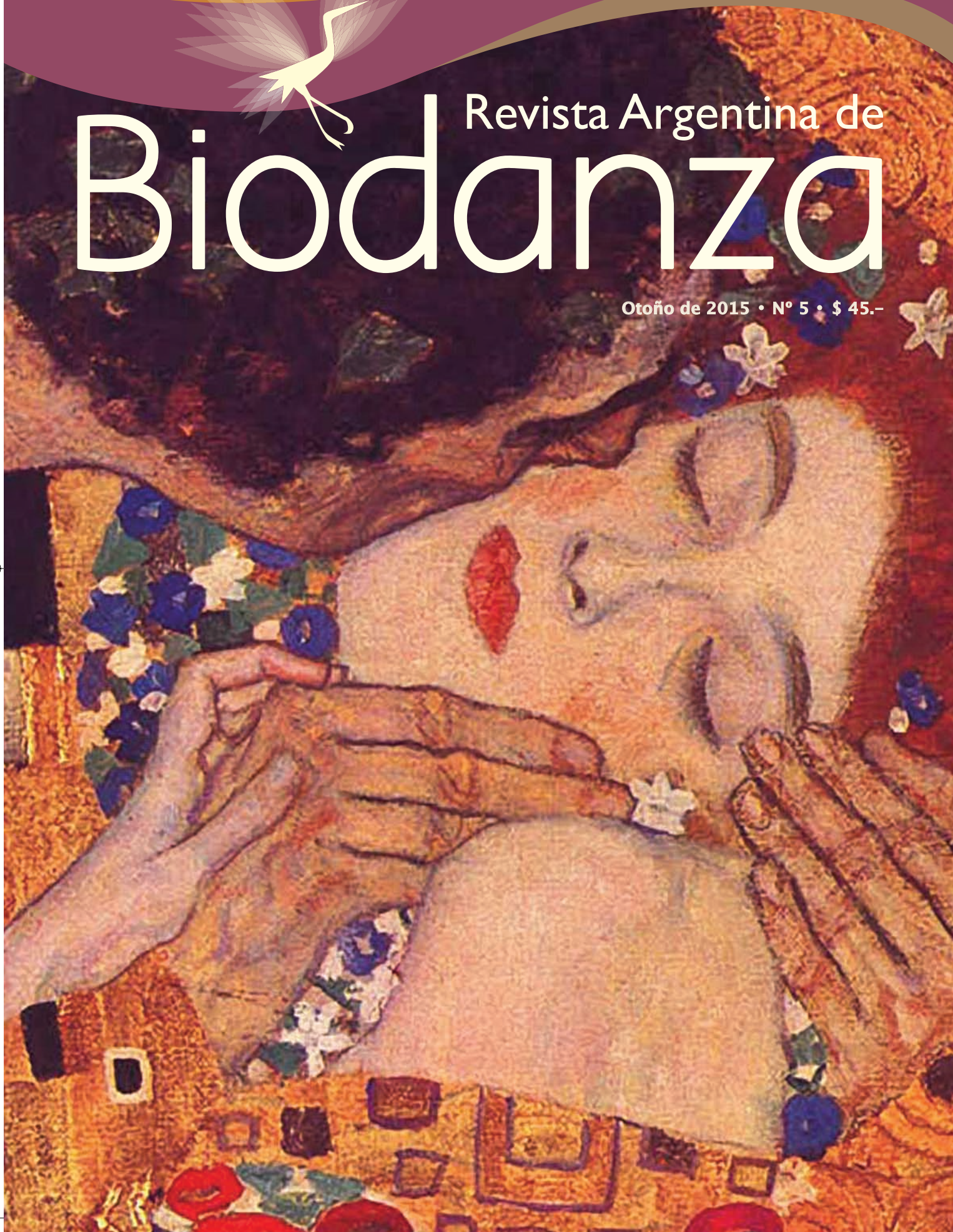




Revista Argentina de Biodanza

Otoño de 2015 • Nº 5 • \$ 45.-



ESCUELA DE BIODANZA CORDOBA IDEHAS TALLER

Integración
Desenvolvimiento Humano
Acción Social

ACTIVIDADES

FORMACIÓN DE PROFESORES FACILITADORES DE BIODANZA

*Titulación y matrícula profesional
de Internacional Biocentric Foundation*

Grupos semanales de Biodanza

Biodanza para embarazadas
y puerperio (madre y bebé)

BIODANZA CLINICA: ARTE Y CREATIVIDAD PUENTE DE LA ENFERMEDAD A LA SALUD

(IBF: Extensión de Biodanza Clínica)

INSCRIPCIÓN ABIERTA PARA NUEVO GRUPO:

2015: 1° módulo 3 a 5 de julio

2° módulo 30 de octubre a 1 de noviembre

2016: 3° módulo 1 a 3 de abril - 4° módulo 17 a 19 de junio

ARTETERAPIA: LABORATORIO DE ARTE RESILIENCIA Y SALUD

(IBF: Extensión Laboratorio de Arte)

Dos módulos presenciales de cuatro días:

1° módulo: 2015 jueves 30 de abril a domingo 3 de mayo

2° módulo: 2015 viernes 14 a lunes 17 de agosto

Ambos cursos son con convivencia grupal, desarrollo teórico-metodológico-vivencial, lectura de material y aplicación en trabajo de campo entre módulos.

Organizado conjuntamente por



Asociación Civil

Idehas taller

P.J: 158/"A"/02

Escuela de Biodanza

Córdoba idehas taller



UNC. Secretaría

Extensión Universitaria

Facultad de Medicina

Cátedra de Medicina II - U.H.M.

N° 1 Hosp. Nacinal de Clínicas

Directores del curso:

Dra. Ana María Alberti

Esc Biodanza IBF

Prof. Dr Bernardo Gandini

UNC

INSCRIPCION ABIERTA EN

Extensión Universitaria

Pabellón Perú Ciudad Universitaria

extensión@fcm.unc.edu.ar

0351-4234035 I www.fcm.unc.edu.ar

Escuela de Biodanza Idehas Taller

idehas.biodanzacordoba@gmail.com

25 de Mayo 2320 Córdoba

0351-153412279

www.idehasbiodanza.com.ar

LUGAR

Granja Biológica
Madre Tierra

Rey de Bosque 112

San Antonio de Arredondo,

Sierras de Córdoba

03541496182 / 543541674608





Biodanza en Red

ESCUELAS DE FORMACIÓN DE PROFESORES
ARECO (Bs. As.) • ROSARIO (Santa Fe) • VALENCIA (España)

- Módulos mensuales durante 3 años
- Talleres de profundización y especialización
- Cursos de Postgrado Internacionales

Directores: Jorge Terrén y Betina Ber
Secretarios: Dario Fatta (Rosario)
Pablo Terrén (Areco)

info@biodanzaenred.com
www.biodanzaenred.com
Facebook: Biodanza en Red
Tel/Fax: 02326 453862
Simona Segura 269
San Antonio de Areco,
Pcia. de Buenos Aires, Argentina



estamos formando
facilitadores de
biodanza
en Olavarria



DIRECTORA
Ivana Fernández Treviño

Tel: 02284 - 428152
Facebook: Centro Biodanza
biodanzaolavarria@yahoo.com.ar

www.biodanzaolavarria.com.ar
Ciclo 2015 abierta la inscripción

Biodanza EN EL OESTE



MARIANA PREISS

"Defender la alegría hasta de la alegría"
Miércoles 16hs. en Parque Leloir, Ituzaingo
4481-0809 15-3002-3153
mariana.mamani51@gmail.com



EMILSE POLA

"...la vida es una fiesta... ¡estás invitado/a!"
Lunes o Miércoles 20.15 hs. en Belgrano
Martes 14 hs. en Ramos Mejía
Jueves 19 hs. en Haedo
4659-7082 15-5329-1268
polaemilseines@gmail.com



LILY LOPEZ

Lunes 19.30 hs. en Palermo
Martes 19.30 hs. en Ituzaingo
Viernes 20.30 hs. en Hurlingham
2008-9450 15-5175-7903
amuyen@yahoo.com.ar



GRACIELA GRISANZIO

"Imagina a toda la gente viviendo la vida en paz"
Viernes 19 hs. en Ciudad Evita
Miércoles 17hs. en Tapiales
4620-5223 15-5185-2207
gragris@yahoo.com.ar



LILIANA ARRUA

"Alegría y ganas de vivir"
Miércoles 18 hs. en Castelar
15-5220-5019
biodanzacastelar@gmail.com



ANA MARIA ROMERO

"Todos somos uno"
Miércoles 18 hs. en Morón
Lunes 19.30 hs. en Congreso
15-5634-5269
anamariaromr@gmail.com



Sumario

En otoño / Betina Ber	5
Entrevista inédita a Rolando Toro Araneda: recuperar la grandeza del ser humano	6
Biodanza Clínica: del “arte de curar” al arte de vivir / Ana María Alberti y Guillermo Retamosa	9
Qué puede aportar biodanza a las organizaciones / Estela Piperno	12
Música, arte y vivencia / Carlos Pagés	13
El facilitador de biodanza, entre el misterio y... / Poly Fernández	16
El círculo de los arquetipos / Raúl Terrén y Verónica Toro	18
Diálogo, la danza de la palabra / Claudia Perlo	21
La libertad de amar (te) / Laura Del Piano	24
La magia de la ciencia / Ester Perpiñal	26
Campos de resonancia afectiva / Rodrigo García	28
La fuente de la sabiduría / Valentino Terrén Toro	30
Educación biocéntrica en escuelas públicas y polideportivos / Lucía Bottaro	31
Bienvenida la vida / Mónica Souto	34
La vivencia a dos voces / Analía Martínez - Ricardo Klein	35
Sintiendo el inconciente numinoso / Jorge Spivak	36
¿Por qué jugamos en biodanza para niños? / Daniela Quintero y Gina Muerza	37
Límites y alcances de la función del facilitador / Lilian Botaya	38
“Biodanza Música”, un programa en sincronía con el facilitador / Oscar Rodriguez	39
Un nuevo lenguaje / Lucía Rocha	40
El continuum poético de la vida / Ricardo Spreafico	41
Se parió un abrazo / Paulina Escobar Q	42
Un viaje danzado hacia el origen / Gustavo Schlegel	44
Aspectos biológicos / Graciela García Durán	46
Dossier fotográfico / Verónica Barbero	47
Guía de facilitadores y de clases	51

En otoño

Te damos la bienvenida, esta vez en otoño, a la Revista Argentina de Biodanza.

Si no conoces aún lo que es este Sistema de integración humana, te contamos algunos de sus beneficios:

- *Previene y disminuye el stress.*
- *Refuerza el sistema inmunológico.*
- *Facilita la expresión de las emociones.*
- *Despierta la conexión con la vida.*
- *Fortalece la autoestima y la identidad.*
- *Desarrolla la creatividad.*
- *Promueve la comunicación afectiva.*
- *Genera bienestar y plenitud.*

Seguimos construyendo esta utopía, un sueño común contado por un gran poeta, Rolando Toro, que nos decía:

“La intuición en torno a la cual se organiza la Biodanza está conceptualmente formulada en el Principio Biocéntrico, que tiene como punto de partida la vivencia de un universo organizado en función de la vida”.

Alumnos, profesores, didactas y directores de escuelas, estamos sumando voluntades para ese mismo objetivo, un bien común. Construyendo, para crear conciencia del cuidado del medio ambiente, con respeto por todo lo vivo: personas, animales y plantas, conectados con el corazón y mirando las estrellas que nos guían.

Seguimos con energía para continuar sembrando, con el deseo intacto, dispuestos a que la ternura aparezca, animándonos a innovar y en búsqueda de la armonía.

Porque creemos que es posible, para todos los habitantes de esta bendita Tierra.

