

confiantes no seu próprio processo, influenciando em suas ações futuras.

Contudo, a Educação Biocêntrica é uma concepção baseada na valorização da vida, das diferentes culturas e da integralidade individual e social, sem perder seu caráter próprio de Educação que objetiva o ensino-aprendizagem. A partir dessas práticas é possível observar um avanço significativo nas turmas, tanto nas questões cognitivas, quanto emocionais-afetivas, uma vez que os educandos demonstram maior segurança e tranquilidade, lidando melhor com as frustrações e ansiedades, favorecendo suas aprendizagens. E isso nos permite continuar refletindo e pesquisando para a ampliação destas ações.

REFERÊNCIAS

ANDINO, Gastón. Um olhar biocêntrico sobre o brincar. Revista Pensamento Biocêntrico. Número 06. Jul/Dez 2006.
http://www.pensamentobiocentrico.com.br/content/edicoes/pensamento_biocentrico_06.pdf

ARAÑEDA, Rolando Toro. Biodanza. (M. Tápia, trad.). São Paulo: Editora Olavobrás, 2002.

ARAÑEDA, Rolando Toro. Teoria da Biodanza. Coletânea de Textos. Fortaleza, Ceará: Editora ALAB, 1991.

ARROYO, G. Miguel. Ofício de mestre: Imagens e auto-imagens. Petrópolis: Vozes, 2000.

CAVALCANTE, Ruth. Educação Biocêntrica: um movimento de construção dialógica. Ruth Cavalcante e outros. Fortaleza: Edições CDH, 2001.

CAVALCANTE, Ruth. Educação Biocêntrica: um portal de acesso à Inteligência Afetiva. Revista Pensamento Biocêntrico. Número 06. Jul/Dez 2006.

http://www.pensamentobiocentrico.com.br/content/edicoes/pensamento_biocentrico_06.pdf

FLAK, Micheline. Yoga na educação: integrando corpo e mente na sala de aula. Florianópolis: Comunidade do Saber, 2007.

FREIRE, Paulo. Educação como prática de liberdade. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1967.

LA TAILLE, Yves de; OLIVEIRA, Marta Kohl de; DANTAS, Heloysa. Piaget, Vygotsky, Wallon: teorias psicogenéticas em discussão. São Paulo: Summus, 1992.

MORIN, Edgar. Os sete saberes necessários à educação do futuro. Brasília, DF: Cortez Editora, 2000.

POSATI, Mauro. Buscando a inteireza do Ser: Proposições para o desenvolvimento sustentável da consciência humana. Porto Alegre: Gênese Editora, 2007.

SAMS, Jamie. As Cartas do Caminho Sagrado. Rio de Janeiro: Editora Rocco, 1993.

SAVIANI, Dermeval. Educação: do senso comum à consciência filosófica. São Paulo: Cortez/Autores Associados, 1987.

SPODE, Eni A. Schleder; SANTOS, Rejane Clezar dos. Reeducação Afetiva: uma proposta para a integração dos educandos com a dificuldade de aprendizagem envolvendo a Biodanza. Porto Alegre: Imagens da Terra Editora, 2006.

ZABALA, Antoni. Enfoque globalizador e pensamento complexo.
Porto Alegre: Artmed, 2002.

TRAS LOS PASOS DE ROLANDO

Gastón Andino

Este artículo pretende acompañar las diferentes definiciones que Rolando Toro ha hecho a lo largo del tiempo sobre Biodanza.

“Lograr una definición de Biodanza sería un intento tan quimérico como tratar de definir el amor, el arte o la vida. Pienso que la superposición de múltiples ensayos puede dar al lector una aproximación general”. Rolando Toro

Se han realizado varias definiciones de Biodanza, ellas reflejan diferentes aspectos de su teoría, momentos en que se le coloca el énfasis en tal o cual cuestión, estas definiciones nos dan una visión del camino recorrido que nos ha llevado hasta una definición más completa, que abarque y englobe lo que es dicha propuesta.

“Una captación cognitiva de Biodanza es imposible. Sólo viviéndola puede abarcarse en verdadero significado”. Rolando Toro

En esta definición nos habla del carácter vivencial de dicha propuesta, nos invita a vivir el momento presente; que es lo que le da sentido a nuestra vida. Biodanza es una fuente inagotable de vivencias integradoras que abarcan la totalidad de nuestra existencia, sus efectos son profundos y duraderos, en el cual participa el organismo en su totalidad y nos induce a un sentimiento profundo de estar vivo. Es una experiencia en el “aquí-ahora” profundamente sanadora, reparadora y armonizadora.

“Biodanza es la participación en un nuevo modo de vivir, a partir de intensas vivencias personales inducidas por la danza”. Rolando Toro

Aquí nos habla de la importancia del movimiento pleno de sentido o danza como transformador de nuestro estilo de vivir, es a través del movimiento emocionado que podemos transformar nuestra existencia. Porque las verdaderas motivaciones son de origen afectivas, poéticamente podemos decir que nacen en nuestro corazón y de allí se expanden. Danzar es una manera de ser y estar en el mundo. En el universo todo danza, en una sintonía universal, entrar en ese flujo es parte encontrar nuestro lugar en el mundo.

“Biodanza es una terapia para enfermos de civilización, que han perdido las claves de la vida y que tienen que aprender a transformar el esquema de stress en esquema de armonía”. Rolando Toro

Desde la visión de Biodanza terapia nos remite a la capacidad de cuidado; el término "terapia" deriva del griego *therapeia* (v. *therapeuin*), con el sentido de "dar asistencia", "cuidar de", este es la base los fundamentos de la Biodanza. De eso se trata de cuidar la vida en todas sus diversas

manifestaciones y para eso requiere que tengamos un cambio de percepción, dejando de tener esa mirada utilitaria, de uso de las cosas y la vida. Para tener una mirada inclusiva, holística, ecológica, sensible que nos devuelva la integralidad de nuestra vida y que nos traiga paz en el corazón.

El término “enfermos de la civilización” Rolando lo toma como referencia de Arthur Jores, unos de los pioneros de la medicina psicosomática, este hizo un balance del número de enfermedades existentes en un catálogo de patología general, encontró tan solo quinientas comunes entre los seres humanos y animales de 2000 que investigo, en este grupo están las de origen traumático, virales, microbianas, parasitarias y carenciales. Ya las mil quinientas restantes pertenecen solamente a la especie humana, esto capaz sea debido a el famoso proceso civilizatorio en el cual nos hemos ido disociando cada día un poco más; enajenándonos de la vida. Jores las denominó ‘enfermedades de civilización’ y entre ellas se incluyen: las neurosis (depresión, histeria, obsesión, neurosis de angustia); las psicosis (en especial las esquizofrenias, depresiones maníacas, psicosis tóxicas); las psicopatías; las enfermedades psicosomáticas y otras disfunciones, desequilibrios, enfermedades que afectan el funcionamiento integrado del organismo como un todo. Es alarmante ver que el proceso de civilización, el “famoso” progreso parece ir paralelo con el de aniquilación de la vida.

“Si el objetivo de la psicoterapia es curar enfermos, el objetivo de Biodanza es desarrollar los potenciales de salud. La alternativa, entonces, es trabajar a partir de la enfermedad o bien, a partir de los factores de optimización bio-social. Rolando Toro

Biodanza plantea una inversión epistemológica, trabajar sobre lo sano, sobre la poca afectividad, creatividad, vitalidad que posee en ese momento la persona; porque trabajando sobre la luz la oscuridad tiende a disminuir como dice Rolando Toro. Es interesante este planteamiento de Rolando y ya que James Hillman, psicólogo junguiano dice que la psicología popularizo determinados conceptos como el trauma y que la gente lo tomo y se identificó con algún “episodio” traumático de su vida, quedando preso a ese hecho, victimizándose no pudiendo ver las cosas buenas que ha tenido su vida; así van perdiendo su fuerza vital y se someten a una serie de situaciones en la vida que no le ayudan a realizarse plenamente.

“Biodanza es una disciplina de movimiento-amor, que restablece en cada individuo la capacidad de contacto consigo mismo, con el Universo y con el semejante”. Rolando Toro

Los tres niveles de vinculación que propone Biodanza nos permite también la integración de la Identidad, en la relación conmigo mismo, en la relación con el otro y en relación con la totalidad.

El vínculo conmigo mismo/a las palabras claves son: centrado, aceptación, intimidad.

Al estar centrado en mí, mejoro la autoestima, la autoconfianza y mi coraje de vivir. Sin conexión conmigo mismo, tendré más dificultad en reconocer mis propios sentimientos, aquellos que nos despiertan las diferentes situaciones cotidianas, que se dan a distintos niveles: pareja, familiar, etc. Sentir lo que siento, reconocerlo, comprenderlo y aceptarlo. Aceptar lo que estoy sintiendo, me permite evaluar, si deseo comunicar lo que estoy sintiendo o no, haciéndome

responsable de mi propio sentimiento y de actuar en coherencia y feed-back; parte del resultado de toda comunicación es cuidar la forma en que lo digo las cosas. Saber lo que siento y tener en cuenta como se sienten los otros, depura nuestros vínculos, los vuelve más amorosos, menos condicionados, menos dependientes, menos tóxicos y más sanos.

“Sin aceptación y respeto por sí mismo uno no puede aceptar y respetar al otro, y sin aceptar al otro como un legítimo otro en la convivencia, no hay fenómeno social”. Humberto Maturana

Solo viviendo una vida significativa, habitada por mis sentimientos y emociones, de las cosas vividas en el aquí-ahora, lograre darle a mi vida un verdadero sentido existencial.

En el **vínculo con los otros** encontramos las palabras claves: relación, vínculo, empatía. Biodanza es una propuesta grupal porque parte del concepto que uno se convierte en ser humano en la relación fraterna con el otro. Reaprender el camino del diálogo sincero, la presencia amorosa y del mutuo respeto, es uno de sus aprendizajes fundamentales; estar con el otro. En la mayoría de las antiguas culturas *no existía separación entre el yo y tú, podríamos decir yo-tu sea el principio de ser, el principio de la manifestación de mi identidad. Es más en vocabulario de muchos pueblos antiguos no existe la palabra “Yo” porque para ellos es impensable esa separación entre el nosotros y el yo, porque todo lo que te pasa a ti me afecta a mí. El concepto de yo es algo muy reciente para la humanidad, es de origen fundamentalmente occidental y se va consolidando con el surgimiento de la modernidad; disociando la relación del ser humano y su entorno, sean estas personas o naturaleza.*

Están importante y significativa esta relación con el otro que para los pueblos originarios de la amazonia, cuando se despiden usan la palabra Txai: “usted está dentro de mí”, En esa relación con el otro es donde nace la empatía, esta palabra es de origen griego “empátheia” que significa “emocionado”; que es la capacidad de ponerse en el lugar del otro, de ser tocado por el otro, ya sea con su presencia, con sus pensamientos o sentimientos. Es un proceso también neurológico se da a través de las neuronas espejo, es que ellas nos permiten percibir lo que el otro piensa y siente. Esta capacidad para entender al otro, genera sentimientos de simpatía, comprensión, compasión, ternura y permite tener una relación en feed-back.

Dentro del **Vínculo con el todo**, encontramos las palabras claves: centrado, integración, armonía, trascendencia. Dentro de la visión biocéntrica no hay separación, dentro de mí (cuerpo-alma y/o sentimiento-pensamiento, etc.), ni tampoco hay separación del yo del tú, también no hay separación entre yo y el cosmos; somos todos un solo ser integrado, al cosmos y al planeta conformando una gran red, que es permeada por la energía de la vida, ella es la sabia que circula y nutre.

Muchas veces esta falta de conexión con la totalidad puede ser también parte del inicio de la enfermedad y si observamos bien, no estamos todos un poco enfermos, ¿no vivimos acaso en una sociedad enferma? Rolando habla que somos una sociedad a la deriva, podemos decir que estamos perdidos, porque hemos perdido esa conexión sutil con el universo; podemos decir que el principio biocéntrico nos plantea esa posibilidad de integración, porque este se manifiesta como ‘tendencia’ cósmica que genera vida, la vida generando vida, ese sería el fin del universo: generar

vida. Está en sintonía con la esencia viviente del universo y cuando esta sintonía se perturba, se inicia la enfermedad. El acto de curación será comprendido, entonces, como un movimiento para recuperar esa sintonía vital con el universo, encontrar ese hilo sutil que une la vida con la vida.

Somos hijos de las estrellas, en cada célula de nuestro cuerpo palpita el primer segundo en que el universo fue creado y de toda la evolución de la vida en el planeta y también la historia evolutiva de la especie humana; somos la continuación de la vida en el universo. Al tener esta comprensión mi actitud hacia la naturaleza cambia, porque me siento parte de ella y surge la necesidad de cuidar de ella.

SOMOS TODOS UNO.