Betina Ber

Entrevista inédita a Rolando Toro: recuperar la grandeza del ser humano

*En ocasión de un curso de especialización que impartía en Suiza sobre el tema **El camino del éxtasis en el año 2009**, Rolando Toro Araneda aceptó responder a algunas preguntas, la mañana del domingo junto al lago Léman.*

En Biodanza, se utiliza con frecuencia el término *vivencial*. ¿Que significa este termino?

En nuestro tiempo, la mayor parte de las terapias se basan en el diálogo, terapias en que intervienen, con inteligencia y sutileza, la razón y la exploración del inconsciente. Pero en Biodanza le damos extrema importancia a lo que llamamos la vivencia. La vivencia es sentir con intensidad, aquí y ahora, el acto mismo de estar vivo, y tiene una dimensión corporal, es decir que la dimensión de la vivencia no es solamente mental sino que tiene respuestas cenestésicas, corporales, de transformación. La inteligencia y la razón tienen aspectos transformadores duraderos e importantes, relacionados con la toma de decisiones, con el cambio, la desprogramación del estilo de vida. Pero lo que provoca la transformación profunda es el compromiso corporal con emociones y vivencias, y este es un hallazgo en terapia por que el efecto de las vivencias puede durar mucho tiempo y las decisiones racionales, de cambiar, duran poco. La Biodanza tiene como metodología el despertar de vivencias con música, vivencias que tienen su expresión corporal en el movimiento orgánico coherente con la vivencia. Las vivencias tienen distinta duración en el inconsciente, algunas duran 24 horas, otras una semana y otras para toda la vida.

Por ejemplo en un depresivo, de pronto sentir la vivencia intensa de lo que es estar vivo, sentirse vivo, es una vivencia inolvidable. La vivencia de conexión afectiva con otra persona crea un fondo de comportamiento que facilita después las relaciones humanas. La vivencia creativa en una persona rutinaria, la vivencia de ser un creador, de poder expresar en arcilla, o en una danza creativa, o en un dibujo su propia expresión, la expresión de su identidad, es una vivencia que refuerza la confianza en si mismo y es duradera. La vivencia mística de ser parte del universo, que a veces va acompañada con expansión de conciencia, supera la disociación entre hombre y naturaleza: el hombre ya no se siente *frente* al mundo, sino que es parte del mundo, se siente como un órgano cósmico. La vivencia de alegría en una persona triste y sin estímulo para vivir, abre un camino, un canal a la expresión de esa emoción de alegría.

Pero por encima de todo lo que nos interesa en Biodanza es la vivencia de conexión con el otro, por que tenemos dificultad de conexión, debido a los convencionalismos, a las ideologías, debido a la inseguridad en si mismo, en que se siente al otro como un peligro, como un potencial enemigo. Entonces surgen las defensas para el vínculo, y la persona esta permanentemente defendiéndose, esta tratando de autoafirmarse. La parte afectiva de la conexión, lo “humano”, esta muy disminuido, y a veces no existe, y el dialogo se transforma en información. Si no hay conexión entre dos seres humanos no hay salud, es una mentira, el dialogo, en este caso.

Nadia: En ese momento de la conexión, de ese vinculo ¿Está la vivencia?

Claro, en el momento en que hay conexión, todo el cuerpo esta conectado también, la mirada, la sonrisa, el abrazo, la expresión... cuando no hay conexión es prácticamente un dialogo de dos efigies.

Tú dices que la Biodanza es un camino hacia el éxtasis, ¿Cómo nos conduce la Biodanza por ese camino? ¿Puedes hablarnos de eso?

Sí, pero esta ya es una etapa superior de la Biodanza. Lo primero es integrarse a si mismo, adquirir seguridad y autoestima, y también conectarse afectivamente con los demás en Biodanza. Una expresión superior del espíritu es aumentar la percepción y la expansión de conciencia, de modo de tener acceso a lo maravilloso, de sentir éxtasis frente a lo que para nosotros es rutinario, la percepción del que entra en éxtasis es profunda, es especial, es de una belleza antes inédita. Esto sucede en la percepción de la persona, en la percepción del clima. Por ejemplo, las personas protestan cuando llueve, y no sienten la euforia de la naturaleza y su potencia. Es muy interesante el concepto de bailar bajo la lluvia...

La persona que tiene una percepción ampliada es *mucho más persona* que la gente corriente por que ve significados sutiles, profundos y ve la belleza extrema de ciertas situaciones, incluso situaciones cotidianas. A veces tomar una taza de te con un amigo o con un hijo, es un momento envuelto en un atmósfera de belleza maravillosa, y las personas lo hacen como un acto rutinario.

Ampliar la percepción conduce al éxtasis frecuente en la vida. Por ejemplo, ver a un niño danzando en un charco de agua o tirando nieve y descubrir en su rostro el alma del niño, comprometida con la naturaleza, es descubrir la belleza.

Tener mucho acceso al éxtasis no es fácil. *Decía Rilke: La belleza es pavorosa*, es decir que cuando se ve demasiado se

*La vivencia
es sentir con
intensidad,
aquí y ahora,
el acto mismo de estar
vivo, y tiene una
dimensión corporal*



ve no solo lo que es feliz, se ve también el dolor. Por ejemplo en el rostro de una anciana que la abandonaron sus hijos, se ve en sus arrugas, se ve en su mirada. Y la gente ve una vieja no más. Pero no ve todo el pasado de esfuerzo, de ilusión, de amor que fue frustrado y que se quedo sola en el mundo. Es decir que se ve también el dolor con profundidad, la esencia de la realidad.

Por que vivimos como autómatas, como sonámbulos. Percibimos muy poco. No tenemos acceso a la música en el sentido profundo si no al ruido reiterativo, a la estridencia, las personas no aprecian la armonía, la melodía, la riqueza del ritmo, la tonalidad por que no les llega a su percepción y no pueden emocionarse con la música.

La Biodanza enfrenta esta pobreza de percepción con problemas graves: los padres no consiguen comunicarse con los hijos, los profesores no consiguen comunicarse con los alumnos... ¡Por que no los ven! Vivimos en un mundo eminentemente racional, practico, utilitario pero no vivimos en la afectividad ni en la percepción de lo esencial en el significado esencial, perdemos el sentido de la vida.

La Biodanza llega como una propuesta para recuperar la grandeza del ser humano, su alegría su capacidad de éxtasis, su ternura. Nuestras costumbres arrasan con esto, hemos perdido la sonrisa, hemos perdido la mirada de conexión, hemos perdido la caricia, hemos ganado la masacre y la

bomba atómica.

La Biodanza lo que busca es una reparación, una reintegración con la vida y sus formas *grandes*. En la escuela por ejemplo la historia se enseña como una secuencia de guerras, de invasiones, de actos heroicos en medio de los asesinatos mas descarnados. Todo el mundo conoce la historia de Atila y de Napoleón, pero no ha escuchado una partita de Bach ni ha visto un dibujo de Leonardo DaVinci, ni conoce la vida de Edison, ni mucho menos el modo de pensar de Einstein frente al mudo. Se enseña la parte miserable de la historia de la humanidad, no se enseña la grandeza en la educación. Hay que enseñar aspectos como la motivación, el sentido de lo maravilloso, contenidos históricos de extrema trascendencia, como el descubrimiento de la vacuna contra la poliomielitis, que salva millones de niños, pero en lugar de eso se enseña como se matan a millones de niños con bombas en las ciudades. Así que yo estoy descontento con nuestra civilización y abiertamente propongo otra mirada, otra forma de conciencia, otra forma de vida.

Muchas personas se cuestionan sobre el sentido de la vida y buscan la felicidad. ¿Qué sentido tiene para ti?

La búsqueda de la felicidad es un universal humano, pero

las personas pueden rezar cuatro veces al día orientados a la Meca, pueden ir a misa los domingos, pueden quedarse meditando horas en un templo budista, y no estar cerca de la felicidad, por que los caminos que se proponen no ofrecen eso. La felicidad la ofrece el amor, la relación con los hijos, la relación con la pareja, la felicidad la ofrecen las fiestas, los alimentos maravillosos que existen, no los alimentos envasados. La felicidad la ofrece la música, la danza, el abrazo.

Los caminos que usamos para encontrar la felicidad son cerrados, son *muletillas* y la pérdida del sentido de la vida es muy generalizado. Nuestra civilización está arrasada por la depresión, el estrés, la soledad, el sentimiento de fracaso. La gente se pregunta *¿Qué significado tiene la vida? ¿Por qué estoy viviendo?*. Y la vida tiene un significado intrínseco que grita su significado. Toda la vida está proclamando puro significado. Toda la vida está proclamando significado

cósmico, profundo significado del alma, de la relación humana, de la estética. Pero las personas pierden ese significado. El suicidio está en aumento en muchas partes del mundo. En los pueblos primitivos en general (no siempre) permanece vivo, aun en situaciones de dificultad y miseria, pero en nuestra civilización se pierde el significado con una facilidad enorme.

La Biodanza restaura la identidad. *Estoy aquí y estoy vivo y esto es maravilloso. Estoy aquí para ti, para recibirte, para celebrarte.*

La Biodanza es una propuesta obvia, no es nada genial, es de una lógica y una inteligencia completamente evidentes, que en lugar de mandar a los jóvenes a ser despedazados en la guerra hagan el amor, dancen, creen poemas, viajen,

hagan deportes... el sentido de la vida...

La Biodanza (esto es muy importante) no trabaja con situaciones *regionales* ni con conceptos o enfoque categóricos, es decir que toda psicología está borrada de base. La psicología se pregunta cuáles son las características de la personalidad, el carácter de las personas, cuando la pregunta esencial que tiene que hacerse es *¿Qué es ser humano?*, es decir una pregunta que abarca toda la especie, y no los valores de una determinada región. La Biodanza no pierde tiempo haciendo análisis psicológicos del carácter, sino que nos invita a ver cuanto de humano hay en una persona, y basta. No importa que sea introvertido, que sea social o más individualista, lo único que importa es cuanto de humano hay en él.

La categorización de lo humano es el gran problema de la filosofía contemporánea. Yo he propuesto algunas pero son muchísimas las características universales de *lo humano*. Desde luego la percepción ampliada, la expansión de conciencia, el coraje, la percepción estética, la ética que parte del corazón y no de la moral, la conciencia de la muerte y la conciencia de estar vivo, la valorización del acto de estar vivo, que no existe en las especies animales, la alegría, la creación musical...

Nadia: ¿Estos son los universales humanos?

Eso es. En la medida en que tenemos acceso a estas experiencias somos *más humanos*, esencialmente y no solo por definición, en tanto que especie biológica.

*Declaraciones recogidas por Laurent Montbureau, con la participación de Nadia Robin, el 25 de enero de 2009. En el Vevey, Suiza. Traducción: Neus Ódena Manonelles
Nota cedida por Verónica Toro.*

*La Biodanza
llega como una
propuesta para
recuperar la grandeza
del ser humano, su
alegría, su capacidad de
éxtasis, su ternura.*



Biodanza Clínica: del “arte de curar” al arte de vivir

Ana María Alberti y Guillermo Retamosa

La Medicina ha definido tradicionalmente su quehacer como el “arte de curar”. En su evolución ha modificado este concepto “*del arte de curar, a La ciencia y arte de prevenir y curar*”. Esta modificación indica que enfoca la enfermedad y la salud en un primer nivel de prevención incluyendo acciones de promoción de salud y prevención de enfermedades.

Al ingresar a los grupos de Biodanza personas con distintas patologías y con diversos tratamientos el primer desafío es encontrar confluencias entre las distintas disciplinas terapéuticas y la teoría y metodología del Sistema de Biodanza, para complementar sinérgicamente las acciones en la recuperación de salud y deseo de vivir de las personas.

En función de dar respuesta a esas necesidades y características de los grupos el Sistema de Biodanza ha evolucionado desarrollando aplicaciones y extensiones en las que incorpora aportes de otras disciplinas coherentes con el Principio Biocéntrico y su metodología vivencial.

Biodanza es un arte, que recorre el camino inverso al enfermar: desarrolla las capacidades de salud que cada participante tiene más allá de su enfermedad, ayudando a la recuperación. Coincide con la medicina en que aun en la enfermedad instalada hay niveles de prevención, secundario y terciario, para evitar secuelas y desarrollar mayor calidad de vida. De estas confluencias surge la posibilidad de trabajar conjuntamente potenciando los efectos de ambas prácticas.

En la actualidad es frecuente la falta de conformidad de las “personas-pacientes-usuarios” con la atención médica. Las principales quejas se refieren a la modalidad de atención (escaso tiempo, instituciones médicas que parecen shopping center, intensa burocracia, etc.), a las características de los profesionales (carencias comunicacionales, ocultos detrás de monitores de computadoras, no examinan el cuerpo, etc.), avasallamiento tecnológico (sobreestimación del rol de la tecnología, deshumanización de la atención, etc.). *B. Gandini. Curso de Biodanza Clínica Fac. de Medicina UNC

Clínica Biocéntrica - Biodanza Clínica

Denominamos Clínica Biocéntrica a la incorporación del Paradigma Biocéntrico en el ejercicio profesional y/o trabajos en los que se establece relación con las personas. Implica un cambio de perspectiva en el enfoque de la relación con los consultantes y del enfoque de salud-enfermedad y su tratamiento. Para ello es necesario ampliar el campo de Biodanza incluyendo a los actores que intervienen en el proceso de recuperación de salud.

Es preciso ingresar en los espacios académicos de las distintas medicinas, carentes de información y formación en el pensamiento Biocéntrico, presentando Biodanza su potencial sanador en la clínica, complementario a los tratamientos específicos, abriendo espacios de capacitación

para los operadores de salud.

Simultáneamente la Extensión de Biodanza Clínica instrumenta a los Facilitadores de Biodanza para trabajar en salud sea en el sistema formal, salud pública y/o privado, o informal en distintos grupos y espacios de la comunidad.

Una forma de lograr la inserción social de Biodanza es ingresar en las instituciones. Acceder al sistema de salud con una propuesta innovadora como es Biodanza no es tarea fácil. Implica reconocer la idiosincrasia en la formación de sus operadores, los códigos y la cultura de la organización, para presentar un proyecto que resuene y sea validado por la institución. Un delicado equilibrio entre lo establecido y lo nuevo que abra la posibilidad de realizar acuerdos para la complementariedad de los caminos terapéuticos en función de la calidad de vida de los usuarios.

Biodanza Clínica ofrece al sistema de salud un instrumento que contribuye a modificar el ejercicio disfuncional del “Arte de Curar”: acerca a los terapeutas y equipo de salud a las personas que atienden contribuyendo a establecer una relación empática y comprensiva, entendiendo la enfermedad como una forma de sufrimiento humano con vivencias de desequilibrio y malestar en el cuerpo y el espíritu que requieren, además de aliviar la enfermedad un proceso muy progresivo de re-habilitación para la vida Clínica Biocéntrica y Biodanza Clínica cambian el paradigma en el ejercicio profesional, en el desempeño de los equipos de salud y Facilitadores de Biodanza. Lo centra en el respeto por la vida, en las relaciones recíprocas, éticas, en la importancia de los vínculos afectivos. En el ejercicio Biocéntrico todos estamos involucrados, somos participantes protagonistas activos de un proceso de sanación en el que se comparten responsabilidades desde la posibilidad y saberes de cada uno y desde los distintos roles de los integrantes de los grupos. Biodanza posee la solidez teórica epistemológica y metodológica que habilita, integrando ciencia y arte, la transdisciplina en un nuevo paradigma coherente con los desarrollos científicos al servicio de las necesidades de la especie humana para su evolución.

Tendiendo Puentes

Convocado por la Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS) y la Red Latinoamericana de Arte para la Transformación Social (RLATS) entre el 17 y el 20 de agosto del año 2009, se realizó en Lima el Primer Foro Internacional “**Arte, Puente para la Salud y el Desarrollo**”.

Artistas, miembros de organizaciones de arte y cultura, trabajadores de salud, Educación y de Desarrollo Social, funcionarios públicos y miembros de la comunidad académica y científica de quince países se reunieron con el objetivo de aportar a la construcción de relaciones y sinergias entre personas e instituciones en los campos de la salud, el arte, la cultura y el desarrollo, **e impactar de manera más creativa y efectiva en el mejoramiento de la**



calidad de vida de nuestras poblaciones.

Como resultado de este encuentro, los participantes suscribieron una declaración de alto contenido científico-político-social que amerita ser leído en su totalidad. Sintetizamos citando los párrafos afines al tema que desarrollamos

-El **arte y la cultura** -íntimamente vinculados a la construcción de la identidad individual y colectiva son **derechos inalienables** de las personas.

-El **arte** es un lenguaje privilegiado para la **expresión y movilización de deseos y emociones**, y por tanto deviene en una **poderosa herramienta promotora y reparadora de la salud**, permitiendo a individuos y comunidades reelaborar situaciones críticas, dolorosas o problemáticas y promover mejores y más felices escenarios para sus vidas.

-El **arte**, a través de la creatividad, la imaginación, el pensamiento crítico y el amor, **promueve la reflexión y la proyección** de nuevas realidades que impulsan la creación y el sostenimiento de una ciudadanía activa, en favor del cambio social y la consolidación de las democracias.

-El **arte** aloja el poder singular de crear las

condiciones para la expresión humana en su amplia diversidad de edades, géneros, identidades sexuales, etnias, creencias religiosas e ideologías y condiciones socio-económicas

-Dado que el arte es una **expresión integradora** de las dimensiones psíquicas, emotivas, sociales, culturales, racionales, físicas y espirituales de los individuos y las sociedades y que promueve procesos de transformación, es un verdadero **punto para la salud y el desarrollo**.*

*Arte y Salud.new.paho.org/blog/Arte y salud

Estas declaraciones de los organismos internacionales de salud publicadas en la declaración de Lima reafirman, con el aporte transdisciplinario actual, los principios de Biodanza formulados desde su inicio y desarrollados en el Paradigma Biocéntrico.

El reconocimiento de la OMS y OPS del valor terapéutico del arte es un argumento desde lo formal-institucional habilitante para la inclusión de Biodanza en actividades del sistema de salud.

En Córdoba el ingreso en el espacio de la Facultad de Medicina de la UNC, con el desarrollo de la Extensión de Biodanza Clínica, el Sistema Biodanza es reconocido en su

consistencia teórico-metodológica y en su potencial terapéutico complementario.

Biodanza Clínica - El arte de vivir

El camino que recorre Rolando Toro en el desarrollo de Biodanza Clínica parte de aplicar Biodanza en distintos cuadros clínicos, observando y registrando los resultados. Escribe Pasos para una nueva Psiquiatría enfocando lo que llama siete catástrofes existenciales.

Biodanza Ars Magna, Arte Supremo incluido en la formación de profesores y el Proyecto Minotauro publicado en 1988, constituyen los primeros enfoques terapéuticos de Biodanza. Más específicamente orientado a la clínica describe la psicopatología de las disociaciones y propone ejercicios y danzas que promueven la integración. Estructura la Extensión Biodanza Clínica desarrollando los cuadernillos: Biodanza tratamiento complementario en diversos cuadros clínicos, Biodanza y Diabetes, Disturbios Gastrointestinales e Hipertensión Arterial.

Rolando Toro explica así la Biodanza Clínica:

“La propuesta de Biodanza Clínica se configura a partir de la constatación de mejoras en el cuadro clínico de ciertas enfermedades percibidas en participantes de grupos semanales de Biodanza. El hecho de que algunas personas enfermas mejoran se debe a que los ejercicios y danzas propuestas poseen un efecto psicosomático. El proceso que se propone la Biodanza tiene como objetivo fundamental la rehabilitación existencial, lo que significa poseer un valor de prevención psicológica y elevación de la calidad de Vida.”

La enfermedad aparece como un indicador de la necesidad de redefinir nuestra vitalidad, nuestro modo de vivir, es decir pide transformaciones en el estilo de vida.

Requiere además focalizar el hábitat, las condiciones del contexto en que el ser humano vive y su incidencia en la salud y enfermedad.

Pensar en salud, más allá de las clásicas definiciones, implica involucrarnos y conectarnos con la vida y sus vaivenes, bienestares, malestares, amores, pasiones, enojos, caos, torbellino, calma.

Todo ello en un cuerpo-psiquis que habita un espacio social, con el que interactúa en continua y mutua modificación. Biodanza posee efectos de **integración psicosomática** estimulando vitalidad y salud; desarrolla la renovación orgánica, autorregulación, acción sobre el sistema integrador adaptativo límbico hipotalámico (SIALH), acción sobre las funciones trofotrópicas de reparación orgánica. La aceptación de sí y del estado actual, ante situaciones críticas adversas dolorosas o de enfermedad, es esencial para iniciar el proceso de recuperación. A través de vivencias de ternura contacto y caricia Biodanza logra el efecto terapéutico que promueve cambios en el argumento existencial de la persona.

La línea de Creatividad estimula la posibilidad de aprender-desaprender de crear orden belleza y finalidad a partir del caos y el desorden, es el elemento de renovación

que aplicamos a la propia vida, crearse a sí mismo, poner creatividad en cada acto promueve la adaptabilidad inteligente y el ejercicio de la libertad.

Vincular el arte al trabajo grupal ampliando los recursos de la línea de creatividad es uno de los caminos que elegimos para generar un campo propicio, enriquecido que active los potenciales de las personas.

Desplegar lenguajes expresivos del arte, propios de la especie humana,

facilita expresar emociones, comunicarnos, movilizar capacidades, disminuir miedos y sobre todo disfrutar sin críticas ni juicios de valor lo que hacemos.

En Biodanza Clínica adquiere una dimensión especial porque en la expresión creativa la identidad se manifiesta y materializa con sentido propio, se visualiza en una producción concreta que muestra un efecto y en ella el participante reconoce la deflagración que las vivencias generan en la interioridad de su persona.

El arte de vivir, es el camino al que nos conduce el proceso de Biodanza. La vida “en estado de arte” el goce de danzar la vida creando y desplegando desde la posibilidad, nutriendo la existencia con vínculos de amor auténtico.

Re-Habilitación existencial al decir de Rolando Toro.

**PARA ALCANZAR ALGO QUE NUNCA HAS
TENIDO, TENDRAS QUE HACER ALGO
QUE NUNCA HICISTE**

BIODANZA

**FACILITADORA
ADRIANA
ROMERO**



**GRUPOS REGULARES:
MIÉRCOLES 19:30 HS.
JUEVES 19:30 HS.
SABADOS 11 HS.**

**CORDOBA N° 2767
(TIMBRE IZQUIERDO)**

ROSARIO - SANTA FE - ARGENTINA

**TEL: 0341-424-8236 Y 341-5-593654
adrililianromero@hotmail.com**

Qué puede aportar biodanza a las organizaciones

Estela Piperno

Una organización es un organismo vivo social que nace de una idea.

Desde esa idea establece un objetivo, se va desarrollando, complejizando y modificando acorde a las variables que se presentan.

Tiende a ser un organismo inmortal, ya que no necesita morir, se puede ir transformando.