Biodanza es un sistema integración humana y de renovación orgánica de las funciones de la vida, que utiliza los sentimientos y emociones evocados por la música, junto con el movimiento humano (danza), para profundizar la conciencia de uno mismo. Su objetivo es promover la integración existencial, la expresión de las emociones y desarrollo de potenciales de vida. La biodanza nos permite crear y profundizar vínculos afectivos con otras personas, base de relaciones humanas más saludables; también propone la integración a la naturaleza, como parte de ella y no como su dueño; base de una sociedad más ecológica o biocéntrica.

“Biodanza es un sistema de profilaxis, rehabilitación existencial, integración psicofísica (superación de disociaciones), reeducación de la afectividad y tratamiento complementario de enfermedades mentales y psicósomáticas” Rolando Toro

Biodanza es un sistema profiláctico porque a cada sección, a cada encuentro se dan determinados aprendizajes existenciales, como el de la autorregulación a través del movimiento, aprendemos a movernos, a estar en actividad respectando nuestro límite para no cansarnos y agotarnos como comúnmente suele pasar, viviendo en picos de estrés que van de mucho movimiento - al cansancio o al agotamiento, que van de la euforia a la depresión; porque como dicen comúnmente todo lo que sube baja, porque fisiológicamente no tenemos que soportar vivir es ese estado de euforia-agotamiento, nuestro cuerpo no aguanta. En Biodanza aprendemos a movernos hasta cuando nuestro cuerpo comienza a dar manifestaciones de cansancio, ahí nuestro movimiento se reduce pero continuamos haciendo el ejercicio, no paramos, paulatinamente vamos disminuyendo hasta armonizarnos y si deseo retomo el movimiento, así las veces necesarias que yo lo sienta; nos autorregulamos en el movimiento. Superamos las disociaciones porque comenzamos a estar sensible a nuestros propios sentimientos y emociones que por el hecho de existir se dan a cada momento, permitiéndonos ir integrando lo que siento, pienso y hago – tener una coherencia existencial que me permita ser integro.

Es un "**sistema de integración humana de renovación orgánica, reeducación afectiva, y de reaprendizaje de las funciones originarias de vida**" nos dice Rolando Toro. Su propuesta es lograr cada vez más estar integrado, consigo mismo – con el otro-con la totalidad, tener una coherencia existencial entre lo que siento-pienso-hago y desarrollar los potenciales de vida o líneas de vivencia de manera integrada. Su metodología es vivencial, busca crear momentos, instantes vividos, en el aquí-ahora que nos permitan la integración, esto se da a través de la música, el canto, el movi-

miento y situaciones de encuentro en grupo. Tiene como objetivo el desarrollo de las potencialidades humanas, despertando sentimientos de felicidad y mejora en las relaciones humanas.

Se utiliza la música como una vía esencial y por esta ser un lenguaje común a todos los seres humanos, permite que se generen diferentes estados emocionales, que facilitan la integración existencial. Música con una gran motivación afectiva, hecha por gente para la gente. Dependiendo para cual sea el objetivo que ella se use, se obtendrá tal o cual vivencia, con la emocionalidad correspondiente. Porque detrás de cada acción existe una emoción que la determina al decir de Humberto Maturana. Los ejercicios estimulados por la música, actúan sobre las cinco líneas básicas de expresión de la identidad del ser humano, ellas son la vitalidad, la sexualidad, la creatividad, la afectividad y la trascendencia.

En esta propuesta el grupo es de fundamental importancia porque es nuestro continente y sostén afectivo, esenciales para nuestro desarrollo humano; he observado a lo largo de los años que el factor contención en los grupos es fundamental, que es necesario que las personas se sientan contenidas, creen confianza en el grupo y en el facilitador para luego comenzar el proceso terapéutico. Esto es tan presente hoy porque nadie contiene a nadie, la familia no contiene a sus miembros, las amistades son virtuales y la sociedad no contiene a sus ciudadanos. Y muchas personas viven en un medio tóxico que les impide la expresión de sus potenciales de vida, vital, sexual, creativo, afectivo y trascendente; al contrario en el grupo de Biodanza, se potencializa todo lo saludable, se vive una lluvia de estímulos positivos (ecofactores), que refuerzan la identidad y que nos encorajan a vivir la vida.

"Para Hipócrates, que reconocía las fuerzas curativas inherentes a los organismos vivos a las cuales denominó como "poder curativo de la naturaleza", el papel del médico consistiría en ayudar estas fuerzas creando condiciones favorables al proceso de cura. Feliciano Flores

Considero la Biodanza como una propuesta altamente terapéutica y dentro de una perspectiva sistémica se puede decir que también es una terapia. Porque al ser un sistema de integración humana, su mirada es mucho más amplia que las psicoterapias tradicionales, que solo utilizan las palabras y quieren hacer consciente lo inconsciente como forma de curar la persona, sabiendo que esto no es tan así. Ya la biodanza incluye: el cuerpo que es el lugar donde habitan nuestras emociones, muchas veces se crean zonas rígidas debido a determinados conflictos que la persona tiene, bloqueando así el movimiento natural del cuerpo. Es a través del movimiento emocionado, es decir la danza y el contacto corporal que logramos progresivamente disolver esas zonas rígidas de nuestro cuerpo, permitiéndonos una mejor expresión de nuestras emociones; esto también facilita el clima grupal, generando más confianza y desarrollando más el afecto. La relación afectiva con el otro y la palabra emocionada son pilares del desarrollo de nuestra Identidad; el ser humano está enraizado en su naturaleza animal y es permeado por la cultura que lo rodea, es un todo integrado, en una trama que trata de abarcar la complejidad de la existencia humana. Todo esto nos permite tener más elementos que ayuden a la persona a integrarse y desarrollar sus potenciales de salud para la vida.

Biodanza es una invitación a reencontrar nuestra propia sabiduría interior, ser maestros de nosotros mismo; a tener el

coraje (acción con el corazón) de vivir nuestra propia existencia.

BIBLIOGRAFÍA

Toro, Rolando. Teoría de Biodanza: coletanea de textos. Fortaleza: Associação Latinoamericana de Biodanza (ALAB), junho, V. 1-2, 1992.

Biodanza. São Paulo: Olavobras/EPB, 2002

Flores, Feliciano, controles teóricos – Escola Gaúcha de Biodanza.

Gostaria de advertir que estas colocações são meras conjecturas resultantes de reflexões desapai-xonadas e sem intenções afirmativas. Espero que sirvam também para reflexões de outros curiosos e aprendizes.

Agradeço que me tenha lido.

Feliciano Edi Vieira Flores (Biólogo, Dr. rer. nat. ; Facilitador-Didata da Escola Gaúcha de Biodança)

LA EXPERIENCIA TRASCENDENTAL

Abraham Maslow

La esencia, el núcleo de todas las religiones conocidas ha sido la iluminación; esta constituye la experiencia básica alrededor de la cual se fundamenta toda religión.

La revelación o éxtasis solitario y personal de algún profeta o vidente de particular sensibilidad. Las grandes religiones se denominan a si mismas religiones reveladas y **fundamentan su validez, su función y su derecho de existencia sobre la codificación y comunicación de esta experiencia mística a las masas.**

Estas revelaciones o experiencias místicas se las puede clasificar con el título de **“experiencias clímax”** o **“éxtasis”** o **“experiencias trascendentales”**.

Estas experiencias en la actualidad son objeto de estudio de la psicología; es muy probable que estas revelaciones tildadas de sobrenaturales, en realidad sean **experiencias clímax humanas perfectamente naturales**, las cuales fueron escritas de acuerdo al marco conceptual, cultural y lingüístico de su época del profeta en cuestión.

Hoy en día podemos estudiar lo que sucedió en el pasado y encontrarle una explicación, de forma tal que la religión sea parte de la ciencia en lugar de algo externo y exclusivo.

Este elemento común que perdura tras despojar a la experiencia de todos los localismos y filosofías determinadas, de todas las frases etnocéntricas, de todos esos elementos que no son comunes a todas ellas, a ese elemento común lo podemos denominar **“experiencia - núcleo religiosa”** o **“experiencia trascendental”**.

Debemos hacer una diferenciación entre los profetas en general de los organizadores o legisladores.

El profeta en general es un hombre solitario que ha descubierto su verdad con respecto del mundo, el cosmos, la ética. Dios y su propia identidad desde dentro, a partir de sus experiencias personales de su vivencia, de lo que el considera su revelación.

La característica del legislador eclesiástico es el hombre que conserva la organización, que es leal a la estructura de la organización que fue creada sobre la base de la revelación original del profeta a fin de hacer llegar la revelación a las masas.

A partir de esta diferenciación primaria podemos dividir a las personas en “anaclimáxicos” y “climáxicos”.

Cuando hablamos de un “anaclimáxico” no estamos hablando de una persona que es incapaz de tener experiencias clímax, si no a **aquellas personas que sienten miedo de ellas, que las suprimen, huyen de ellas o las olvidan.**

Cualquier persona cuya estructura caracterológica lo fuerza a ser extremadamente racional, materialista o mecanicista tiende a convertirse en un “anaclimáxico”.

Dichas personas consideran las experiencias clímax como una especie de locura o pérdida completa de control, una sensación de ser abrumado por emociones irracionales.

La persona siente miedo de volverse loco y por lo tanto se sujeta desesperadamente a la realidad, a la estabilidad y al control.

Para una persona obsesiva - compulsiva que organiza su vida alrededor de la negación y del control de sus emociones para evitar el sentirse invadido por una emoción (que interpreta como una pérdida de control) resulta suficiente motivo para que movilice todas sus actividades defensivas y oclusivas contra la experiencia clímax.

Estas experiencias en general crean graves conflictos en la vida de dichas personas ya que cuestionan sus preceptos básicos en los que esta construida toda su existencia; **les es imposible asumir la vida tal cual es, donde nada es controlable.**

Podemos afirmar de esta manera que la diferencia sustancial entre el profeta y el eclesiástico, entre el místico solitario y el organizador religioso, puede ser la relación entre un “climaxtico” y un “anaclimaxtico”.

Gran parte de la teología y de la religión verbal a través de los tiempos pueden considerarse los esfuerzos para poner en palabras comunicables y formulas y en ritos y ceremonias simbólicos la experiencia mística original de los profetas.

La religión organizada es un esfuerzo por comunicar las experiencias clímax a los “anaclimaxticos”. Frecuentemente esta tarea cae en manos de “anaclimaxticos”.

Las experiencias clímax no pueden ser transmitidas a los “anaclimáxicos” solo a través de palabras y menos aun por personas que nunca las hallan experimentado.

De esta manera lo que sucede es que se desvirtúa totalmente el contenido de la experiencia original perdiendo su significado sustancial convirtiéndose así en una especie de idolatría donde se pierde la esencia.

La mayoría de las religiones han terminado por negar y atacar los fundamentos mismos sobre los que se basaban originalmente.

La experiencias clímax nos permiten hablar de lo esencial, de lo intrínseco, lo básico, lo mas fundamental de la experiencia religiosa trascendente; **como una experiencia privada y personal que difícilmente pueda ser compartida (excepto con otros “climáxicos”).**

De esta manera todos los atavíos de la religión organizada **resultan secundarios y de dudoso valor para el “climáxico”.**

Desde el punto de vista del experimentador del clímax, cada persona tiene su propia religión privada que el mismo desarrolla a partir de sus experiencias privadas, en las que le son reveladas sus propios rituales y ceremonias, mitos y símbolos de profundo significado para el y sin embargo idiosincrásicos, es decir sin ningún significado para nadie.

Esta experiencia núcleo-religiosa esencial puede fundamentarse en un contexto teísta y sobrenatural o en un contexto no teísta.

Estas experiencias religiosas privadas son universales compartidas por todas las grandes religiones del mundo.

Las investigaciones demuestran que todo o casi todo el mundo tienen o pueden tener experiencias clímax.

Las situaciones que pueden desencadenar dichas experiencias son muy distintas. Estas pueden provenir de fuentes diferentes pero su contenido es similar.

Resumiendo las dos religiones de la humanidad tienden a ser la de los “climaxticos” y “anaclimaxticos”; los que tienen experiencias trascendentes, personales, fácilmente aceptándolas y utilizándolas; y los que nunca las han tenido o las reprimen o las suprimen, y por lo tanto no pueden utilizarlas para su crecimiento o satisfacción personales.

CARACTERÍSTICAS DE LA EXPERIENCIA SUPREMA.

1.) **El universo se percibe como un todo integrado y unificado.** Se tiene una percepción clara de que el universo es uno y no una percepción meramente abstracta verbal o filosófica, es una vivencia directa con el cosmos. Esta experiencia cambia el carácter de la persona para siempre.

2.) Hay una tremenda concentración que no ocurre normalmente. Se da una fiel y total especie de percepción visual, auditiva y táctil. **Se da un conocimiento sin evaluación, sin juicio.** Las cosas son todas igualmente importantes. La persona puede verse más fácilmente a sí misma como un ser único y con valor intrínseco.