Este organismo vivo, social en transformación, sufre la problemática de los enfermos de civilización que habitamos este planeta y conformamos las mismas organizaciones. Es así que en la complejización progresiva a veces se va “disociando”, es decir se pierde el sentido de equipo y pertenencia, surgiendo rivalidad entre las diversas áreas, producción - ventas - administración - empaque. Una empresa se une a otra para potenciarse y suele surgir una lucha interna de unos vs. los otros, dificultando un negocio que parecía tener todas las condiciones económicas y financieras para triunfar pero no se evaluó el factor humano, que constituye el más rico capital. Ante la multiplicidad de conflictos que pueden surgir, los integrantes pierden motivación, la comunicación se perturba, y los vínculos se



Escuela de **BIODANZA** de Punilla

- Directora: ESTELA PIPERNO -
Ética, Responsabilidad y Calidez

- GRUPOS REGULARES:
Niños, Adultos y Adultos Mayores.

- PROFESORADO DE BIODANZA

- TALLERES TODO EL AÑO

- CURSOS DE POSTGRADO y
CAPACITACIÓN PERMANENTE

En MAYO a cargo de Estela Piperno:

- Formación en “Proyecto Minotauro”
- Formación en “Biodanza Organizacional”

En NOVIEMBRE a cargo de Miriam Sofia:

- “Neochamanismo”





Fleming 32 - Va. Carlos Paz - Pcia. de Córdoba - Te.: 03541 15587755
www.centroformacionvida.com.ar - centroformacionvida@yahoo.com.ar

hacen tóxicos. Puede haber más competitividad que colaboración, más individualismo que participación.

Ante éstas y otras dificultades, **¿qué puede aportar el profesor de Biodanza adecuadamente capacitado en lo organizacional?** En principio saber entrar en el código de la organización, en cuanto al lenguaje, presencia para poder comunicarse en feed-back, para poder captar cuáles son las necesidades y saber qué servicio ofrecer. No hay nada más inadecuado que capacitar sobre lo que un grupo no tiene interés o necesidad. Luego hacer la propuesta conveniente de manera clara, concreta, por escrito conociendo las formalidades a seguir. No olvidemos la progresividad que también cabe en esta relación.

Los objetivos, por nombrar sólo algunos, pueden ser:

- Optimizar el trabajo en equipo.
- Integración durante la fusión de dos empresas.
- Creatividad.
- Liderazgo y tantos más...

Habrá que sustentar muy bien las diferencias y ventajas del aprendizaje vivencial, como así también cualquier objetivo que se encare para tranquilizar los inquietos intelectos.

En síntesis, dar más vida a las organizaciones como sistemas vivientes, facilitar la transformación para que puedan persistir en el tiempo como fuente de trabajo, estimulando una consciencia más Biocéntrica y ecológica. Humanizar el trabajo.

Música, arte y vivencia

Carlos Pagés

Como fuente vital capaz de promover la expresión de potenciales de salud, resonancia y empatía, la música es un recurso de extraordinario poder. Es precisamente por su largo alcance como fuerza dinamizadora de procesos evocativos y expresivos que la música ocupó siempre, desde la aparición de las llamadas “terapias corporales”, allá en los sesentas, un lugar de privilegio como mecanismo inductor del movimiento emocionado, y fue adoptada por casi todas las técnicas y sistemas terapéuticos que tienen como eje la danza y el compromiso corporal.

Como producto cultural, no obstante, la música puede reproducir también aspectos de lo humano que entran en colisión con la propuesta de alcanzar mayores grados de libertad y autonomía. De ahí que orientar la pesquisa de músicas hacia un material auténtico, que ofrezca un contenido vital e integrador menos atravesado por criterios productivos que surgen de la lógica de mercado, es una aventura no solamente posible sino imprescindible. Para lograr ese objetivo es necesario volver a las fuentes artísticas de la musicalidad, apartándose de las músicas creadas bajo pautas industriales, concebidas con fines exclusivamente comerciales, cuyo contenido emocional es superficial y estereotipado, y su potencial evocador, en términos arquetípicos y simbólicos, inexistente.

La música auténtica, que surge de la necesidad expresiva humana para ser concebida como arte, es un fenómeno que revela contenidos emocionales y psicológicos profundos (conscientes e inconscientes) tanto de naturaleza personal como colectiva. Es precisamente la emergencia de ese “fondo”, surgiendo como un llamado de las entrañas, lo que le confiere a la música unicidad y diversidad: hablando de sí, el artista habla del mundo.

Todas las músicas vitales y genuinas contienen en sí la diversidad de elementos que conforman la identidad humana. Su riqueza y frondosidad reside primordialmente en la complejidad de su núcleo expresivo, que es a la vez paradójico e inequívoco: la música puede ser etérea y sutil, pero tan concreta que puede tocarse; puede ser mágica, misteriosa y enigmática, pero tan asertiva como la flecha que penetra el blanco; puede expresar lo general, y hablar no obstante de lo particular. Por debajo de la singularidad de sus aspectos más formales, la música es un fenómeno plural. Como producción cultural tiene una raíz social, y a través de esa marca colectiva su código emocional y simbólico alcanza a todos por igual, tanto en lo que tienen de común como en lo que tienen de singular. Cada persona comparte de alguna manera su autoría, porque la música no tiene existencia por fuera de nuestra subjetividad, y su presencia es siempre una relación, un diálogo, una recreación permanente, «arreglada» con los timbres y tonalidades de quien la experimenta. Arraigada en la simpleza o en la complejidad, la música revela siempre la universalidad, plasticidad y marcado dinamismo del mundo emocional cuando éste se expresa de manera auténtica. Es debido a ese carácter complejo, estructuralmente discernible pero

emocionalmente inasible, que la experiencia subjetiva de la música desafía el pensamiento analítico y se abre camino a través (y a pesar) del racionalismo.

Dice al respecto el músico Peter Hamel: “Una nueva música necesita aprender de todas las tradiciones musicales, buscar antecedentes olvidados y dar a conocer de nuevo la función original de la música, su ligazón con las experiencias humanas más profundas, sin caer en un eclecticismo ingenuo. En la actualidad existe una tendencia a descubrir las fuentes originales de la música, que son las únicas que pueden señalar el camino hacia una nueva vivencia musical, resumiendo al ser humano en su totalidad. Estos rara vez son descubrimientos de nuestra época, sino redescubrimientos de lo que ya sabían los antiguos pueblos y culturas, pero que había caído en el olvido por el desarrollo predominantemente racionalista de occidente.”

Ser Música

Un abordaje holístico de la música y la danza como expresiones vitales integradas, necesita superar la formulación tradicional de estímulo y respuesta. No se trata solamente de escuchar música y danzarla. Un enfoque de este tipo, basado en la concepción dualista (mente-cuerpo) y la linealidad temporal (causa-efecto), promueve vivencias fragmentadas, que en lugar de favorecer la integración refuerzan las disociaciones existentes.

Biodanza utiliza la música dentro de una propuesta metodológica que involucra también consignas y movimiento integrado (gestualidad) dentro de una matriz grupal, generando así un sistema de elementos interactuantes que facilita la aparición de vivencias. Si bien metodológicamente sólo podemos actuar a través del sonido (música), La palabra (consignas) y las pautas de movimiento (cabe señalar que las emociones y vivencias son de categoría ontológica, subjetiva, y no pueden ser incluidas dentro de la metodología), la aplicación coherente de estos elementos dentro del marco grupal genera un campo que, además de promover la aparición de vivencias, las contiene, dando lugar a una expresión integrada, en donde los distintos elementos interactuantes se nutren de manera recíproca, amplificando su intensidad y sus significados. En este contexto, la percepción musical se transforma en una experiencia que abarca la totalidad del ser. El sonido se fusiona con la identidad en un proceso global de integración que trasciende lo estrictamente auditivo. No escuchamos música. La recreamos a través de sutiles y complejos mecanismos de resonancia que alcanzan tanto a las células como a los pensamientos. Somos música. Y nuestra danza es la expresión coherente de esa ontología.

Cada música en su lugar

En una propuesta de reaprendizaje de funciones vitales que, por distintos motivos se encuentran bloqueadas o sufren perturbaciones, las músicas deben ajustarse con precisión a



los requerimientos específicos de esos aspectos saludables que queremos desenvolver. Necesitamos por lo tanto de músicas orgánicas, que respeten las pautas fisiológicas básicas (ritmo y frecuencia cardio-respiratoria) que refuerzan los niveles de regulación homeostática. Músicas sensuales, con un desarrollo armónico y fluido que amplíen la percepción y el goce cenestésico, así como las sensaciones táctiles.

La integración de las emociones a la acción se ve facilitada a partir de un mensaje musical que permita la manifestación coherente del movimiento junto a las sensaciones suscitadas por el sonido. Si utilizamos, por ejemplo, una música con ritmo euforizante y melodía alegre, promoveremos una vivencia integradora. Si usamos, en cambio, músicas de ritmo euforizante y melodía melancólica, el resultado será una vivencia disociada y desorganizadora. Toda música que contenga elementos contradictorios en su estructura puede provocar vivencias de la misma índole, generando confusión y dificultando el acceso a una emoción vinculada armónicamente a los gestos. Buena parte del panorama musical actual presenta estas características: desarrollo fragmentado, ritmos obsesivos, etc. Muchas de las músicas llamadas new age, así como un gran segmento de la música serial o minimalista producida industrialmente, constituyen un buen ejemplo de este efecto desintegrador.

El aspecto creativo de la música es esencial en la búsqueda de un movimiento novedoso y auténtico, no estereotipado. Las músicas monótonas y repetitivas no son más que la

expresión de nuestras vidas agónicas, empobrecidas por la ansiedad y la angustia. Si entendemos vida como movimiento, una verdadera renovación existencial —crear nuestra propia vida— se ve favorecida a través de músicas que contengan en sí mismas estos atributos: melodías ricas en variaciones, profusión de texturas y matices armónicos, patrones rítmicos de diferente intensidad y divisiones, etc. Esta creatividad intrínseca neutraliza la producción de respuestas motoras de tipo mecánico y abre camino a la espontaneidad.

El delicado espacio de la comunicación humana precisa también de músicas adecuadas. ¿Cuántos de nosotros hemos sufrido esos “encuentros” de amigos matizados por el ruido y la estridencia? Esto no significa que la posibilidad de un intercambio sincero se genere solamente en la quietud o la calma, sino que la integración y el desarrollo los potenciales afectivo-motores (ser con otro) necesita de músicas que despierten la sensibilidad necesaria para crear circuitos de comunicación en feedback. La intimidad (intimar: entrar en contacto) requiere de una musicalidad que se ajuste a esa energía vinculante y la potencie. Puede ser en la tensión dinámica de un swing, o en la suave levedad de un adagio. Lo esencial es que conlleve esa presencia vital que, como un vendaval poético, supera el vacío y la distancia que habitualmente separan a las personas. Este tipo de energía amorosa sólo se encuentra en una verdadera obra artística. Vive allí desde el momento de su concepción. Y antes que eso, como embrión vinculante en el corazón de su autor. Es esta belleza irresistible la que viaja decidida hasta la piel y

atraviesa con dulzura los tejidos, hasta tocar la emoción.

Existe además un potencial evocador que va más allá de las emociones. Como fruto de un proceso cultural de expresión del universo simbólico, ciertas músicas tienen un poderoso efecto movilizador de estructuras psico-motoras arquetípicas, que promueve un viaje directo a lo inconsciente, a ese instante atemporal y desconocido en que las notas y los ritmos forjaron mitos, poniéndole sonido a la memoria colectiva. Músicas de la tierra, con sus rituales de fecundidad y nutrición; del agua, la cálida sinfonía amniótica, el eterno retorno. Música ondulante en la genital seducción de la serpiente. Músicas del fuego, de lo efímero, nervio y transformación. Cuerdas y clarines, la fanfarria triunfal del héroe. Música de ángeles, el niño divino, la dulce melodía de las esferas.

La música es una trama sutil por la que circulan acordes de todas las eras. Ecos en los que lo animal, lo cósmico y lo humano, se funden en majestuosa sintonía.

Los sonidos del silencio

Resulta imposible hablar seriamente de música sin mencionar el silencio. Casi podríamos arriesgar diciendo que todos los esfuerzos dedicados a la investigación y el desarrollo metodológico en materia musical conducen, en última instancia, a ese momento crucial en que los aparatos y los discos pierden sentido frente a su monumental presencia.

El silencio es la mayor conquista musical y, probablemente, uno de nuestros mejores aliados. Él contiene todas las músicas posibles, no sólo en el sentido de la

vacuidad germinativa (nada más alejado del silencio que ese vacío estéril en el que toda voluntad creadora resulta insuficiente). El silencio es ese espacio rico y vibrante de completud que se produce cuando los sonidos ya dieron todo de sí. Cuando los matices, alturas y colores expresaron todo su potencial y pasan, entonces, a organizarse en una nueva dimensión. El silencio musical es, por lo tanto, una experiencia culminante; un ordenamiento diferente, que sólo es susceptible de ser percibido y asimilado mediante la vivencia.

“Toda existencia es una relación”, decía Alan Watts. En la plenitud del silencio la danza tendrá, en cada uno de nosotros, una sonoridad propia e intransferible. La música «nupcial» de nuestra intimidad con la grandeza.

Un viaje emocionado

Biodanza es un método orientado a la expresión de potencialidades mediante vivencias integradoras. Dentro de este marco, lo “corporal” (así como lo “mental”), sólo puede conceptualizarse como un aspecto de la totalidad. Del mismo modo que la cuerda y el arco no producen nada por sí solos, y es en su contacto que surge esa nota vibrante que revela un mensaje de unidad, Biodanza propone un abordaje holístico que supera la disociación platónica, restituyendo así una posibilidad de integración. Para este acceso a la identidad la música tiene todas las llaves, y el influjo apasionado que nos conduce a territorios misteriosos pero conocidos, en donde las emociones y movimientos danzan la conmovedora experiencia de ser.

Lo imposible puede suceder

Por que tenemos más energía de la que recibimos.
Tenemos luz en los ojos y pájaros migratorios
por que lo imposible puede suceder.
Nuestros pasos plenos de convicción
por laberintos de amor...
Argonautas por el mar desconocido
en busca del becerro interior
por que tenemos la energía del milagro.
La ilusión, el brote en el roble cortado
el huracán con nombre de mujer
y el corazón palpitando
aún sin amor
por que lo imposible puede suceder.

El ángel azul en nuestro lecho
esperando su nuevo destino
porque lo milagroso tiene cara de ángel.

Tenemos hijos en el corto espacio de cien años
y nuestro amor es infinito.

Tenemos una carta de amor en las manos
y grandes trigales dorados
en una espiga del sueño.
Por que lo imposible es lo cotidiano.

Buscando un lugar

Me siento un poco perdido últimamente.
Ando buscando un lugar para vivir.
Un lugar que sea realmente mío.

¿En el hueco de la noche?
¿Al borde del acantilado?
¿Bajo el ciruelo?
No lo sé...
Un lugar entre tus brazos, amor.

Rolando Toro Araneda

El facilitador de biodanza, entre el misterio y...

Poly Fernández

*Todos los cambios proceden de hombres poco razonables
porque los razonables esperan a que el mundo continúe
...más o menos como está.
George Bernard Shaw*

Hombres *poco razonables*... dice Bernard Shaw.
O sea... un poco locos...
No del todo.
He ahí un Facilitador de Biodanza.

Relato de vivencia

Siempre llamó mi atención cuando he visitado el maravilloso Brasil, cómo sus nativos expresan su pregunta: *Qué acontece?* Resuena en mí como una expresión conmovedora. No es igual a otras. Contiene una magia, un misterio, me provoca. Nunca supe por qué. He andado sin el saber de ese que puede compartirse, pero *con* ese saber íntimo y profundo, que en el *acontecer* vive un plus, un reverso no visible pero existente. Hay un algo allí... El cambio de siglo y los “buenos aires” trajeron a mis manos y a mi vida un nombre: Ignacio Lewkowicz, historiador, argentino. Maravilloso pensador. Exquisita ‘cabeza’. Su capacidad enorme de darle palabras a las nuevas situaciones, nuevas formas de pensar lo que acontece, tomando tal vez de algunos que ya iban transitando esos caminos, en ese uso exquisito de nuestro pensamiento que es el pensamiento creativo. (Cuando propongo un *segmentario de cuello*, me gusta decir a ‘mis’ Biodanzantes: *vamos a usar mejor nuestra cabeza ... Si no la usamos bien se endurece, junto con el cuello..., los hombros, el pecho*). Usar bien la cabeza, lo que nos hace humanos, éticos, integrados, amorosos, solidarios, creativos. Esta es la causa por la cual escribo. Para compartir algunas ideas. Para sentir que mi palabra sale de esa mixtura imprevisible devenida de una ‘víscera’, el corazón, y un centro de comando, el cerebro. Pero que necesitan a “Poly” para *ir sabiendo* qué-hacer. Y humildemente, como puedo, les ordeno! caminar juntos. A veces... sólo a veces... obedecen... Otras... les obedezco yo.

Biodanza: un acontecimiento

El trabajo de Ignacio Lewkowicz, entre otros en el cambio de siglo y antes, recorría el *acontecimiento*: A. Badiou, G. Deleuze, C. Castoriadis. Filósofos contemporáneos que le ayudaron a él, se detienen a *pensar*, estableciendo *pausas en un ambiente veloz*, como él, Ignacio, cuando habla de su *desacelerar*... y todos ellos produciendo pensamiento para que los demás mortales intentemos acotar nuestra incertidumbre, la propia del ser humano (para eso inventamos las ciencias ... las religiones ... la poesía ...)

Mi querido Ignacio me ayudó a pensar en el acontecimiento que creo, es la Biodanza.

Acontecimiento es novedad. Alteración de lo que hay. Por azar casi, pero que precisa de continuidad. No puede reducirse a sus antecedentes, sin prescindir de ellos. Novedad no asimilable fluidamente por la cultura, por lo social. Acontecimiento que puede nombrarse tal, cuando ha transcurrido un tiempo de su acontecer.

Y el Acontecimiento precisa de quienes lo vivan, lo piensen, lo transmitan, lo “militen”, como dice Badiou. De lo contrario, no existe. Pierde su potencialidad.

Dice Lewkowicz: el Acontecimiento es **experimentado** por la relación interior de producción. **El sujeto se encuentra abarcado, embargado, atravesado, por el acontecimiento**. Es imposible que el sujeto “mire desde afuera”. El acontecimiento **se construye**, en el proceso mismo de intervención.

Parece que Ignacio estuviera hablando de Biodanza.

Estoy entregada a la idea de que Biodanza es un Acontecimiento. Y que el Facilitador es un militante de ese Acontecimiento. Hay una novedad que la Biodanza aporta a los tiempos contemporáneos.

Y como novedad, como sistema joven en sí mismo, es un tesoro de posibilidades. Es un universo ‘nuevo’. Tenemos que pensar nuevas formas. Danzar las nuevas formas. Nuevas nominaciones. Nuevas funciones.

Rolando pensó y propuso cantidades de líneas que demarcan el camino. Pero no le pidamos que haya pensado todo. Hay que seguir pensando y haciendo para que la Biodanza siga creciendo.

Uno de los puntos que quiero seguir pensando y revisando es la **función del facilitador**.

Anotaciones sobre la función del Facilitador Biodanzista.²

Decimos que en Biodanza conjugamos cuatro elementos excluyentemente: música, danza, emoción, y el grupo, los otros. No hay Biodanza sin alguno de ellos. Yo propongo agregar un elemento más, igual de excluyente: el **Facilitador**, (que me ha gustado llamar **Biodanzista**)³

En la experiencia de Biodanza la figura del *conductor del proceso*, no puede eliminarse. La Biodanza no está contenida en algún libro, CD, DVD, o sitio de Internet, con lo cual pueda excluirse la presencia y conducción de una **Función**, sostenida por un sujeto, que tenga a su cargo la propuesta para que “algo allí acontezca”. Posiblemente sea de las pocas situaciones humanas en la actualidad que no puedan ser sustituidas por la tecnología de la comunicación. Hasta la terapia psicológica en la actualidad puede llevarse a cabo telefónicamente o por internet.

La metodología de Biodanza no lo permite. La noción de *encuentro humano* que sostiene la Biodanza, el Encuentro con cada uno de sus elementos: las personas, la emoción, la música, la danza y su exquisita combinación es *promovido* por otro ser humano y su posibilidad/capacidad de alquimia.

La particularidad es que en Biodanza, un biodanzante, no lo es, sino *con* sus compañeros de grupo. Logra sus transformaciones *a través* de su grupo. No lo logra sólo. Sea

esto consciente o no, así sucede.

A veces el éxito de un Facilitador se deja librado a sus condiciones personales, a su 'natural' intuición, a su capacidad de motivación, o a la magia. Creo que podemos ampliar las posibilidades. Y hacer más "consciente" que su función es estructural al Sistema Biodanza. Que es el conductor de un proceso de un grupo, por más obvio que esto parezca.

Las situaciones de grupo que van desplegándose en cada uno de los procesos de la Biodanza sea en los grupos regulares sea en la situación de Formación, van interpelando a la función del facilitador/biodanzista como coordinador y conductor de procesos. Interpelando, lo que es decir proponiendo preguntas:

Qué hago ahora?

Cómo sigo?

Qué les pasa que no vienen?

Qué hago con los rumores extra clase/sesión...?

Qué hago con esta persona que siempre quiere llamar la atención?

Cómo conducir un relato de vivencia?

Cómo sostener un grupo? Qué hacer?

Y tantas, tantas otras que van apareciendo a medida que se despliegan los momentos en los que las emociones imperan, las inhibiciones retroceden, las opresiones se liberan ... y eso también tiene consecuencias en los procesos grupales.

Rolando nos plantea en el texto de formación (El Grupo en Biodanza) una serie de interesantes puntuaciones en relación a la Actitud, dice él, del profesor (tomo su modo de referenciar a nuestro *Biodanzista*). Si bien hay una vinculación entre *actitud* y *función* entiendo que la *función* es más compleja.

Una *función* no es una persona. No es su 'angel'. No es el espontaneísmo en las respuestas. Una *función* es un cargo, contiene la noción de rol, en el sentido de lo que *se espera* de él, pero además contiene un modo de ejercerla, que se vincula a la *posición* que se asume al hacerlo y tiene que ver con una ética.

Ello permite ir incluyéndose en el devenir de un proceso grupal, el grupo no es sin la *función* del facilitador. Es más. Es **consecuencia** de la misma. El destino de un grupo biodanzante, es **consecuencia** de cómo el facilitador lo condujo.

Dentro de la función, un trabajo necesario a realizar implica cuidarse de las idealizaciones que los biodanzantes hacen de él y aunque, (según dice Rolando y acuerdo con ello desde mi saber profesional sobre los grupos), se traslade esa transferencia luego al grupo, el facilitador debe estar advertido: tal idealización puede producirle una confusión acerca de que dispone de algún poder sobre sus biodanzantes por la asimetría planteada. Ello se juega en instancias muy inconscientes tal vez. El Facilitador no tiene un poder. El Facilitador Biodanzista tiene latente la autoridad que le pueden atribuir los integrantes de los grupos al "verlo", sentirlo, escucharlo, provocar vivencia.



Precisamente por ello creo importante preguntarnos en forma permanente por nuestra *función* y cómo la estamos ejerciendo. Revisar qué estamos haciendo, cómo estamos acompañando al proceso de ese grupo.

Ante esto a veces el Facilitador se queda solo... paradójicamente.