3.) **Hay una tendencia a percibir los objetos externos, el mundo y los individuos como si se encontrasen más desapegados de las preocupaciones humanas.** Nos desapegamos, nos hacemos más objetivos y somos más capaces de percibir el mundo como si este fuese independiente del preceptor.

El preceptor ve toda la naturaleza en su propio ser (con un fin en si mismo) en lugar de cómo algo utilitario.

Esta experiencia nos eleva, nos convertimos en personas más grandes, más amplias, más altas y percibimos en consecuencia.

4.) La percepción de las experiencias clímax puede relativamente trascender el ego olvidándose de si mismo, careciendo de ego, siendo altruista. **Se puede llegar a encontrarse desapegado sin desear ni necesitar.**

La experiencia perceptiva puede organizarse alrededor del objeto en tanto que punto central; en vez de basarse en el egoísta ego. Las cosas tienen una realidad propia, independiente.

5.) **La experiencia “clímax” tiene un valor intrínseco, es válida por si misma.** Se la considera una experiencia altamente valiosa.

Es una experiencia tan grande que querer expresarla con palabras o intentar justificarla la desposee de su dignidad y valor. Dan significado a la vida misma.

6.) **Tienen un fin en si mismas; le prueba a quien la experimenta que hay fines en el mundo, que existen cosas, objetos o experiencias que hay que desear vivamente y que valen por si mismas.**

7.) **Hay una desorientación del tiempo y del espacio e incluso falta de conciencia de tiempo y espacio.** Desaparece el tiempo lineal. Es una experiencia de universalidad y de eternidad.

8.) **Hay una aceptación total, no existen clasificaciones, no hay ni bueno ni malo.** El mundo solo se percibe como

hermoso, bueno, deseable, valioso. Se acepta el mundo; hay una reconciliación con el mal, con el dolor, la enfermedad, con la muerte; se acepta y se comprende en su lugar adecuado dentro del todo. Las cosas malas de la vida se aceptan más totalmente que en otros momentos.

9.) Hay una experiencia de santidad. Es otra forma de convertirse en dios. Los dioses pueden contemplar y rodear la totalidad del ser por consiguiente no hay clasificaciones en bueno o malo. **En estas experiencias las únicas emociones posibles son la piedad, la caridad, la amabilidad, la tristeza o la diversión.**

10.) **El ser tiene un valor intrínseco.** Durante las experiencias clímax se da una fusión o entrelace entre los hechos y los valores, por ejemplo: las personas no solamente existen sino que también son sagradas. **El mundo no solo existe sino que también es sagrado.**

11.) El conocimiento del ser durante las experiencias clímax es **mucho mas pasivo y receptivo, mucho mas humilde; se esta mas preparado para escuchar y se es mas capaz de oír.**

12.) Las emociones que se describen durante estas experiencias son de sorpresa, espanto, reverencia, humildad, rendición, e incluso de adoración ante la grandeza de dicha experiencia. **Se trata de una especie de reconciliación y aceptación de la vida en su totalidad y por lo tanto también de la muerte.**

13.) **Las dicotomías, polaridades y conflictos de la vida tienden a ser trascendidos y resueltos.** El mundo se percibe como una unidad integrada, **como un todo.** La persona tiende a moverse hacia la fusión, la integración, y la unidad, y alejarse de la ruptura los conflictos y las oposiciones.

14.) **Hay una tendencia hacia una perdida transitoria del miedo, la ansiedad, la inhibición, la defensa y el control, la confusión, el conflicto, el retraso y la compulsión.**

15.) **Las experiencias clímax tienen un efecto inmediato o posterior sobre la persona.** En ocasiones sus efectos posteriores son **tan profundos y radicales que cambian para siempre la forma de vida de la persona.** Los efectos menores podrían denominarse terapéuticos.

16.) **Es descrita como una experiencia paradisiaca tras la cual la persona regresa a la tierra.** El concepto de paraíso que se desprende de dichas experiencias coexiste todo el tiempo con nosotros y se encuentra a nuestra disposición, **aunque solo sea por un momento.**

17.) **La persona se mueve mas estrechamente hacia su identidad, hacia su verdadero ser, se convierte en una persona más real, mas autentica, es ella misma.**

18.) **El individuo se siente mas responsable, activo;** el centro creativo de sus propias actividades y de sus propias percepciones; con mas autodeterminación, mas libre.

19.) **Se ha descubierto que justamente esas personas que tienen la identidad más clara y fuerte son exactamente las mismas que son capaces de trascender el ego y de hacerse carentes de ego.** Para trascender se necesita **mucha identidad saludable,** solamente de esta manera existe la posibilidad de la entrega, y **solamente entregándome puedo tener una experiencia trascendente.**

20.) **La persona que tiene una experiencia clímax se hace mas cariñosa y adaptable, se convierte en un ser mas espontáneo, honesto e inocente.**

21.) **Deja de ser un objeto, una cosa del mundo que se rige únicamente por las reglas del mundo físico**, adquiere una mayor subjetividad, más psiquis, en especial con respecto a las leyes que la gente llama de la “vida superior”.

22.) La persona se convierte en un ser inmotivado; se da una ausencia de deseos, de necesidades, de esfuerzos. **Pide menos para si mismo; es menos egoísta.**

23.) Las personas se sienten con suerte, afortunadas y agradecidas tras estas experiencias. **El sentimiento de gratitud o el amor universal por todas las cosas conduce al impulso de hacer algo bueno por el mundo, a una disposición a dar más.**

24.) **La dicotomía entre humildad y orgullo se disuelve.** Dichas personas disuelven esta polaridad fundiendo ambas en una sola unidad superordenada, es decir ser orgulloso (de cierta manera) y también humilde (de cierta manera). La persona posee dignidad.

25.) La conciencia unitiva se da en las experiencias “clímax”; **hay un sentido de lo sagrado, no existe sagrado - profano, todo esta unificado.**

ÉTICA: REFERENCIAL TEÓRICO PARA SEMINÁRIO DE BIODANZA

A palavra “Ética” vem da palavra grega “**ethos**” e significa aquilo que pertence ao “bom costume”, “costume superior” ou “portador de caráter”. Uma definição atual conforme o Dicionário Houaiss considera a ética como um conjunto de **regras e preceitos** de ordem valorativa e moral de um indivíduo, de um grupo social ou de uma sociedade.

Segundo Nicola Abbagnano, também podemos dizer que é uma parte da Filosofia responsável pela investigação dos princípios que motivam, distorcem, disciplinam ou orientam o **comportamento humano**, refletindo a respeito da essência das normas, valores, prescrições e exortações presentes em qualquer realidade social. De outra forma, é a parte da Filosofia que se dedica à análise das razões que ocasionam, alteram ou orientam a maneira de agir do ser humano, geralmente tendo em conta seus **valores morais**. Por tudo isso se pode resumir como a **ciência da conduta**.

Existem duas concepções fundamentais dessa ciência: a 1ª considera o fim para o qual a conduta dos homens deve ser

orientada e os meios para atingir tal fim; é, desta forma, tanto o fim quanto os meios da natureza do homem. A 2ª considera o móvel da conduta humana e procura determinar tal móvel com vistas a dirigir ou disciplinar essa conduta. Essas duas concepções, profundamente diferentes, iniciaram-se na antiga Grécia com Platão e Aristóteles, e se mesclaram de várias maneiras na Antiguidade, na Idade Média e no Mundo Moderno.

Os princípios da Ética estiveram sempre presentes quando começaram a se desenvolver as diferentes culturas. É algo inerente à condição humana. Seguem alguns exemplos.

NA CHINA

Na cultura chinesa, com 5000 anos de antiguidade, sempre destacou-se a veneração aos ancestrais e a realização de ritos diversos, mas o **humanismo chinês** começa com **Confúcio**, 500 anos a.C., que utiliza Humanidade (ren), no sentido de “amor que cuida”, bondade, benevolência, como principal termo ético nos Analectos, seus famosos escritos. A Humanidade poderia servir como base atual para uma ética fundamental, não só em China, mas também para todos os humanos. Para ele, Humanidade deve se entender como **mutualidade** (shu), como respeito mútuo, sintetizado na Regra Dourada: “o que não desejas para ti não deseje para os demais”. O critério básico para uma ética mundial seria o seguinte: o que é bom para os seres humanos é aquilo que lhes ajuda a ser verdadeiramente humanos. E indica algumas virtudes como fundamentais para aplicar a ética no dia-a-dia, como por exemplo, a conduta apropriada (li), cumprir com o próprio dever (yi), o cuidado recíproco com os outros (shu), saber o que está bem (shi), respeito aos pais e antepassados(xiao), etc.

NOS NATIVOS ÍNDIOS DE AMÉRICA DO NORTE

Por centenas de anos uma cultura com princípios éticos foi transmitida via oral. Entre esses conceitos, salienta-se o **respeito**. O respeito é uma lei fundamental da vida. Significa “sentir ou demonstrar que se **honra** e se estima à outra pessoa ou coisa; considerar o bem-estar de outros e trata-los com deferência e cortesia”.

NOS ÍNDIOS NA AMAZÔNIA

Os Kalapalo, que moram no Alto Xingu, tem um ideal de comportamento social chamado ifutisu que pode ser considerado como **ausência de agressividade pública** e prática da generosidade, como a hospitalidade e a predisposição para doar ou compartilhar poses materiais. Esses princípios são aplicados às relações entre grupos locais, homens e mulheres e também entre humanos e animais.

NOS ESQUIMÓS

Vivendo em um clima extremo, têm um profundo respeito pela vida e a ética é aplicada nas atividades de cada dia em que trabalham comunitariamente em função da caça da que dependem para sobreviver. Há centenas de anos a **cooperação** tem sido o maior valor que o povo Iñupiaq usa para sobreviver. Caçam até 22 baleias por ano, com o qual tem alimento para todos e compreendem que **não podem abusar da natureza**; assim, cuidam da espécie de baleia Cabeça-de-arco, ao ponto que, longe da extinção, tem sua população aumentando. Essa cultura não conhece o que é a guerra e tem a ideia de que aqueles que compartilham o que têm, têm mais do que aqueles que não compartilham.

E assim encontramos exemplos na Índia, nos aborígenes australianos, nos beduínos do deserto, nas planícies da Mongólia e na tundra da Sibéria. O ser humano na eterna procura por viver melhor.

A ÉTICA NO MUNDO OCIDENTAL

Falar qualquer coisa sobre a cultura ocidental é uma empreitada por demais extensa, caleidoscópica e repleta de contradições, pois abrange, geograficamente, toda a Europa do Oeste, a África e as Américas. Assim, para resumirmos o assunto, partiremos da análise de dois autores do final do século XIX, **Friedrich Nietzsche** (1844 d.C. – 1900 d.C.) e **Max Weber** (1864 d.C. – 1920 d.C.), pois estes trataram especificamente sobre as três vertentes consideradas neste trabalho para a formação do *ethos* ocidental: o Pensamento Grego da Antiguidade, o Cristianismo e a Reforma Protestante.

Tanto o **racionalismo grego, a moral cristã e o individualismo antropocêntrico derivado do protestantismo** deixaram profundas marcas na alma do homem ocidental. Muitas destas marcas foram consideradas contrárias aos princípios cósmicos da vida propostos por Rolando Toro na definição de seu Biocentrismo. Elas estariam na causa de diversos males do mundo contemporâneo, tais como desconexão emocional, repressão sexual, desqualificação (e idealização) do corpo, depressão, distúrbios de ansiedade, etc. Por causa disso, decidimos fazer uma pesquisa no intuito de entendermos como estas três grandes raízes foram formadas, o que procuravam solucionar e como se amalgamaram para que tivéssemos o que temos hoje, até para que tenhamos uma visão mais tridimensional daquilo de que pretendemos recuperar a saúde. Do contrário, a crítica teria o risco de se tornar leviana e pobremente panfletária.

Nietzsche analisou comparativamente a **ética do mundo pré-socrático** (anterior ao filósofo Sócrates) com a **ética do mundo socrático e, posteriormente, cristão** (mais à frente, veremos que o Cristianismo Católico sofreu forte influência dos valores morais estabelecidos por Sócrates e seus sucessores). Max Weber, por sua vez, é estudado neste trabalho pela sua comparação entre a **ética protestante** e a **ética católica**, fechando preliminarmente nosso estudo.

O polêmico Friedrich Nietzsche criticou duramente os princípios morais que regem o ocidente desde Sócrates em “A Genealogia da Moral”, além de ser igualmente crítico ao cristianismo em “O Anticristo” e “Ecce Homo”. Ele dizia que a filosofia que melhor favorece o homem era aquela inspirada nos poemas de Homero, os quais retratavam a rica e heróica mitologia grega. Sócrates, segundo sua visão, tornara o ocidente excessivamente racionalista ao intentar uma busca por uma **verdade absoluta** e ao prescrever o **controle dos instintos humanos pela razão**. Boa era, para Nietzsche, a ética dos filósofos pré-socráticos, os quais não perseguiam uma verdade última, e “tinham um olhar poético sobre os acontecimentos do mundo”, uma aceitação da realidade como ela é. Nietzsche teve enorme influência nas ciências humanas contemporâneas, sobretudo em autores como Freud, Lacan e Jung, na investigação do funcionamento do inconsciente e dos danos causados pelo moralismo cristão à sexualidade.