La Biodanza nos propone la confianza como uno de sus pilares:

Confianza que nos conduzca para

Conversar con colegas sin temor,

compartir preguntas,

pensar juntos ... acerca de la *función*.

Vivenciar esa confianza (como en tantas danzas), en la palabra emocionada del compartir experiencias, como muchos colegas ya han comprobado, seguramente puede ahorrar algunos momentos difíciles en el despliegue de la tarea.

Entiendo que hace falta seguir compartiendo estas y otras cuestiones que creo enriquecerían a la Biodanza misma.

Por ahora dejo por aquí. Si alguna resonancia produjeron estas líneas, cumplí un objetivo.

Te agradezco, lector querido, compañero de camino, haber llegado a este punto (.)

Notas

¹ Algunas de las ideas que aquí comparto formaron parte de mi monografía de titulación.

² Acerca de esta nominación, en el año 2006 envié a Rolando una propuesta. Se interesó mucho, se estimuló mucho y por esas cosas de la vida y la vertiginosidad, no seguimos la conversación. Cuento con documentación que acredita lo que estoy compartiendo.

³ En caso de interesar, la fundamentación en mi trabajo final: "*Biodanzista (y otras cuestiones)*"

El círculo de los arquetipos

Raúl Terrén y Verónica Toro

El universo de los mitos y arquetipos es un encantador manantial de posibilidades para experimentar el misterio de la existencia humana.

Danzar los arquetipos es una propuesta osada, que nos empodera para desplegar nuestra identidad en toda su gracia y esplendor.

El “Círculo de los Arquetipos”, una extensión de Biodanza creada por Rolando Toro, nos ofrece un viaje existencial a una dimensión profunda de la consciencia, poblada de dioses y figuras míticas. Entrar en este mundo es una maravillosa fuente de recursos para entender un poco más nuestra humanidad y ayudarnos a vivir.

En este artículo abordaremos brevemente el marco teórico de los arquetipos, y las danzas que se propondrán en el taller.

Un arquetipo, del griego *arché*, fundamento, principio o comienzo, y *typos*, impresión o modelo, es el patrón ejemplar del cual otros comportamientos, ideas o conceptos se derivan.

El arquetipo es una tendencia natural, no aprendida, a percibir las situaciones de la vida de una determinada manera. Carece de forma en sí mismo, pero actúa como un “principio organizador” sobre las cosas que vemos o hacemos.

Carlos Gustavo Jung estudió profundamente este tema, investigando los arquetipos caldeo-asirios, hindúes, egipcios, griegos, cristianos, los arquetipos literarios, los del Tarot y muchos otros.

Los arquetipos se encuentran en los mitos y fábulas, pertenecen a todas las culturas y pueblos porque atañen al inconsciente de toda la humanidad, lo que Jung llamó “inconsciente colectivo”.

Siempre se han contado historias sobre el misterio del universo, de la vida y de la humanidad. En todos esos relatos los personajes representan pautas de comportamiento que identifican a lo humano en todas sus facetas.

Dice Rolando Toro: *por circunstancias culturales, familiares y personales, todos presentamos algunos arquetipos activos, mientras otros permanecen dormidos. Lo interesante es que cada uno llegue a descubrir, para su vida personal, los arquetipos que están encarnando y la transformación posible de esos arquetipos cuando no les va bien en la existencia.*

Así encontramos al viejo sabio, a la gran madre, a la prostituta sagrada, al héroe, al mago, al rey, al niño divino, a la Tierra (Pachamama), al Cielo, al Sol y la Luna, a los diferentes dioses y a tantos otros.

Muchos arquetipos se identifican como dioses y diosas y en la civilización occidental tenemos al panteón griego que

representa magníficamente esta realidad con sus 12 dioses: Zeus, Hera, Apolo, Artemisa, Deméter, Poseidón, Ares, Afrodita, Hermes, Hestia, Hefesto, Palas Atenea, y algunos otros como Dioniso, Perséfone, Eros, Psyche y Ariadna, que también vivieron, en diferentes momentos, en el Olimpo.

Danzar los arquetipos

Danzar los personajes de los mitos y fábulas, nos permite vivenciar los arquetipos, tener la experiencia de lo que cada uno significa y comprenderlos mejor.

Deméter es la famosísima sacerdotisa de Eleusis, diosa de la fertilidad de los campos, que daba alimento a los pueblos. Es una de las versiones de la “gran madre”, el símbolo de la sexualidad para la fecundación.

Afrodita, en cambio, es la diosa del amor, de la belleza y de la seducción.

Es muy importante para una mujer tener un equilibrio entre estas dos diosas y no dejar, como ocurre muy a menudo, que la mujer- madre, tome el lugar que le corresponde a la mujer- amante.

En el mundo masculino, *Zeus* representa al “gran padre”, con todo su poder, que muchas veces es tiránico y da miedo por su castigo. Hay que saber dosificar el poder y no caer en su abuso, como padre o como líder.

Hermes, el mensajero de los dioses, es un arquetipo muy apropiado para los biodanzantes, el de llevar el mensaje de la sacralidad de la vida con fluidez y asertividad.

Atenea, diosa de la inteligencia y la estrategia, brinda a las mujeres un ejemplo de la capacidad de acción y trabajo, y de abrirse paso en un mundo competitivo.

Dioniso es el arquetipo del buscador del éxtasis, tanto místico como sexual. Es una divinidad esencial para el mundo que nos toca vivir, como bien demostró Nietzsche

en su obra.

Apolo es armónico e inteligente, el hombre ideal para muchas personas. Es un arquetipo muy atractivo, pero un hombre solamente apolíneo y sin Dioniso no está equilibrado, hay que combinar a los dos. El que es muy apolíneo tiene que desplazarse un poco a lo dionisiaco y el que es demasiado dionisiaco desplazarse a lo apolíneo.

Danzar a *Prometeo* es una invitación para agradecer a este titán por su coraje de robarles el fuego a los dioses y dárselo a los seres humanos.

Descubrir cuando el arquetipo de *Atlas*, que fue castigado por *Zeus* a cargar el mundo sobre sus hombros, nos encarna y vivimos en un mundo de responsabilidades agobiantes. Muchas personas están viviendo ese arquetipo, y llevan cotidianamente el peso del mundo sobre sus hombros.

Todos nosotros tenemos rasgos de muchos de estos dioses

“ Los
arquetipos se
encuentran
en los mitos
y fábulas, pertenecen a
todas las culturas y
pueblos porque atañen
al inconsciente de toda
la humanidad



y es bueno poder percibirlo para poder evocar a un dios cuando lo necesitamos. A veces estamos “poseídos” por un dios y no nos damos cuenta, y podemos estar arrasados por la rabia y encarnar el arquetipo de *Ares*, o por los celos y ser como *Hera*. Otras veces podemos ser invadidos por el ímpetu sexual de *Dioniso* o la seducción de *Afrodita* o el encantamiento de *Eros*.

El arquetipo de *Asclepio* y del centauro *Quirón*, y a veces también el de *Artemisa*, es el del sanador, que se expresa en muchas personas que hacen técnicas terapéuticas, en los médicos, en los chamanes y en los brujos curanderos. Todo aquel que quiere utilizar algún medio para curar enfermedades del cuerpo o del alma, tiene este arquetipo, incluyendo los facilitadores de Biodanza,

En esta formación para facilitadores, vamos a realizar danzas de muchos arquetipos y también aprender cómo organizarlos en diferentes talleres, como por ejemplo: “Danzar los mitos”, “Dioses y diosas”, “Los arquetipos del amor” y varias otras posibilidades.

También es nuestra propuesta entusiasmar a los participantes a rescatar arquetipos de otras culturas, como los que están en los mitos de la América profunda (Rodolfo

Kush). Son muy reveladores los arquetipos afro-brasileros de las distintas ramas de rituales populares que aportaron los africanos cuando llegaron los esclavos a América Latina. Trajeron sus visiones regionales, sus ideas de los espíritus, sus rituales y los siguieron practicando, incluso tenían que ocultar sus prácticas, sus creencias, sus dioses, frente a los sacerdotes cristianos.

Casi todos los arquetipos son susceptibles de interpretación, esto significa que los psicólogos, los pensadores, los filósofos pueden interpretar un arquetipo de distintos ángulos, y nosotros también. Con *Orfeo y Euridice*, *Prometeo* y *Atlas* daremos la posibilidad de una “mitología creativa” para darle una vida renovada a esos arquetipos.

Orfeo es el arquetipo del poder musical, que desarrolló a partir de la lira que le regaló *Apolo*. A los que les gusta mucho la música y quieren encantar a los demás con la música, están encarnando este arquetipo. Orfeo con su música, tranquilizaba a las fieras salvajes y podía hacer florecer los árboles en invierno.

Aprenderemos del *Ave Fénix* a poder revivir de las cenizas en los momentos de caos donde nos sentimos perdidos.

Estaremos también con *Isis* y *Osiris*, hermanos y pareja, y

su hijo *Horus*, en el Egipto de hace 5000 años.

La trilogía hindú, de *Brahma*, *Shiva* y *Vishnu* es también muy importante en Biodanza. *Brahma* es el dios máximo en la India, quien en un estado muy especial se durmió, soñó el mundo, y cuando despertó su creación onírica era real. Nosotros frecuentemente soñamos cosas para realizarlas y es posible transformar el sueño en realidad.

Es muy importante saber cuándo es necesario transformar nuestra vida (*Shiva*), cuando mantener lo logrado (*Vishnu*) o cuando renacer por completo (*Brahma*).

Otro arquetipo son los *ángeles*, que no son espíritus en forma de niños con alas. Desde el punto de vista de Biodanza, los ángeles son humanos. Es la parte dulce, suave, pura, transparente, llena de poderes especiales para quien posee ese ángel. Y todas las personas tienen un ángel, algunos lo tienen bien pequeño y totalmente olvidado y otros lo tienen a flor de piel. Cuando dicen que una persona tiene buen astral es porque su ángel está bien desarrollado.

Cristo, desde el punto de vista de Biodanza, trae una novedad al mundo que es el amor al prójimo, es decir esto de “ama a tú prójimo como a ti mismo”. Es un arquetipo afectivo, amoroso, dulce. Danzaremos el arquetipo de Cristo como símbolo del amor infinito.

La fábula de *Cuidado*, que curiosamente encontramos en Heidegger, nos brinda un arquetipo esencial a desarrollar en los Facilitadores de Biodanza. El futuro de la humanidad seguramente dependerá de nuestra capacidad de cuidar y de dejarse cuidar.

De Jung a Rolando Toro

Jung no escatima energías en recalcar la relación de los arquetipos con lo instintivo, lo terrenal, la realidad fáctica. Su intención en todo momento es evitar que se conciban sólo

como productos de la mera fantasía, formas psíquicas etéreas, caprichosas y vacías, o bien como residuos obsoletos de arcaicas y erróneas formas de pensar.

Jung postula la directa relación entre lo corpóreo, lo genético y el arquetipo.

Su abordaje fue una inspiración para Rolando Toro quien le puso cuerpo al mundo de los arquetipos al proponer danzarlos.

Tal vez el arquetipo que más le ha impresionado a Rolando es el arquetipo del Minotauro, que con su cuerpo de hombre y cabeza de animal revela un poderoso símbolo del instinto.

Es probable que los temas mitológicos más importantes sean comunes a todas las razas y a todos los tiempos.

El *mándala* es una figura arquetípica, una estructura “cuadratura círculo”, es decir en base a un cuadrado y a un círculo, en que las energías se combinan siendo el cuadrado, por decirlo así, la razón y el círculo el afecto. El mandala es una imagen que tiene una energía especial para la consciencia.

Los arquetipos son un conjunto de energías primordiales que organizan el desenvolvimiento del ser y se traducen al ámbito psíquico como imágenes.