É exatamente na crítica ao Cristianismo que Nietzsche discorre de forma mais controversa. Ele dizia que ao invés adorar a imagem de um Cristo sofredor na cruz, o homem ocidental deveria amar a figura de um Dionísio, alegre e poderoso em suas orgias. As ideias de igualdade e democracia, derivadas do ethos socrático-cristão, seriam proposições completamente absurdas, uma vez que os homens seriam desiguais por nature-

za. Uma sociedade em que os mais fortes não pudessem prevalecer sobre os mais fracos, como fizeram os gregos, estaria praticando uma bárbara mutilação na alma humana. O feminismo e o voto universal, por exemplo, eram antinaturais para Nietzsche.

A clara preferência do filósofo alemão pela ética pré-socrática, a qual chamou “moral dos fortes”, em oposição à outra, chamada de “moral dos ressentidos”, não nos parece algo tão fácil de se fazer – ambas visões possuem pontos positivos e grandes efeitos colaterais. O interessante da comparação de Nietzsche é que ela mostra que, desde há muito tempo, antes mesmo da fundação da Igreja Católica, existe alguma **vinculação entre ideal de igualdade entre os homens e domínio dos instintos pela razão**, tanto que ele mesmo faz uma opção pela desigualdade como remédio aos excessos do racionalismo.

Postura mais imparcial que a de Nietzsche teve Max Weber em sua abordagem sobre o mundo pós Reforma Protestante (séc. XVI) em “Ética Protestante e o Espírito do Capitalismo”. A partir de seu estudo sobre a tradução da Bíblia para o alemão feita por Martim Lutero, o primeiro reformista, Weber percebeu que o fundador da Religião Luterana alterou o sentido do termo “profissão” ou “vocação” (em alemão Beruf), dando-lhe nuances de uma missão enviada por Deus. Aqui, para Weber, estava a constituição de um novo *ethos* em oposição àquele que a Igreja sustentava: o conceito da profissão como um dever e da dedicação ao trabalho produtivo como um fim em si mesmo. Isso constituía o que Weber chamou de “**Individualidade Histórica**”. Para o pensamento católico, o trabalho era algo necessário, mas não possuía um fim em si mesmo. Pela tradução de Lutero, vocação deixava de ser um chamado para uma vida monástica para ser o exercício de uma

profissão no mundo do trabalho. Exercer um trabalho produtivo seria uma forma de prática religiosa para o homem comum tão importante quanto a prática monástica era para o clero. A combinação de uma vida simples, ascética, com a pulsão para o trabalho produtivo, levava o fiel à acumulação de riqueza, e essa acumulação foi se estabelecer definitivamente como um valor moral no protestantismo de João Calvino (1509 – 1564).

O “**espírito do capitalismo**”, para Weber, não seria exatamente a busca desenfreada do prazer e pelo dinheiro por si só. Muito antes disso, ele deve ser interpretado como **uma ética de vida, uma orientação na qual o indivíduo vê a dedicação ao trabalho e a busca metódica da riqueza como um dever moral**. Ao dar forma a estes valores, a Reforma Protestante criou o *modus vivendis* e o caldo de cultura onde, nos séculos posteriores, germinaram, além do capitalismo, a revolução industrial, os antropocentrismos renascentista e iluminista, o liberalismo, o individualismo e a defesa dos direitos humanos. A noção de que o indivíduo é importante e que, já por natureza, possui direitos mínimos a serem respeitados, liberdades a serem garantidas, foi o mote abolicionista que pôs fim à escravidão no ocidente – ao menos a escravidão legalizada.

Feito este preâmbulo, passaremos a uma análise mais detalhada de cada uma das vertentes.

ÉTICA NA GRÉCIA ANTIGA

A ÉTICA PRÉ-SOCRÁTICA

Na Grécia antiga, ser ético significava basicamente possuir algo que os homens da época chamavam de *areté*, um conceito comumente traduzido como **virtude** para nossa

cultura. Esta virtude, no entanto, não significava exatamente o mesmo que significa para nós. Uma tradução ainda mais precisa para *areté* talvez seja **excelência**, o ponto máximo de desempenho e/ou desenvolvimento que algo ou alguém pode alcançar dentro daquilo para o que se destina. Por exemplo, uma cadeira teria *areté* se cumprisse totalmente suas potencialidades para funcionar como um assento. Um cavalo possuiria *areté* se desenvolvesse vigor e resistência ao máximo para executar seu trabalho na produção agrícola, no transporte ou na guerra.

Esta excelência aplicada ao ser humano poderia assumir nuances diferentes de acordo com a período histórico da Grécia ancestral. Nos períodos Homérico (1100 a 800 a.C) e Arcaico (800 a 500 a.C), o homem excelente (*aristoi*) era o guerreiro mitológico baseado nos poemas de Homero, aquele que demonstrava bravura ante o perigo, que não se furtava de ir guerra para defender sua honra e linhagem e que, principalmente, vencesse. A ética dos deuses, dado seu caráter fortemente aristocrático, oferecia apenas aos nobres e bem-nascidos o privilégio da virtude. Estes, em resumo, temiam a vergonha (perder prestígio, tornar-se ridículo) e ansiavam a superioridade (vitórias em batalhas). O pós-morte era algo por demais desolador no seu imaginário, pois o que restava de um homem morto no Hades (mundo dos mortos) não seria exatamente uma alma, mas sim uma “*sombra sem força*” nas palavras de Homero, algo que não tinha uma existência real. Assim, a única forma de imortalidade que restava a um falecido estava na memória dos que permaneciam, seus descendentes e admiradores, daí a necessidade de uma vida repleta de façanhas a serem cantadas nos versos dos poetas da posteridade.

Com o advento das primeiras *pólis* (cidades), o homem excelente de Homero tornou-se insuficiente. O herói

mitológico, tão egocêntrico e individualista, seria um elemento desagregador para a vida na cidade. Esta foi a época que marcou a transição para o Período Clássico (500 a.C a 322 a.C), em que a filosofia ganhava um caráter mais racional na busca pela verdade, através de três grandes ícones do pensamento universal: Sócrates, Platão e Aristóteles.

A ÉTICA EM SÓCRATES

Pensador do Período Clássico, momento em que se inicia uma certa descrença com a mitologia como explicação para os fenômenos do mundo, Sócrates (469 a.C. a 399 a.C) desloca a preocupação da filosofia com a origem do Cosmos e de todas as coisas para a indagação do que é o homem e sua *areté*. Ademais, Sócrates confronta-se com os sofistas, filósofos que não acreditavam na existência de uma **verdade absoluta**, e por isso não se intimidavam em defender pontos de vista com os quais nem sempre concordavam nas praças onde ocorriam as discussões da democracia grega, se isso satisfizesse este ou aquele interesse.

Para Sócrates essa visão relativa da verdade contribuía para uma corrupção moral do homem, o que atentava contra sua alma. Se antes a alma era algo sombrio e sem força, para Sócrates, a alma é a essência do ser humano, aquilo que, se devidamente fortalecido, não pode ser malgrado pelas intempéries da vida e é caminho para uma verdadeira felicidade. O cuidado com a alma estaria na busca pela verdade e na prevenção contra a prática do mal, a qual se poderia alcançar pelo conhecimento da *areté*. No pensamento socrático, só faz o mal aquele que está em ignorância, e pratica o bem aquele que tem autoconhecimento.

A *areté*, para Sócrates, não estava tanto na luta contra os adversários nos campos de batalha e, sim, na luta contra os selvagens inimigos interiores do homem, seu impulsos e desejos. Ser ético, sob seu ponto de vista, significava possuir uma alma com domínio de si mesmo nos estados de prazer, dor e cansaço. Era a autonomia da razão ante a animalidade, a liberdade de ação ante as paixões.

A ÉTICA EM PLATÃO

Discípulo de Sócrates, Platão não só seguiu as ideias de seu mestre como as expandiu. Desenvolveu um método para busca da verdade diante das mentes que apenas se ocupavam em ter uma opinião – a este método chamou **dialética**. O princípio era que duas ideias diferentes não precisavam necessariamente se opor, elas poderiam se complementar. No embate da **tese** com a **antítese** não haveria uma anulação de uma pela outra, e sim o nascimento de uma **síntese**.

A dialética foi fundamental para que Platão produzisse seu mais famoso conceito, brilhantemente exposto no ‘Mito da Caverna’: haveria um mundo ideal para além do nosso, sendo o nosso mundo uma cópia imperfeita deste tal “**Mundo das Idéias**”. Com isso Platão resolvia um debate importantíssimo entre dois grandes vultos do pensamento filosófico pré-socrático, Parmênides de Eléia (530 a.C. – 460 a.C.), que entendia que tudo muda o tempo todo no mundo num movimento entre pólos extremos, e Heráclito de Éfeso, o qual defendia que a mutação é uma ilusão dos sentidos do homem e que o ser (535 a.C. - 475 a.C) é uno, eterno, não-gerado e imutável. Platão, por seu turno, explicava que o nosso mundo realmente está sempre em mutação, porém, ele é uma mera cópia imperfeita do “Mundo das Ideias” – este sim, uno,

eterno, não-gerado e imutável. A alma, nesse sentido, pertenceria ao “Mundo das Idéias” e o corpo, ao mundo imperfeito. Após a morte, a alma se desprenderia do corpo e voltaria ao seu mundo perfeito original.

A *areté* de Platão continuava enfocando fortemente o autodomínio, como o era para Sócrates, porém a diferença aqui é que para Platão ser ético significava estar em conformidade com o “Mundo das Ideias”, já que a alma viria de lá. **O homem feliz e ético era aquele que possuiria como ideal de vida a justiça tanto individual quanto coletiva.** Ele condenava as pessoas que viviam apenas para os prazeres mundanos, pois estes seriam incapazes de transcender os limites do sensível e acessar o inteligível, onde está o verdadeiro ser, no “Mundo das Idéias”. Os prazeres verdadeiros e mais excelentes da vida humana estariam ligados à alma, segundo Platão.

A ÉTICA EM ARISTÓTELES

Ainda muito jovem, enquanto frequentava a Academia de Platão, Aristóteles (428 – 348a.C) já demonstrava autonomia com relação às ideias de seu professor e veio, anos mais tarde, a desenvolver uma filosofia em total oposição ao “Mundo das Ideias”. Aristóteles formulou uma teoria em que a origem das coisas não mais estava em um mundo ideal além do nosso; ao contrário, **tudo que existe hoje**, segundo ele, **já existia como potencial no mundo do passado.** O mundo de hoje já guardaria, em potencial, o mundo de amanhã.

Para Aristóteles, haveria uma cadeia de causalidade em que a origem de todo o ser estaria no ser que o antecedeu. Esta cadeia causal seguiria longamente até um ponto inicial auto-gerado, chamado de princípio motor, que não fora criado por

nada ou ninguém, mas que seria a origem de tudo. A *areté*, por conseguinte, pertenceria também a esta cadeia de causalidade, e teria origem na **educação (virtudes intelectuais)**, ou no **cultivo de hábitos morais (virtudes éticas)**. Estes dois conjuntos de virtudes, por seu turno, seriam a causa de uma vida harmoniosa, a qual teria como resultado a felicidade.

A excelência tanto nas virtudes intelectuais quanto nas virtudes éticas seria encontrada no meio termo entre ações opostas, excesso e deficiência. Resumindo, ser ético, para Aristóteles, era uma das pré-condições para ser feliz, e significaria possuir as virtudes desenvolvidas a partir da adoção de hábitos que tendessem sempre ao caminho do meio.

Aristóteles, mais tarde, foi contratado por Felipe I, rei da Macedônia, para ser tutor de seu filho Alexandre. A saga de conquistas de Alexandre, o Grande, marcava o crepúsculo da democracia grega, bem como o fim do Período Clássico. Para além da Grécia, Alexandre constaria grande parte do mundo ocidental mais uma porção do mundo oriental, território onde espalhou a cultura grega, dando início ao que os historiadores chamaram de Helenismo (323 a.C. a 146 a.C) - heleno era como os gregos se nomeavam e helenismo quer dizer a adoção do modo de vida grego pelos povos conquistados por Alexandre.

Séculos mais tarde, foi a vez dos romanos formarem um império quase sem fim, que incluía o território grego. Mesmo sendo eles, os romanos, os conquistadores, culturalmente é dito que os romanos foram conquistados pelos gregos e carregaram seu modo de vida definitivamente para toda a Europa.