Despiertan, activan y ponen en marcha un proceso de transformación interna en donde nos es posible comprender mejor nuestros dones y capacidades, así como nuestras limitaciones.

Tanto para C. J. Jung como para Rolando Toro, averiguar la esencia y develar el verdadero sentido del arquetipo, significa descubrir realmente nuestra auténtica identidad. Conociendo nuestros arquetipos internos impulsamos la expresión de lo mejor de nosotros mismos, en el camino hacia la realización de nuestra humanidad.

Los sonetos del otoño

May Sarton

Si puedo dejarte ir como los árboles dejan ir
Sus hojas, tan naturalmente, una por una;
Si puedo llegar a saber lo que ellos saben,
Que la caída es alivio, es consumación,

Entonces el miedo al tiempo y a la fruta incierta
No perturbaría los grandes cielos lúcidos,
Este otoño extrañísimo, dulce y severo.
Si puedo soportar lo oscuro con los ojos abiertos

Y llamarlo estacional, no áspero o extraño
(Porque también el amor necesita un tiempo de descanso),
Y como un árbol estarme quieta ante los cambios,

Perder lo que se pierda para guardar lo que se pueda,
La extraña raíz todavía viva bajo la nieve,
El amor resistirá si puedo dejarte ir.



Diálogo, la danza de la palabra

Claudia Perlo

El diálogo es una de las palabras más enunciadas por estos días, podríamos decir tomando a Cortazar que se ha constituido en una palabra cansada. Unánimemente se enuncia que el diálogo es el camino para la construcción y reconstrucción de las relaciones. Ahora bien, la sola enunciación de su intención no basta para que éste se produzca. La construcción de un proceso de diálogo requiere de un cambio en los modelos mentales entre quienes participarán en él, ya que no toda conversación facilita el entendimiento y la convivencia, es decir no toda conversación es diálogo. El diálogo es el proceso que ubica a los sujetos en una condición de igualdad, a través del respeto por las diferencias, que provoca la diversidad.

Williams Isaacs (1999) plantea que generalmente los fracasos entre las personas, grupos y organizaciones se deben a la falta de habilidad para conversar. Ahora bien, ¿qué es dialogar?, ¿cómo dialogar?, ¿qué condiciones deben darse para que esto ocurra? El diálogo en su etimología clarifica su objetivo: dia (fluir), logos (saber, conocimiento, significado), es decir “fluir de significados”.

La diversidad de significados que los sujetos pueden atribuir a aquello de lo que se habla, “la realidad”, es la razón de los ineludibles conflictos, los “malos” entendidos, que aparecen en las conversaciones cotidianas. En este sentido debemos asumir que no existe una realidad, revelada como única verdad a la vista de todos. Por lo que considerar que en un conflicto una de las partes involucradas tiene la razón absoluta constituye un pensamiento fragmentario de la realidad que recursivamente alimenta el conflicto. Cada grupo o sector tendrá múltiples y diferentes razones desde la perspectiva particular que observa una realidad complejamente construida. También debemos comprender que en la conversación no están en juego sólo las ideas, conjuntamente lo está la relación de poder (política) entre los implicados. El poder es constitutivo de la comunicación y viceversa. Comunicación, conflicto y poder constituyen una triada inseparable.

La lógica ganar o perder que subyace a los discursos entre los grupos o personas en oposición no brinda las condiciones para que tan complejo proceso ocurra, contrariamente genera conversaciones improductivas que engrosan el conflicto. La lógica ganar-ganar no constituye una situación utópica e idílica sino la única posibilidad para que el diálogo se produzca. Se requiere pasar de una lógica competitiva a una lógica colaborativa que posibilite “el fluir”, movimiento, desplazamiento, cambio de los significados fosilizados en cada “parte”.

A través de nuestras investigaciones observamos procesos conversacionales que sufren lo que Böhm (1994) denomina “patologías del pensamiento colectivo”. Estas son: violencia, el no respeto y agresión del otro; certeza, la imposibilidad de suspender las propias ideas; idolatría, el escucharse sólo a sí mismo y abstracción, el encerrarse en el propio modelo mental. La “controversia” constituye el punto de partida del proceso dialógico; sin controversia no sería

necesario dialogar. Sin embargo, el enquistamiento en ella difícilmente permitirá crear un espacio donde “fluyan los significados”.

¿Qué se requiere para avanzar en un proceso de diálogo? Se requiere aprender actitudes y habilidades comunicativas que brinden calidad al intercambio conversacional a través de:

- Legitimar al otro, valorando su postura. Actitud que nos permita cambiar la visión del “otro como enemigo” a la visión del “otro como semejante”, practicando una ética de lo diferente.

- Suspender las rígidas certezas, observar nuestros pensamientos y sentimientos para promover la transformación de nuestras ideas en pos de la co-construcción de marcos de significados compartidos.

- Sostener un hablar cuidadoso, tomando conciencia de que el lenguaje construye la realidad. Expresar nuestra propia perspectiva buscando revelar con transparencia nuestro pensamiento al otro.

- Practicar una escucha atenta, en primer lugar escuchándonos a nosotros mismos y en segundo, escuchando al otro. Ésta última no es posible sin la primera. No sólo para tolerar al semejante, sino más aún para comprender las diferencias que permitan explorar juntos (nosotros) nuevas realidades posibles.

Construir colectivamente supone aprender estas prácticas dialógicas a través de estrategias y el ejercicio de técnicas específicas, para promover “espacios de inclusiones recíprocas”, entre los actores sociales representantes de cada grupo o sector.

Sabemos que generar esta práctica no es sencillo, ya que requiere transformar matrices de aprendizaje y pensamientos que hemos incorporado tanto a través de nuestra educación como de nuestra participación política a lo largo de nuestra historia. Humberto Maturana expresa que nuestras matrices de aprendizajes sólo pueden modificarse en profundidad por curiosidad o dolor.

¿Cuánto dolor tendremos que transitar como pueblo para superar la fragmentación social a través de una conciencia colectiva? Si consideramos al diálogo como una estrategia que permite reconstituir el tejido social, deberíamos emprender individual y colectivamente este difícil desafío.

El modelo dialógico al que aquí referimos no desconoce de modo alguno las relaciones de poder existentes que atraviesan las estructuras institucionales, como tampoco ignora los diferentes niveles, jerarquías y legitimaciones que tiene la circulación de la palabra en nuestra sociedad. Pero asimismo reconoce que todos los actores sociales conversamos en algún lugar de la estructura a través de las instituciones, ostentando una cuota de poder que nos compromete y responsabiliza de este proceso, en tanto hayamos elegido centrarnos en la VIDA.

En el contexto de la formación en biodanza consideramos que la revalorización de la palabra senti-pensada permite fortalecer el sistema como danza de la vida posibilitando integrar tanto lo instintivo, lo emocional como lo cortical.



A continuación presentamos contenidos para desarrollar en el marco de la formación biocéntrica, organizados en cuatro módulos, seguidamente danzas que hemos seleccionado para organizar las vivencias de estos campos biosemánticos. Finalmente sugerimos ejercicios con la palabra para explorar apreciativamente prácticas y habilidades comunicacionales.

Contenidos

-Encuadre general:

- Comunicación humana y lenguaje
- Ontología del lenguaje, (Flores, Echeverría)
- Maturana y Varela (Lenguaje y emocionar)
- Las conversaciones como redes.

-Las conversaciones desde la perspectiva antropocéntrica:

- Prácticas conversacionales y fallas del pensamiento colectivo según David Böhm (abstracción, certeza,

idolatría y violencia)

- El paradigma de las partes: Conflicto y fragmentación
- Conversaciones improductivas: Debate tosco
- La competencia por los significados. (escasez). Incoherencia colectiva, desintegración.
- Obstáculos en las conversaciones: modelos mentales y escalera de inferencias.
- La ostentación de la razón y la objetividad en las conversaciones como generador de sumisión, obediencia y violencia.
- Muerte ontológica del Otro (Rolando Toro)
- Conversaciones productivas y expertas: mediación y negociación

-Las conversaciones desde la perspectiva biocéntrica:

- Hacia la construcción del NOSOTROS, de la pirámide a la RED.
- Autopoiésis, poder, autoridad y holoarquías en las prácticas conversacionales.
- El paradigma holográfico: Controversia, diversidad (subtotalidad) y unidad. (totalidad). Integración
- Perspectiva biocéntrica de la diversidad: centrados en las coincidencias y atentos a las diferencias.
- Celebración del “mal-entendido” como emergencia del legítimo otro.
- El lenguaje como cooperación en la búsqueda de significados.(abundancia)
- Habilidades conversacionales básicas: Escucha atenta y hablar cuidadoso
- Prácticas dialógicas que diluyen las fallas del pensamiento colectivo: Suspender, escuchar, dar voz y respetar.
- Posturas psicopolíticas de una conversación (Kantor) Impulsor, seguidor, opositor y testigo.
- Balance de posturas y armonización para fluir en las conversaciones: Indagar y abogar.

-El diálogo como danza de significados con la otredad

- Antecedentes: Emanuel Levinas (Ética de la alteridad) Martin Buber (Filosofía dialogo yo – tu) (Epistemología de lo no disyunto) Denise Najmanovich, Paulo Freire (Pedagogía) David Böhm (Física).
- Diálogo generativo: Flujo de 4 Campos conversacionales para facilitar la co-creación de significados compartidos. Modelo de William Isaacs.
- El diálogo, como el arte de “pensar juntos”.
- Epifanía del encuentro (R. Toro) a través de la palabra.

Danzas

- Ronda: Ciranda, Danza de aceptación
- Caminares: Caminares a dos, cuatro, seis, diez y más,

Marcha de adaptación, Sincronizaciones rítmicas y melódicas y eutonías.

-Fronteras: Danzar el propio espacio y danzar el espacio con el otro, oposición armónica. Danza de la amistad.

-Modelos mentales: Danza de romper esquemas, Danza del ridículo,

-Fluidez individual y a dos. Tren a modo de Gusano.

-Juegos: Mirar de lugares diferentes, Hablar en otro idioma, Juego del espejo, Juego de tímidos y osados, Juego del hilo invisible, Juego del cardumen, Seguir al maestro. Juego de ponerse en el lugar del otro (mirar como mira el otro)

-Danzas de feed-back-empatía: Entrar en empatía con otro, Danza del lazarillo, Dar y recibir la flor, abrirse al universo del otro. El poema eres tu, subirse al sueños de otros.

-Danzas de creatividad: individual y grupal, temáticas, con imágenes. Percepción estética del otro

-Segmentarios: Segmentario de cuello, segmentario de cuello de a dos, segmentario de pecho y hombro solos y de a dos,

-Somos Uno: Danza de transporte de corazón a corazón, nido ecológico, Grupo compacto de fluidez, Coros rítmicos, Coro de caña divina, Diálogo de voces. Circulo infinito,

Triángulo- Red, Red de manos. Vuelos grupales

-PG: Pedir (humildad) PG Dar y darse, PG Intimidación, PG Conexión con el infinito,

-Transcendencia del pensar juntos: Agradecer la presencia. Iluminar al compañero, Ronda de comunión. Mandala, Encuentros trascendentes y epifánicos.

Ejercicios con la palabra para explorar apreciativamente prácticas y habilidades comunicacionales:

-Escalera de inferencias.

-La columna izquierda.

-Autoexploración de habilidades y roles conversacionales.

-Seis sombreros

-La pecera, mejoramiento de conversaciones.

-Ronda conversacional de escucha atenta, con ojos cerrados.

-Juego de la silla al revés.

-Conversaciones generativas: Open space, Word café pro-action, diálogo apreciativo.

-Diálogos de cultura.

-Indagación apreciativa.

-Inventario de indiscutibles.