ÉTICA NO CRISTIANISMO

A ÉTICA EM PAULO DE TARSO

Uma outra vertente do pensamento ocidental é a tradição judaico-cristã. Ela se torna hegemônica no mundo romano quando o imperador Teodósio I declara o Cristianismo a única religião imperial legítima, em 380 d.C., coroando um processo histórico de conquista de adeptos extremamente exitosa, a qual iniciara já com as peregrinações dos apóstolos de Cristo logo após a sua morte. Já na primeira geração de profetas, o cristianismo alcançou pontos longínquos dentro do império, com destaque para as missões de São Pedro (1 a.C – 67 d.C.) em Roma e de São Paulo (5 d. C. – 67 d.C) na Grécia .

Como a **ética cristã** em muito se diferenciava da aristocrática ética romana, ao dizer que **“os últimos serão os primeiros” (igualdade)** e que **“ofereça a outra face, ame seus inimigos” (pacifismo e solidariedade)**, o cristianismo espalhou-se como rastilho de pólvora entre os numerosos excluídos pela religião politeísta vigente – escravos, mulheres, estrangeiros, deficientes, enfermos. Em algumas cidades, estes chegavam a 60% da população.

Para além da compatibilidade da moral cristã com esta plêiade de excluídos, fundamental mesmo para a adoção em massa pelos habitantes do império foram as adaptações da palavra de Cristo feitas por São Paulo, nascido Saulo de Tarso, o apóstolo tardio convertido após viver anos como perseguidor de cristãos. Tais adaptações foram tão grandes que muitos afirmam que aquilo que hoje conhecemos como Cristianismo deveria ser chamado de “Paulinismo”.

A **repressão ao feminino** entra para a moral cristã através de Paulo, assim como a **tolerância velada com a escravidão** – algo completamente em contradição com a mensagem original. Porém, as contradições foram formas de driblar a repressão romana ao Cristianismo primitivo, e foram fundamentais para que a noção inovadora até então de igualdade de todos perante Deus e do pacifismo entrassem para nossos preceitos éticos contemporâneos.

A ÉTICA EM AGOSTINHO DE HIPONA

No momento histórico em que o Império Romano do Ocidente se dissolvia e a Idade Média tinha início, Santo Agostinho (354 d.C. – 430 d.C.) foi o filósofo que marcou a **entrada da filosofia de Sócrates e de Platão no cristianismo**. Preocupado com a busca da verdade, como Sócrates, Santo Agostinho afirmava que esta verdade socrática era tão somente Deus. E este mesmo Deus, esta Verdade, viveria naquilo que Platão chamara de “Mundo das Ideias”, o qual era imutável e incorruptível. Agostinho, por seu turno, chamou esse mundo de “**Cidade de Deus**”. Da Verdade Divina, viria o bem. O mal não poderia ter uma existência real, porque Deus não o criaria, ele jamais teria espaço no ambiente ideal da “Cidade de Deus”. **O mal se configurava meramente como uma ausência de bem**, e ele existiria para que o homem melhor valorizasse o bem quando a Graça de Deus o beneficiasse.

Para Agostinho, era pela prática da virtude que a felicidade poderia acontecer, porém, esta felicidade só seria alcançada na “Cidade de Deus”, não neste mundo. E a virtude era praticada pelo cultivo da ordem e harmonia, o que significa também uma purificação dos vícios, esforço para evitar o hedonismo, pois os vícios seriam um obstáculo para o

conhecimento da Verdade e o hedonismo, uma prisão num mundo de ignorância profana. Devido a esta ênfase na austeridade e no ascetismo, muitos atribuem a Santo Agostinho a repressão sexual que a Igreja passa a apregoar em determinado momento, juntamente com algumas posições misóginas (muito embora a ideia original era apenas recomendar moderação).

Agostinho foi um dos pioneiros da Igreja Católica a querer unir razão e fé de uma maneira em que um complementaria o outro. Ele resolvia essa dicotomia dizendo que a razão deveria dar as respostas até onde ela pudesse. A partir daí, a fé passaria a ser a fonte de inspiração do homem. Assim, o homem deveria purificar seus vícios a partir da razão (função catártica), mas a partir do momento em que este artifício se tornasse insuficiente, a solução viria do amor de Deus.

A ética, em Agostinho, viria da consciência do homem que se abre ao amor de Deus e pratica seus ensinamentos. Dizia ele que uma pessoa pode enganar a todos, menos a si mesmo. **O praticamente que segue sua consciência fatalmente seria ético.**

A ÉTICA EM TOMÁS DE AQUINO

Se Agostinho dera entrada para o platonismo no cristianismo, São Tomás de Aquino (1225d.C. – 1274 d.C) fez o mesmo com **Aristóteles**, quase mil anos depois de Agostinho, já no fim da Idade Média.

Aquino começa a estudar Aristóteles pela teoria da cadeia de causalidade. Aristóteles dizia que todo o ser que existe ser explicado pelo ser o antecedeu. Toda a realidade já existia em potencial na realidade que havia antes dela. Um ser

sempre vem de outro, até que chegamos à causa motor que deu origem a essa cadeia de causalidade. Esta causa motor seria auto-gerada, nada teria dado origem a ela. Aquino adota esta teoria e diz que a **causa motor universal é Deus**. O mal, como em Santo Agostinho, também se resumia a uma ausência de bem, porque, na cadeia de causalidade, Deus não poderia ser a causa motor do mal nem de qualquer ser que originasse algum mal.

Também a idéia de ética de Aristóteles vai influenciar São Tomas de Aquino. Lembremos que Aristóteles falava de virtudes intelectuais (cultivadas pela educação e pelo ensino) e de virtudes morais (cultivadas pela formação de bons hábitos). Inspirado pelo grego, São Tomás de Aquino teorizou sobre estes dois tipos principais de virtudes.

As **virtudes intelectuais** viriam pelo **aperfeiçoamento da inteligência**, através do entendimento, da ciência, sabedoria, prudência e arte.

As **virtudes morais**, por sua vez, **aperfeiçoariam a vontade**, o apetite sensível em busca do bem. Elas se subdividiriam em quatro virtudes cardeais:

1. **a prudência** (originalmente “sapientia” que em latim significa conhecimento ou sabedoria), dispõe a razão para discernir em todas as circunstâncias o verdadeiro bem e a escolher os justos meios para o atingir. Ela conduz a outras virtudes, indicando-lhes a regra e a medida”, sendo por isso considerada a virtude-mãe humana.

2. **a justiça**, que é uma constante e firme vontade de dar aos outros o que lhes é devido;

3. **a fortaleza** (ou Força) que assegura a firmeza nas dificuldades e a constância na procura do bem;

4. **a temperança** (ou Moderação) que "modera a atração dos prazeres, assegura o domínio da vontade sobre os instintos e proporciona o equilíbrio no uso dos bens criados", sendo por isso descrita como sendo a prudência aplicada aos prazeres.

A estes dois conjuntos, Aquino ainda somaria as **virtudes teológicas** (fé, esperança e amor), as quais elevariam as anteriores, inteligência e vontade, como o fim de adequá-las a nosso fim sobrenatural, Deus.

Notemos que como a racionalidade e a moderação tornam-se valores cada vez mais importantes na ética cristã a cada autor estudado.

ÉTICA NO CRISTIANISMO PROTESTANTE (REFORMA)

A ÉTICA EM MARTIM LUTERO E JOÃO CALVINO

Nos estertores da Idade Média, um fenômeno religioso revolucionou a Europa cristã e lançou as bases para o mundo individualista moderno – a Reforma Protestante.

Contrariado com a corrupção do sistema “comercial” de indulgência empregado pela Igreja Romana, que “vendia” o perdão dos pecados, e pelo luxo ostentado pelo Vaticano em contradição à vida simples apregoada nas palavras de Cristo, Martim Lutero (1483 d.C), um monge agostiniano e professor de teologia alemão, levantou-se veementemente contra vários dos dogmas da Igreja Católica Apostólica Romana. Condenado e excomungado por Roma, Lutero deu início a uma cisão dentro do cristianismo, e fundou a Igreja Luterana.

Muitos afirmam que **a Reforma Protestante foi a revolta do simples contra o complexo**. É uma consideração interessante, visto que tanto Lutero quanto João Calvino (1509 d.C. – 1564 d.C.) - protestante francês posterior a Lutero que também fundou sua própria religião cristã – deram ênfase muito maior na vida do fiel do que na vida do sacerdote. Ao invés de receitarem ritos e liturgias complexas, eles se concentraram em levar os ensinamentos bíblicos para as relações sociais, e prestar um valor religioso às práticas laborais úteis às relações sociais dos fiéis – Lutero dizia: **“Meus professores são a dona de casa e seu lar”**. Calvino, nesse diapasão, aprofundou ainda mais que Lutero as funções de pedagogia popular de sua Igreja, instituindo o modelo de ensino confessional, público e gratuito em suas comunidades.

“O justo viverá por fé.” – era a máxima defendida por Martim Lutero. Influenciado pelas virtudes teológicas de Aquino, ele entendia **a ética como um ato de livre arbítrio do homem em gratidão ao amor de Deus**, visão levada adiante também por seus sucessores protestantes. O homem, para chegar à verdadeira ética, deveria perder sua ética ensimesmada, a qual, através de boas obras, buscava a salvação. De acordo com Lutero, o homem é incapaz de salvar a si mesmo, nem mesmo através de boas obras. A salvação do homem dependeria totalmente de sua fé em Deus. Desta forma, a Reforma rejeitava a ética do dever e da vida monástica, tradicional na Igreja Romana de até então, pelo fato de estar isolada da realidade do homem comum.

Mesmo que cultura e religião não encerrem tudo o que se pode falar sobre ética, são pontos centrais na análise, pois alcançam e influenciam quase a totalidade de uma civilização, do homem mais poderoso ao mais humilde. Muitos outros autores também falaram sobre ética e cultura, porém

consideramos que estes já são satisfatórios para os objetivos deste trabalho.

Para além de todo o arcabouço de valores morais que estudamos até aqui, o Princípio Biocêntrico surge com Rolando Toro como uma proposta de reconexão com os valores fundamentais da vida, para o restabelecimento da saúde biológica, emocional e espiritual da humanidade. Sem se prender a simplesmente negar esta ou aquela tradição de pensamento, e mesmo se baseando em diversos autores do passado, Rolando Toro propôs o estabelecimento de uma nova ética, baseada na afetividade e na empatia, a qual será detalhada mais adiante.

ÉTICA E CONSCIÊNCIA - CONSCIÊNCIA ÉTICA

“A consciência é ciente de tantas coisas e tão pouco ciente de si mesma. É fundamental retomarmos sempre o ‘conhece-te a ti mesmo’ num sentido de auto-conscientização ...”.

“Dizemos ‘ter consciência’, querendo definir estar ciente, conhecer. Dizemos: ‘ele se conscientizou’, expressando o ato de assumir uma nova atitude, muitas vezes de cunho ideológico. Também dizemos: adquiriu uma ‘consciência política’, uma ‘consciência crítica’, uma ‘consciência teórica’, etc.”.

Partindo destes dois trechos extraídos do livro “Yoga & Consciência”, de Antônio Renato Henriques, a intenção aqui é fazer uma associação de consciência com espiritualidade, caminho de auto-conhecimento, auto-transformação e busca interna.

À medida que o indivíduo encontra um ou mais caminhos no sentido de se auto-aprimorar, ao longo da vida, é ine-

vitável que ocorram mudanças, que se refletem na sua maneira de pensar, sentir e agir. Estas mudanças estão intimamente envolvidas com ética.

Se o indivíduo se torna mais **consciente de si**: de suas necessidades, o que lhe faz bem ou mal, suas verdades e desejos mais íntimos, passará a ter atitudes e condutas mais coerentes e assertivas, regidas por princípios de **não-violência**, primeiramente **consigo mesmo**.

Uma vez que isso se proceda, por conseqüência, de maneira muito **orgânica**, essa pessoa irá ofertar essa gama de boas ações, condutas e atitudes aos demais seres, no âmbito familiar, social, profissional, etc.

Podemos considerar como um poderoso e amoroso caminho de auto-transformação a **biodança** que, nas palavras de Rolando Toro, *"é um sistema de integração humana, de renovação orgânica, reeducação afetiva e de reaprendizagem das funções originais da vida. A sua metodologia consiste em induzir vivências integradoras por meio da música, do canto, do movimento e de situações de encontro em grupo."*

Essa integração se dá em três níveis: o ser humano consigo mesmo, com o outro e o ser humano, num sentido mais amplo, integrado com o universo ao seu redor.

Os exercícios de biodanza, enriquecidos pela música e por um ambiente protegido e afetivo, tem o propósito de gerar vivências, as quais vão despertando, gradativamente no indivíduo, um sentido de preenchimento, de pertencimento, de conexão maior consigo, com o outro, com o todo. Esse sentimento pode ser expressado como um amor infinito, uma sensação de Ser Completo e Único, que se alinha com tudo e todos.

Para o Professor Doutor Agostinho Mario Dalla Vecchia, tratando sobre Biodanza e Consciência Ética, “*A experiência ética surge integrada à vivência de percepção e conexão com a estética do outro, com a vivência de conexão profunda com o cosmo, com o outro e consigo mesmo. Emerge do **amor infinito vivenciado** na conexão com as coisas, com as plantas, com os animais, com o cosmos.*”

Ele acrescenta que “... ética é a mobilização, a compreensão e a ação de cuidado pela vida, cuidado que: protege, nutre, facilita e respeita a manifestação da vida.”

Reunindo então, podemos afirmar que uma **consciência ética** está relacionada com indivíduos mais inteiros, integrados, que estão movidos no mundo por **ações a favor da vida**, regidas por princípios de não-violência. Seres humanos amorosos e respeitosos, que **conseguem se colocar no lugar do outro**, para então nortear suas ações, condutas, comportamentos, através de princípios nobres e justos. Eis a consciência ética.

A ÉTICA SURGE DA AFETIVIDADE

O tema da Ética comumente é discutido no âmbito intelectual, porém a Ética pode emergir também de uma dimensão "**orgânica**" e "**natural**" quando surge a partir da **afetividade**.

Quando nos sentimos conectados afetivamente com o outro, simultaneamente surge um sentimento de **empatia**, **ternura** e **conexão** com o outro. Essa empatia alimenta o surgimento da **compaixão** quando vejo o outro em uma situação de **sofrimento**.

A conexão afetiva não se dá somente com outros seres humanos. Essa conexão pode ser ampliada para com o meio que vivemos - nosso planeta - com o cosmo e com todos os

organismos vivos. A própria vida nos mobiliza para a ação de cuidado pela vida.

Então a ética é também essa mobilização, a compreensão e a ação de cuidado pela vida. O cuidado que nutre, protege, facilita e respeita a manifestação da vida nas outras pessoas e em todos outros seres.

A experiência ética surge integrada à vivência de percepção e conexão com o outro, e também com a vivência de conexão profunda com o cosmo e consigo mesmo. Por isso, podemos dizer que a ética é originalmente uma vivência de absoluto cuidado pela vida que se manifesta.

Segundo Rolando Toro no seu livro "Inteligência Afetiva", a ética surge quando a consciência e afetividade se integram. A consciência ética surge da vivência e do sentimento do amor infinito, descrito por muitos místicos.

Então, como nos coloca Rolando Toro, consciência ética não é uma manifestação intelectual ou das funções lógicas. **A afetividade é uma inteligência biocósmica.** A consciência ética tem suas raízes na forma de estruturar emocionalmente o mundo e a relação com os outros seres humanos.

Diante disso, é possível afirmar que quanto mais é desenvolvida a **inteligência afetiva** de um ser, maior a possibilidade deste sentir **compaixão** pelo outro, e por consequência, a evolução da **consciênciaética**.

Portanto, como a Biodanza é um sistema intrinsecamente afetivo, podemos dizer que a Biodanza também é um movimento que, indiretamente, promove a evolução da Ética no mundo, a partir da afetividade e compaixão.

Em outras palavras: quanto menos empatia e conexão sentimos pelos outros, mais difícil será o sentimento de com-

paixão. Não é difícil imaginarmos um mundo violento diante dessas características.

A cultura vigente nos fornece fortes sementes para o individualismo e o narcisismo, fazendo florescer uma predisposição em ver o outro como um objeto e não como um outro ser humano. Uma criatura igual a mim, que também tem sonhos, medos, dores e que, naturalmente, quer ser feliz e não quer o sofrimento. Não somos os mesmos, mas somos interdependentes.

Desenvolver e integrar a Afetividade é a grande revolução neste momento. É dela que surge a Ética "orgânica" e profunda, que não está baseada em argumentos intelectuais, e sim, afetivos.

Por fim, concluímos esse estudo sobre Ética com essa reflexão de Rolando Toro:

“O estudo da estrutura afetiva constitui, no meu modo de ver, a mais urgente e necessária investigação atual, em nossa sociedade cuja patologia afetiva é ostensiva. Então o gênio da espécie não é a inteligência, mas a afetividade orientada para a tolerância, a compaixão, a amizade e o amor”.

ASPECTOS TEÓRICOS DA ÉTICA INDIVIDUAL E ÉTICA COLETIVA

A vivência em Biodanza é sempre integradora, promovendo uma experiência muito intensa de estar vivo e ocorrendo no aqui e agora, é a deflagradora dos processos internos de regulação dos sistemas humanos, é a experiência vivida no aqui e agora que nos permite abarcar uma consciência mais íntima e profunda de si mesmo, e da nossa dimensão relacional de ser/estar no mundo.

O objetivo de uma sessão de Biodança é promover a **integração**, a partir de uma **experiência vivencial**, onde o amor e a afetividade são os elementos que proporcionarão uma maior **sensibilidade cenestésica** e uma **consciência ampliada**.

Podemos considerar que, o aspecto vivencial dos exercícios de biodança, nos proporcionam fatores adjacentes de sensibilidade cenestésica e consciência ampliada, integrando a harmonia pulsante, necessária e restauradora da nossa identidade. A consciência **ética individual** emerge de uma profunda experiência de **amor e afeto consigo**, abarcando significativa experiência de identificação do meu próprio valor intrínseco e do valor intrínseco do outro, e, simultaneamente ocorre a ampliação da consciência ética coletiva, pois, considerando que, o aspecto vivencial também nos dá a experiência transcendente da totalidade, nos conduzindo à percepção da íntima relação com a totalidade.

Essa relação íntima de integração da consciência ética individual e coletiva é orgânica, e sempre ocorre simultaneamente através da vivência, onde o grupo é o ambiente positivo para o renascimento desta nova estrutura ética, mais genuína e visceral. A identidade sadia é um terreno fértil para o cultivo da consciência ética individual e coletiva.

COMO O ENCONTRO ÉTICO ACONTECE

RECIPROCIDADE, PROGRESSIVIDADE E AUTO-REGULAÇÃO

A **ética em biodança** é um **conceito orgânico**, e não cortical, não intelectual. Ela não é exatamente aprendida, ela é **“descoberta”** dentro do processo de autoconhecimento do grupo, experimentada na vivência para depois refletir-se na vida de cada participante lá fora. Bem, quase tudo em biodança

é desenvolvido assim, organicamente, pela experiência vivencial, concatenado pelos princípios de reciprocidade, progressividade e auto-regulação.

Toda relação estabelecida em uma vivência de biodança implica uma forma de contato entre duas ou mais pessoas, abrangendo uma longa sucessão de limites e permissões de toque e olhar que vão surgindo durante a dança. Se estes participantes estiverem em uma **boa vinculação de *feedback***, a possibilidade de que respeitem limites e comuniquem permissões torna-se mais efetiva. Se entendermos o **cuidado empático** como um valor fundamental para a Cultura Biocêntrica, chamaremos esta dança de um **encontro ético**. Rolando Toro ensina:

“Sendo Biodanza uma atividade de grupo, é necessário regular as formas de relacionamento dentro dele. A regra fundamental é ensinar, desde o começo, o relacionamento em ‘feedback’.(...)”

No ato de encontro de duas pessoas, são emitidos, alternativamente, **sinais corporais que dão indicativos claros de semi-aceitação ou rechaço**. A aproximação progressiva permite que cada um vá sendo informado sobre quanta aproximação lhe é permitida. Se um dos membros do grupo se move progressivamente em direção a outro, com a intenção de fazer contato, deve ir recebendo, a cada momento, as permissões de aproximação e os níveis de confiança. O aluno deve estar capacitado para deter imediatamente sua aproximação quando a outra pessoa o informa, através de um gesto, de uma atitude, que não está em condições de aceitar uma maior intimidade.”

Cada encontro é único em uma vivência de Biodança. O que é agradável para uma pessoa pode ser repulsivo para outra. A responsabilidade de respeitar a fragilidade do outro é a mesma que este tem de comunicá-la. Assim, o encontro ético

em uma vivência é estabelecido a cada nova relação de reciprocidade, em **movimentos progressivos**, através de pequenas “normas” de conduta que vão surgindo pelo tônus do toque, pela presença do olhar, enfim, pelos elementos que formam uma conexão interpessoal - e aqui a progressividade é vital para que haja o tempo necessário de observação de si mesmo e do colega. Antes de mais nada, a própria conexão pode não acontecer se não houver a devida progressividade, pois a confiança mútua tem um ritmo próprio para fluir. Maria Lúcia Pessoa Santos, em seu livro “Biodança – Vida e Plenitude – Metodologia e Aplicabilidade”, conceitua este fundamento da biodança:

“Progressividade é a sucessão ininterrupta e constante dos diversos estágios de um processo. Na Biodança o critério da progressividade é utilizado tanto nos níveis de grupo (iniciação, intermediário, aprofundamento e radicalização com seus exercícios e músicas específicas) quanto na **observação** do contexto cultural onde o grupo está instalado, **das condições emocionais, intelectuais e físicas dos participantes.**”

A vinculação progressiva de que tratamos não acontece apenas externamente. Ela está presente também no contato com nosso mundo interno, o que, a grosso modo, podemos chamar de **autorregulação** – um verdadeiro ato de compaixão por nossas próprias emoções e instintos, e porque não dizer, uma conduta **ética intrapessoal**. Para que saibamos o que comunicar ao colega, o que propor a ele, o que permitir ou recusar, precisamos escutar com atenção o que o nosso eu mais profundo quer nos falar. Como suas mensagens podem variar com o tempo e com o conteúdo emocional que a vivência vai conduzindo, a autorregulação deve ser permanente. Já nas pri-

meiras sistematizações do modelo teórico da biodança Rolando Toro enfatizava:

“Em Biodanza são severamente respeitados os mecanismos naturais de regulação intraorgânica. Não se intervém nos automatismos através da vontade. (...) Biodanza se fundamenta no conhecimento fisiológico das funções de autorregulação e somente reforça essas funções, facilitando e permitindo seu fluir já programado através de milhões de anos de evolução.(...) Toda intervenção da vontade sobre os automatismo nos parece uma injúria à harmonia primordial e um ato de prepotência motivado por patologias do ego: busca de poder, domínio imperialista e segregador da mente sobre o corpo.”

A consciência ética que aflora em cada participante passa a ser posta em prática em suas ações pela vida afora. A pessoa aprende a ser progressiva, a regular-se e a vincular-se em *feedback* também nas relações que desenvolve fora das salas de biodança. Ao invés de ser um dogma do mundo externo imposto mediante o medo e a culpa, a consciência biocêntrica torna a **pessoa autônoma** para perceber qual atitude será **ética** em um **contexto** e qual será no outro. Emerge do contato crescente com o **inconsciente vital** partilhado com cada ser do universo. Um conceito orgânico, não cortical, não intelectual...

BUDISMO ZEN y OCCIDENTE

¿Por qué desde hace años el Occidente mira hacia el Oriente? ¿Qué es lo que busca? ¿Qué es lo que le falta? ¿Qué es lo que le aporta el Budismo Zen?

Occidente ha desarrollado a través de los siglos una cultura disociativa. Pensamos, decimos, hacemos y sentimos cosas diferentes. Tenemos más caras que un cubo. Esta cultura nos lleva a crear “mascaras” por miedo a que no nos quieran, nos rechacen, se rían de nosotros. Tenemos miedo a que nos agredan, a que hablen mal de nosotros, a fracasar, a quedar en ridículo frente a los demás, a quedar solo. Esto nos lleva a crear “mascaras” detrás de las cuales ocultamos nuestro verdadero forma de ser, pero tarde o más temprano nos preguntamos a quién quieren, ¿a la “mascara” o a mi? Lamentablemente la respuesta es nefasta. A la “mascara”. Pero esto que concientizamos algún día, **permanentemente** nos está torturando. No sólo por la angustia que nos crea el no sentirnos realmente amados o no ser nosotros mismos, sino que además

la disociación no nos permite saber para que vivimos, que sentido tiene la vida, nuestra vida.

Muchas religiones hablan de la otra vida, pero eso no alcanza. ¿Qué hacemos **HOY** con nuestra vida? La sociedad sólo plantea metas materiales, que sólo van dirigidas **a estimular nuestro ego**. ¿Qué pasa cuando llegamos al pináculo de la fama, muchas veces prostituyendo nuestros valores, mintiendo, robando, chantajeando, dejando de lado otros planos de nuestra existencia, incluso nuestra vida familiar, y **confrontamos el status, el poder material alcanzado con la decrepitud, con la muerte?** ¿Qué sucede cuando nos damos cuentas que el último peldaño de la escalera del éxito o todo lo que podamos tener en la vida **tiene menos consistencia que un castillo de naipes?** Surge la angustia existencial, y **la sociedad no tiene una respuesta adecuada para superarla**. Frente a esto, en general, se producen reacciones desajustadas. Algunas de corte sicótico como el suicidio, otras regresivas, que terminan en drogadicción, alcoholismo, tabaquismo o cualquier tipo de dependencia, como la de los psicofármacos, etc. En realidad, **todos somos adictos a algo** y toda adicción es una **conducta compensatoria de algo que nos falta**. Todo esto conlleva la autodestrucción rápida o lenta, de la persona.

Y no hay ninguna estructura intelectual, filosófica, psicológica e incluso religiosa que resuelva este problema. No se puede solucionar a través de la mente.

La **mente común** quiere tomar más y más del mundo, en todas las direcciones y dimensiones. **Nunca se siente satisfecha**. Cuanto más toma, más anhela; cuanto más tiene, más desea. No existe la necesidad en el ser, pero si la obsesión, y uno se vuelve más y más angustiado porque nada le satisface, porque nada le da seguridad. Esta situación febril no tiene término.

Debido a este tipo de mente, surge la **extraordinaria**. Esta mente es la que todas las religiones enseñan: **uno no debe tomar sino dar**. Esta mente da la sensación de estar siempre feliz; cierta dosis de contentamiento la acompaña porque no pide más, por el contrario, da. Pero dicho contentamiento no puede ser muy profundo, es sólo superficial. **Uno no puede dar infinitamente**, ¡nadie tiene bastante! Sobre todo porque prácticamente **nadie a alcanzado su esencial**, su propio ser, que es la fuente inagotable de la vida. Además, todas las religiones están **basadas en el premio y en el castigo**. El premio genera **ansiedad** y el castigo, **miedo**. **Nadie que esté ansioso y con miedo puede crecer, madurar.**

Determinadas corrientes espirituales de Oriente han desarrollado un tercer tipo de mente, que de hecho no es en absoluto una mente. Tendríamos que llamarla **“no-mente”**.

Estas corrientes espirituales no predicán la caridad sino la **indiferencia** y la **no-poseión**. Todo consiste en no poseer, cosas o personas. Simplemente se renuncia al mundo pues es **Maya**, ilusión.

La persona que cultivan este tipo de “no-mente” no será tan feliz ni contenta como el de la mente extraordinaria. Será más silenciosa, más quieta, callada; su contentamiento será profundo, pero no se verá feliz. **No sufren, pero no tienen alegría, de hecho no vive.**

TODOS ESTOS TIPOS DE MENTE NO RESUELVEN EL PROBLEMA.

Pero existe un cuarto tipo que es el supremo, pues **no hay nada más allá de él**. Este no es ni siquiera una no-mente, no es una mente en absoluto. En la no-mente, aunque en forma

negativa la mente está presente; el énfasis está todavía en el mundo de las cosas al cual se debe ser indiferente. Hay que estar atento a la no-poseción, a permanecer indiferente, pero se hace hincapié en las cosas: ser indiferente a ellas.

En este último tipo, el énfasis debe estar en **tu propio ser, centrarse en sí mismo**. Es un estado lleno de gozo, silencioso y feliz. Es positivo, no es simplemente silencio. Ha llegado a la vida no a través de la indiferencia, sino por el contrario, a través de la más profunda experiencia del propio ser. **No se ha obtenido por el renunciamento, ha florecido por ser simple y natural.**

En este cuarto estado de conciencia **se llega al punto donde no se ha nacido aún**, a la corriente original del ser. A esto el Zen llama obtener el rostro original. Los maestros Zen ordenan a sus discípulos: “Id y encontrad el rostro que tenías antes de nacer”.

En la cultura occidental es prácticamente imposible tener nuestro rostro propio, sólo

tenemos la opinión que los demás tienen de nosotros. Sólo somos la acumulación de opiniones de los demás, **no sabemos quienes somos.**

¿**Quién soy realmente?** ¿Qué es lo que tengo para dar? ¿A quien puedo ayudar si ni siquiera he podido ayudarme a mí mismo? **Si no he alcanzado mi propia esencia no tengo mucho para dar.** Si vivo en una total disociación debido a la sociedad consumista donde estoy inmerso, ¿cómo puedo encontrarle sentido a la vida?

¿Qué es lo que el Budismo Zen aporta en este problema? Es indudable que tiene una postura diametralmente opuesta a nuestra cultura dado que Buda se planteó desde un

principio el **problema de la vida y de la muerte, el respeto amoroso por todo lo vivo, una ética vivida, la integridad del ser**. Y dentro de esto, **lo principal es la vivencia**, no la comprensión intelectual, dado que **sin ella no se tiene ninguna certeza. La experiencia directa es fundamental**.

Pero, ¿qué es el Zen? El nombre Zen proviene del chino Chan que es la deformación de la palabra sánscrita Diana traducida por meditación, contemplación. Es un método esencialmente práctico (**za** = sentarse, **zen** = meditar, contemplación), que **rechaza todo formalismo intelectual, dogmático o ritual**. No es ni una filosofía ni una religión. **Es asumir la vida tal cual es**. En su esencia, es el arte de ver en la naturaleza del ser, tiene la llave de la liberación, de la realización; es una Vía que conduce a una experiencia decisiva: el **satori** (despertar). El **satori** es el despertar a sí mismo y a la Realidad. El **Satori sobreviene sólo cuando las nubes de la ignorancia y de la ilusión se han disipado**. De hecho, se trata de ir más allá del dualismo fabricado por el cuerpo mental que deforma la realidad.

“¿Es difícil o fácil el camino hacia la Iluminación?”

“Ni difícil ni fácil”.

“¿Cómo es eso?”

“No existe tal camino”.

“Entonces, ¿cómo se va hacia la meta?”

“No se va. Se trata de un viaje sin distancia. Deja de viajar y

habrás llegado”.

Al día siguiente dijo el Maestro:

“Desgraciadamente, es más

fácil viajar que detenerse”.

Los discípulos quisieron saber por qué.

“PORQUE, MIENTRAS VIAJAS HACIA UNA META, PUEDES AFERRARTE A UN

sueño; pero, cuando te detienes, tienes que hacer frente a la realidad”.

“Pero, entonces, ¿cómo vamos a poder cambiar si no tenemos metas ni sueños?”, preguntaron perplejos los discípulos.

“Para que un cambio **sea real**, tiene que darse **sin pretenderlo**.

Haced frente a la realidad y, sin quererlo, se producirá el cambio”.

Enfrentar la realidad implica tomar conciencia de determinados hechos que no podemos negar y sin embargo la mayoría de los seres humanos lo intentan logrando solamente hacer de su vida un caos. Uno de estos hechos es que **estamos solos** frente a la vida, frente a la muerte, frente a cada situación que tenemos que vivir. **Cada vivencia es única, inefable, intransferible.**

¿Cuál es la relación de esto con la meditación? Es muy simple, la meditación es un viaje a nuestro interior, es un viaje hacia la soledad absoluta, allí no puedes llevar a nadie contigo, ni siquiera a la persona que más amas. **Pero cuando alcanzas tu sí-mismo toda dualidad es trascendida.** Ya no hay ni dentro ni fuera, ni adentro ni afuera, eres con la totalidad de Universo. De pronto uno se da cuenta que la piel no lo separa de nada, que todo está interrelacionado, que la sensación de separatidad es sólo un estado de nuestro yo psicológico.

Al realizar esa Naturaleza Esencial, esa llamada naturaleza de sí-mismo, en verdad hemos perdido algo. **Perdemos las dependencias de los conceptos y categorías, los condicionamientos creados por la sociedad; la imagen de uno mismo se sacude fuertemente (la “mascara” cae), viejos anhelos por mundos esotéricos se desvanecen como bruma. En verdad algo se pierde, y eso nos hace sentir incómodos.**

¿Cómo integramos esa pérdida, más bien ese perder, ese despojarse, ese aflojar un nudo en nuestra vida cotidiana?

Eso depende del carácter personal y el carácter de la práctica en la que estamos embarcados y de la disciplina que hay en ella. Esa práctica debe de tener cuatro modalidades importantes que lleven al florecimiento de una experiencia:

- El primera es **ACEPTACION**. Aceptación de la vida, de lo que nos propone; esto no es resignación. Podemos poner lo mejor de nosotros mismos en lo que hacemos, pero la vida tiene siempre la última palabra. No debemos huir de ella, la mayoría de los seres humanos rechazan las dificultades y persiguen la felicidad. La vida posee las dos caras, si aceptamos una y negamos la otra cometemos un grave error. Esta ambivalencia no nos permite vivir plenamente. La vida es una espiral ascendente donde cada hecho, agradable o no, bien asimilado lleva al ser humano a su crecimiento y plenitud. Como dicen los Maestros: **No huir; no perseguir; no aferrarnos; no rechazar; no clasificar.**

- La segunda es estar **ABIERTO AL CAMBIO**. Vaya a donde vaya, no temer. Confiar, no aferramos compulsivamente a algo tratando de sentir una seguridad ilusoria, cortando así nuestra evolución. **Cuando nos comprometemos con una práctica auténtica** debemos seguir el orden cósmico, de esta forma podremos alcanzar nuestra realización.

- El tercero es **TOTAL INTIMIDAD** con el momento o situación que nos toque vivir. Que no haya ninguna brecha entre nosotros y el hecho a vivenciar. Permanentemente, el ser humano trata de tener un “margen” de seguridad, de controlar la situación. El miedo que nuestro ego siente de desaparecer si nos entregamos totalmente nos priva de gozar la belleza de una comunión profunda y total. En realidad es ese miedo el que

obstaculiza nuestra maduración pues constantemente nos está inhibiendo. Existen diferentes tipos de miedos pero todos tienen una única raíz que es el miedo a la muerte. Pero, ¿dónde tiene su comienzo? **La idea del ego es lo único que crea el miedo a la muerte.** Cuando no hay ego no hay muerte.

HOJO TOKIMUNE, el **shiken** (regente) que rechazó las invasiones mongoles en el siglo XIII, es uno de los guerreros y jefe de estado más grande que ha conocido el Japón. Fue también uno de los primeros en estudiar bajo la dirección de los Maestros Zen y en favorecer el desarrollo de esta corriente del budismo. Se cuenta que un día visitó a **BUKKO**, célebre Maestro Zen, para preguntarle:

¿Cómo puedo escapar del miedo, ese monstruo que es el peor

enemigo de nuestra vida?

Suprime el origen del miedo - respondió **BUKKO**.

¿De dónde surge el miedo?

Del mismo **TOKIMUNE**.

El miedo es lo que más detesto por encima de todo. ¿Cómo puede provenir de mi mismo? - exclamó **TOKIMUNE**.

Intenta tirar por la borda tu querido “yo” llamado **TOKIMUNE**, y observa entonces lo que sientes. Te veré de nuevo cuando hayas hecho esto.

¿Cómo puedo hacer eso? - Insistió **TOKIMUNE**.

Haz callar tus pensamientos.

¿Cómo?

Siéntate con las piernas cruzadas en meditación y observa el origen de los pensamientos que según tú pertenecen a TOKIMUNE.

Tengo una vida pública tan activa que me es difícil encontrar tiempo para meditar.

Sean cuales sean las actividades que realizas, considéralas como excelentes ocasiones para tu búsqueda interior y un día descubrirás quién es este querido TOKIMUNE.

Es el ego el que nos impide sentir qué es la vida, el amor, el sexo o una experiencia mística. En todas estas situaciones se nos exige lo mismo: entregarnos, abandonarnos, dejarnos ir, y el ego no lo permite, necesita controlar para sentirse seguro.

Debemos tener siempre presente que la práctica nos lleva a profundizar en nosotros mismos hasta alcanzar nuestras raíces, nuestro verdadero ser, y en él se encuentra el silencio. Tú **eres** eso, silencio eterno, pleno, absoluto, como un límpido cielo, traslúcido, sin límites, sin una nube (el ego) que altere su pureza.

El cuarto, **AQUI y AHORA**. Sólo tenemos este instante, sólo nos pertenece si lo vivimos en forma adecuada, totalmente inmersos en él. La mayoría de los seres humanos viven en el pasado o en el futuro. No es malo tener recuerdos o hacer planes mientras no se genere una conducta desajustada que nos haga vivir siempre en el pasado o en el futuro quitándonos la posibilidad de experimentar el momento presente.

Además de la meditación sedente (**zazen**) que es una exploración interior de las profundidades del ser y del cosmos,

el Zen enseña técnicas destinadas a una toma de conciencia susceptible de provocar el estado de “los límites de la mente”.

Por ejemplo, los diálogos (mondo) entre Maestro y discípulo:

A la pregunta “¿Qué es el Zen?”, el Maestro responde a veces: “¿Y tú, quién eres tú?” o bien “El ciprés está en el cementerio”, se encoje de hombros o bien hace un cuento:

“Un pez fue a ver a la reina de los peces y le preguntó: He oído hablar del mar, pero ¿qué es el mar? ¿dónde está?”

“La reina de los peces le explicó: Tú vives, te mueves y eres en el mar. El mar está dentro de ti y fuera de ti. Y estás hecho de mar, y en mar terminarás. El mar te rodea como tu propio ser.”

Y el hecho es muy simple, no se puede explicar con palabras lo esencial.

Los **koans** son una especie de acertijos, de preguntas ilógicas que no tienen ninguna respuesta mental sobre las que el discípulo debe meditar. Algunos de los más célebres son:

Todo vuelve al Uno, pero ¿adónde vuelve el Uno?

Cuando tocas las palmas, el choque de las manos produce un sonido. ¿Cuál es el sonido producido por una sola mano?

¿Cuál era tu rostro antes de que tus padres nacieran?

¿El perro tiene naturaleza de Buda?

El Zen, lejos de estar separado de la vida real, es por lo contrario un arte de vida que permite **estar plenamente presente en cada gesto de la vida cotidiana**. Para

perfeccionar la realización interior, los monjes Zen ejecutan ellos mismos los trabajos necesarios para el mantenimiento del monasterio y practican las artes tradicionales. En esos momentos se ejercitan en la “meditación sobre la acción”, en “la concentración sobre el movimiento”. Numerosos Maestros practican así aún en nuestros días las artes marciales, con el fin de realizar **“una unión más estrecha** entre el hombre y el instrumento, entre el sujeto y el objeto, entre el actor y la acción, entre el espíritu y el cuerpo”. El Maestro Zen no es solamente el que es capaz de quedarse varias horas en **zazen**, sino sobre todo el que es capaz de controlar armoniosamente todos los dominios de la existencia. La maestría en un arte es una prueba de realización interior.

Los Maestros no se cansan de decir que sea cual sea la Vía elegida para resolver el enigma que nos plantea el Universo en nuestra propia existencia, sólo es posible realizar la gran Aventura a través de **una experiencia vívida**, a costa de un aprendizaje intensivo bajo la dirección de un verdadero Maestro. Pero hay que saber, añaden, que **la Última Realidad no puede ser comunicada ni por palabras, ni por símbolos**. Un guía experimentado puede aconsejar, alentar, pero el secreto no puede ser transmitido de un hombre a otro. **Debe ser conquistado pero la decisión del ego no sirve para nada**.

“¿ Hay algo que yo pueda hacer para llegar a la Iluminación?”

“Tan poco como lo que puedes hacer para que amanezca por las mañanas”.“Entonces, ¿para qué valen los ejercicios espirituales que tú mismo recomiendas?”

“Para estar seguro de que no estáis dormidos cuando el sol comienza a salir”.

Pero, ¿qué es **zazen**?

En el **Fukanzazenji** dice en una parte:

En el sitio donde siempre te sientas, coloca un almohadón redondo sobre uno cuadrado, siéntate en el Loto o en el medio Loto; en el Loto, coloca primero tu pié derecho sobre tu muslo izquierdo, y tu pié izquierdo sobre tu muslo derecho. En el medio Loto, simplemente coloca tu pié izquierdo sobre tu muslo derecho. Luego coloca tu mano derecha sobre tu pié izquierdo, y tu mano izquierda sobre tu palma derecha; ambas palmas hacia arriba y los pulgares tocándose con suavidad. Siéntate así en la postura correcta, sin inclinarte a izquierda o derecha, ni hacia delante o atrás. Debes estar seguro de que las orejas estén en un plano con los hombros, y la nariz en línea con el ombligo.

Coloca la lengua suavemente contra la raíz de los dientes frontales, con las mandíbulas y los labios cerrados. Tus ojos deben siempre permanecer abiertos y debes respirar suavemente por la nariz. Una vez centrada la postura haz una respiración profunda, mece el cuerpo a derecha e izquierda y asiéntate en una postura firme, calma e inmóvil de piernas cruzadas.

Piensa no pensando; ¿cómo puedes pensar no pensando? No pensando; éste es en sí mismo el arte del Zazen.

Saber la postura no es difícil, pero el viaje al interior no tiene nada de fácil. Debemos encarar muchos obstáculos en nuestra práctica, de los cuales, la mayoría son originados por nuestro ego. **Hay demasiados intereses creados dentro nuestro**

como para tener la suficiente objetividad y ver las cosas tal cual son.

Y siempre volvemos al mismo punto. Lo aceptemos o no, a medida que uno profundiza se hace cada vez más evidente que el gran obstáculo a superar, **el que origina los mayores problemas es nuestro ego**, pero ¿cómo superarlo?

El maestro **DOGEN** dice:

“En verdad, cuando se medita sobre la **impermanencia**, el espíritu del Yo y de lo Mío no se produce, ni se elevan ya más los pensamientos de la fama y el interés. Se está espantado de la rapidez del tiempo, y entonces se ejercita uno en la Vía como para salvarse de un fuego que arde sobre la cabeza; se ve por todos lados la inconsistencia del cuerpo y de la vida...”

En el Zen se habla de **MUJO BODAISHIN. MUJO: la impermanencia. BODAISHIN: el espíritu del despertar.**

El Maestro **DESHIMARU** dice:

“**El espíritu del despertar** puede conducir al **SHAMADI** (iluminación) total, si la práctica de la Vía es justa, pero éste nace de la percepción de **MUJO, la impermanencia**; esta percepción de la impermanencia de todas las cosas y de uno mismo no puede más que llevarnos a considerar la vida desde otro plano más elevado, sin apegos egoístas. Si debo morir aquí y ahora, ¿cuál será mi estado de espíritu? Si debo morir dentro de una semana, de un mes, ¿continuaré todavía entreteniéndome con las pequeñeces del egoísmo? Debemos guardar siempre en el espíritu la idea que la muerte puede sobrevenir

en un instante. Entonces podemos sentir la fugacidad del tiempo, y no pasar nuestra vida vanamente. Así podremos vivir cada momento sin dejar nada para mañana. **El aquí y ahora debe ser completo**".

Si se comprende que **MUJO, la impermanencia**, "es la vida", se puede uno volver completamente profundo, el espíritu se profundiza. **El egoísmo decrece..., no es necesario adornarse, ya no se piensa en alcanzar honores y/o ganancias.** Sólo el tiempo de zazen es verdaderamente real, en la concentración sin límite del cuerpo y el espíritu, aquí y ahora el tiempo de un instante puede volverse la eternidad.

Como dice el maestro **DESHIMARU**: primero **BODAI SHIN**, el espíritu del despertar, **MUJO**, la impermanencia, la importancia del tiempo, después el abandono del ego y luego **MUSHOTOKU**, sin meta, sin provecho, no obtención.

Aquel que se fija la obtención de un logro, de una meta, el más mínimo prejuicio, lo aparta de la Vía, de la autenticidad de zazen.

El **GENJO KOAN**, dice: "¿Qué es la vía del Buda?" Es estudiar el ego. ¿Qué es estudiar el ego? **Es olvidarse a sí mismo.** ¿Qué es **Bo Dai Shin**? ¿Qué es este espíritu de Iluminación, de despertar? ¡Es la Vía! **"No pienses. No busques. No desees. No retengas. No obtengas. No abandones."**

"¿Cuál es la clase de persona a que da lugar la Iluminación?"

Y el Maestro dijo:

“La persona cívica y no partidista, que no se deja atar a un plan preconcebido, que toma las cosas como vienen, que no siente remordimientos por el pasado ni ansiedad por el futuro, que se va cuando lo echan y viene cuando lo llaman, que es como un poderoso vendaval, como una pluma al viento, como las hierbas que flotan en el río, cual piedra de molino que gira dócilmente, que ama por igual a toda la creación porque el cielo y la tierra son iguales para todos... así es la persona producto de la Iluminación”.

La Vía consiste en seguir todos los fenómenos, en seguir el poder cósmico, el sistema cósmico. Para que el ser humano comprenda esto, le es necesario practicar zazen, esa postura de concentración y de despertar. Porque para que la acción sea justa, es necesario que la meditación la preceda y coexista con ella. Solamente entonces se descubre la verdadera libertad.

Cuando se practica el **don** (dar) debe ser sin objetivo, **hay que olvidar a aquel al que se**

da, quién da y lo que se da. Es no esperar reciprocidad y las personas, en general, están siempre esperando recibir algo por lo que dan.

El **satori** (despertar) no significa otra cosa que ser **mushotoku** (sin meta, sin provecho, no obtención) y comprenderlo, íntima, profundamente. **Mushotoku** es el abandono total del yo, de los pensamientos, de las metas. La verdadera sabiduría, la verdadera compasión son **mushotoku**. Cuando el espíritu sigue completamente el orden cósmico, cuando no se adhiere a nada, no se detiene en nada, es **mushotoku**, ya no tiene miedo de nada. Esto último expresa la esencia del **Zen**.

HOMENAGEM DA REVISTA PENSAMENTO BIOCÊNTRICO A ENI SPODE

Quero te dizer Eni que agradecemos pelo presente da vida que foi a tua existencia. Facilitadora engajada, criativa, construtiva de muitos projetos e Encontros. Foste guardiã da saude deste planeta. Tu voaste para dimensões que nós tocamos em nossaas vivencias de Biodanza. O misterio da vida é a plenitude da luz e da alegia, uma eterna sinfonia de musica, presença e dança. Temos certeza que és plenamente feliz. Obrigado por tudo.

Em nome dos leitores dessa revista que enriqueceste com teus trabalhos, um abraço infinito e eterno!

Te amamos.

Agostinho

"RECUERDOS Y VIVENCIAS CON ENI QUE BROTAN DEL CORAZON"

Nos conocimos en el 2015, en la ciudad de Córdoba .Argentina cuando se desarrolló el **III Encuentro de Educación Biocéntrica del Sur Córdoba 2015**.

Compartimos placenteras jornadas de trabajo previo ,donde pudimos compartir la pasión y la convicción por la cuestión de "la ecología y el ambiente" y **la necesidad de un nuevo paradigma civilizatorio** .

Me comento de su trabajo en la Ciudad de Torres donde vivía, sonreía feliz cuando nombraba a **los guardianes de la playa**. Compartimos vivencias de mucha conexión y afecto durante las tres jornadas que duró el encuentro.

Eny participé activamente en las reuniones de trabajo para el armado del libro del encuentro Biodanza y Acción Social que salió editado, donde ella y muchos compañeros hicimos nuestros aportes.

En el corto tiempo compartido las vivencias fueron profundas y de mucha conexión.

DEPOIMENTOS SOBRE ENI SPODE

Conheci Eni na adolescência... nos anos 90... na época ela era facilitadora de Biodança de minha mãe, Cláudia Severo. Lá em casa, a Biodança impulsionou grandes transformações nas nossas relações, o que gerou em mim certa afeição pelos princípios desse sistema. Mais tarde, em 2006, através do livro "Reeducação afetiva: uma proposta para a integração dos educandos com dificuldade de aprendizagem

envolvendo a Biodança”, de Eni Spode e Rejane Clezar, pude aprofundar meu contato com a Educação Biocêntrica. Desde então, participando de cursos e grupos de estudos sobre Educação Biocêntrica, aperfeiçoando minhas práticas pedagógicas e ampliando meu olhar sobre Educação, pude reencontrar Eni, uma pessoa inspiradora, encantada pela Educação Ambiental, com olhar sensível para as nossas potencialidades, sempre nos incentivando e motivando.

Carla Maciel Severo

Em 2009, havia sido incumbida de levar para Criciúma o Encontro de Ação Social e Biodança. Acabamos realizando-o em Gravatal/SC e foi o início de uma parceria de trabalho e aprendizado mútuo com esta incansável educadora do afeto e pelo afeto. Uma ambientalista de primeira hora, fomentadora e executora de projetos sociais que estava sempre a incluir as pessoas ao seu ambiente e cuidar muito para que estivéssemos sempre em harmonia no cuidado com a vida. A Eni trouxe com ela o dom da mediação, de acalmar os ânimos, de buscar as parcerias, mas principalmente de olhar para cada pessoa acolhendo suas necessidades. Velava por suas amigadas, ensinando com o corpo e o movimento o que a palavra não alcança. Juntou pessoas, abriu portas, mudou escolas, dentro e fora d'água com a Biodança aquática. Uma amiga para todas e se todas as horas. Uma profissional como poucas. Cumpriu muitos papéis por aqui e derramou amor e afeto por onde andou. Com muita gratidão, levo adiante minha alma um pouco mais iluminada por sua luz.

Rosaura Couto

Agradeço imensamente pela possibilidade de convivência com a Eni todo o aprendizado, em nosso caminho juntos! Eni foi extremamente generosa, ao transmitir seu conhecimento, partilhando sua experiência e acolhendo a todos com amor, alegria e otimismo.

As formações em educação biocêntrica, realizadas em Torres de 2014 à 2016, somente foram possíveis, por sua extrema dedicação, estimulando e transformando a atuação de tantos educadores, facilitadores, artistas, que participaram destas formações.

Eni abriu novos caminhos, para as crianças e adolescentes do projeto Guardiões da Praia, bem como nos grupos sociais e projetos ambientais em que atuou, com a Biodanza, Ecologia e acima de tudo, com seu olhar amoroso e acolhedor.

Gratidão, Eni Spode!

Artur Almeida