Biodanza

“El tiempo de la danza es nuestra eternidad y el sentido del mundo se vuelve flor”

Rolando Toro

Miércoles en Almagro a las 20.15 hs
grupo de profundización.
Facilitan José Antonio (Tito) Spátola y Marcela Enriquez (fft)

Viernes 19.30 hs en Palermo
grupo de radicalización.
Facilita José Antonio (Tito) Spátola y musicaliza Lucia Yael Martínez



FB: Biodanza Tito
011-5978-9536
titospatola@yahoo.com.ar



FB: Marcela Enriquez
011-6442-3504
emache@hotmail.com

La libertad de amar (te)

Laura Del Piano

La carencia de amor es una situación biológica insuperable.

Rolando Toro Araneda

Pensar de nuevo sobre el amor, la libertad y la trascendencia nos resulta vital.

No como conceptos abstractos sino como alusiones inmediatas, como experiencias corporales, como los nombres que podemos dar a nuestras formas de participación existencial.

Es preciso abandonar nuestras tradiciones intelectuales para entrar a nuestra vida íntima, a nuestra necesidad biológica de amor y trascendencia.

Hay una fuerza profunda que impulsa la vida, que nos mueve en el sentido de alcanzar estructuras coherentes.

“El amor es la mayor fuerza estructuradora de la existencia”. RT

Es tal que la necesidad del ser humano ante su falta se orienta hacia la desintegración y la muerte. Si las personas no lo consiguen entran rápidamente en situaciones patológicas: toxicomanías, destructividad, locura o dolencias orgánicas.

El amor, por lo tanto es una búsqueda de estructura y unidad como forma de ser en el mundo y contra todo lo que podamos pensar de la Libertad es la aceptación gozosa de un condicionamiento máximo en relación al ser amado.

“La vivencia amorosa correspondida refuerza y expresa al máximo la identidad de los amantes”. RT

En la interdependencia que sucede en el proceso amoroso a dos cada uno puede alcanzar su máxima identidad.

La trascendencia que el amor nos trae disminuye nuestro individualismo y refuerza nuestra identidad.

Libertad para amar, trascendencia, esplendor de la identidad y aumento de la vivencia esencial de estar vivo son parte de un proceso unitario que da estructura a la existencia.

El amor visto desde esta perspectiva constituye una energía que conserva y permite la evolución de la vida como Vida.

En un proceso vivencial de biodanza vamos diluyendo los condicionamientos habituales para tener libertad de amar.

En este caso la libertad opera como mediación trascendente para el amor.

Al encontrar el amor, a partir de esta libertad, se inicia el proceso gozoso, epifánico y creativo de establecer una nueva forma de condicionamiento en relación al ser amado.

Así es que Rolando propone la libertad para amar sobre una base trascendente.

“Vivimos en una pulsación por el deseo de amor y el deseo de ser libres”. RT

En el amor de pareja se puede estructurar una forma de condicionamiento a dos que exalte la identidad y ascienda el sentido de la Vida.

A partir de esta experiencia trascendente es posible la irradiación del amor intraespecie, esto es una estructura de solidaridad cosmobiológica.

“Ya sabemos que a partir del individualismo el amor es un imposible!” RT

El amor solo se realiza a partir de realzar la identidad, recíprocamente.

En el amor hay fusión, circulación de vida, unidad profunda. Así se cumple el “yo soy vos y vos sos yo”.

Resulta que cuando el otro nos resulta transparente existe la posibilidad de libertad de amor y libertad para la fusión.

La fusión amorosa es el punto máximo de gozo y plenitud que puede alcanzar un ser humano. Es una combinación de sentimientos de profunda paz y euforia.

La paz al descender, a través del amor, a las profundidades de lo real... el sentimiento de euforia por la sensación de superabundancia de vida y por el descubrimiento creador de una inconcebible identidad...

“Para encontrar a Dios en tus venas miro

Voy bajando en puntilla por los hilos al vientre

De la miel donde brama sus remolinos cárdenas

La vida en ese solo hervidero de pétalos

Que suben y sedientos te aguardan acosada mujer

Donde las frondas tu escuchas como vienen

Van creciendo los hilos en racimos

Por tus brazos tendidos como ramas azules

Que sostienen los nidos sobre de sus risas.

Tu eres como un paisaje que no tiene ya fin

En mi memoria una cárcel de pájaros de llama...”

(Mujer en Sueño, Ludwig Zeller)

La fusión amorosa es esencialmente sexual. Ella implica una ausencia de represión, una libertad para la fusión.

La ausencia de represión es la condición para la manifestación del deseo y el deseo se produce por actos sucesivos de conexión.

“La fusión implica libertad, desinhibición, conexión y deseo”. RT

Biodanza trabaja en estos cuatro aspectos:

Estimula el proceso de liberación trascendente y el coraje para ser íntegro.

Suprime la culpabilidad y los mecanismos de auto represión.

Facilita los medios expresivos de conexión y encuentro.

Estimula la deflagración del deseo.

Al trabajar el impulso de fusión estamos estimulando la posibilidad del máximo placer.

El gozo amoroso está en la base de la vivencia de estar vivo.

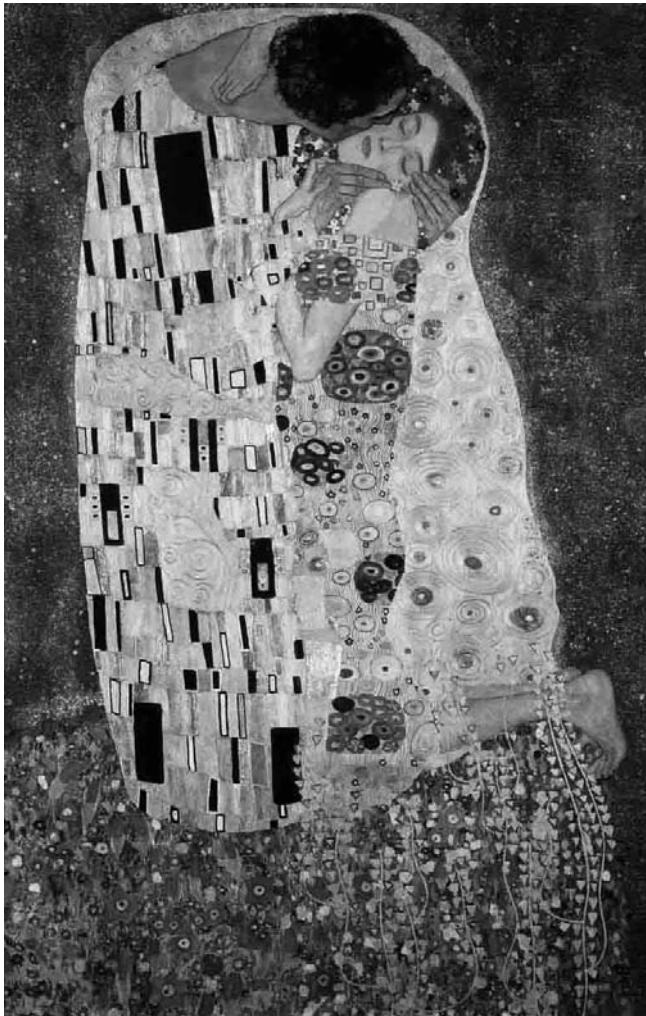
La vivencia de estar vivo nutre la identidad.

La fusión amorosa, euforia de vivir, esplendor de la identidad al trascender en otra constituyó el núcleo de la preocupación de Rolando Toro Araneda (creador de la Biodanza)

Al hablar de fusión amorosa se refirió al proceso de integración esencial entre dos personas.

La disponibilidad para amar como actitud interna de apertura que implica dar y recibir, **amar y dejarse amar.**

Amar y ser amado, como experiencia potente y misteriosa, dos personas se eligen y se abren el uno al otro, compartiendo el goce de sus cuerpos, de sus corazones.



Enamorarse y fundirse sexualmente con el otro: dos energías que sintonizan y se transforman en una mayor.

La mera relación sexual sin fusión amorosa es un fenómeno protagonizado por dos individuos y no identidades.

Rolando caracterizó tres formas de relación erótica cuyas consecuencias son radicalmente diferentes:

Relación sexual en la cual uno solo se satisface. Es disociativa, amarga y sin sustancia, dañina para ambos.

Relación erótica en que dos individuos se satisfacen, sin fusión. Es alegre, lúdica y placerosa.

Relación erótica en que las dos funden su identidad. Da a cada uno una vivencia primigénea de lo que se llama la felicidad y renueva completamente los procesos biológicos y la estructura existencial.

Biodanza, promueve la búsqueda de condiciones de libertad para amar, para transformar las formas letales de condicionamiento en condicionamientos que aumenten la integración.

“Para llegar a amar, el ser humano atraviesa sucesivas etapas, en las que se enfrenta consigo mismo, con los riesgos de la soledad y la muerte, con el vacío de significación, experiencias estas que provocan un desenvolvimiento extraordinario de las funciones afectivas”. RT

Biodanza promueve el reaprendizaje afectivo, una nueva manera de estar en el mundo y la expresión de una identidad sana que permita construir con el otro.

Un misterio por develar...biodanzando.

Cuando tenga 64 años

Cuando envejezca y pierda mi pelo,
dentro de muchos años.
¿Aun me mandarás una tarjeta de San Valentín,
una felicitación de cumpleaños o una botella de vino?

Si he salido hasta las tres menos cuarto
¿me cerrarás la puerta?
¿Me necesitarás, me alimentarás
cuando tenga 64 años?

Tu también serás más vieja
Y si dices la palabra, podría quedarme contigo.

Podría resultar de utilidad arreglando un fusible
cuando se te apaguen las luces.
Tu puedes hacer un sueter junto a la chimenea,
los domingos por la mañana ir a dar una vuelta.

Arreglando el jardín, quitando las hierbas
¿quién podría pedir más?
¿Me necesitarás, me alimentarás
cuando tenga 64 años?

Cada verano podemos alquilar una casa de campo
en la Isla de Wight, si no es demasiado cara.
Deberemos ahorrar.
Tus nietos sobre tus rodillas,
Vera, Cuck y Dave.

Mándame una postal, envía unas líneas
con tu punto de vista.
Indica de manera precisa lo que quieres decir,
tuyo sinceramente, echándome a perder.

Dame tu respuesta, rellena un formulario,
mía para siempre,
¿Me necesitarás, me alimentarás
cuando tenga 64 años?

Lennon - McCartney



La magia de la ciencia



Ester Perpiñal propone a partir de un video una nueva mirada sobre las prácticas en Ciencias Naturales. El objetivo es mostrar que los fenómenos naturales pueden parecer mágicos y asombrarnos, hasta que los observamos, descubrimos y explicamos. Que la curiosidad es el inicio de la actividad científica, y además, que la ciencia está integrada a todas las áreas del conocimiento, del arte y de la vida.

La presentación del actor haciendo experimentos sencillos, puede servir de disparador para actividades en el aula.

El concepto diferente de la propuesta es que para que el trayecto hacia el descubrimiento esté lleno de momentos de asombro; es imprescindible no guiar la observación.

Perpiñal afirma que la capacidad de descubrir esta en todos y en cada uno de nosotros. Es tarea del docente facilitar y provocar dicha instancia, teniendo la paciencia suficiente para que la vivencia se transforme en reflexión y la reflexión en conceptos.

Ester Perpiñal

La magia de la ciencia es una vieja historia de cómo se empieza a hacer un científico, de dónde parte, cuales son los orígenes por que un niño gusta de la ciencia.

-Cuando tenía 8 años desarme una elemental tabla para sumar, de un primo que estudiaba ingeniería, para entender cómo funcionaba. Nunca pudo volver a funcionar.

Me di cuenta que lo que provoca curiosidad, nos asombra,

nos entusiasma, es lo que nos hace investigar, pero primero debemos llegar al asombro y lo que más nos asombra es la magia. Cuando uno no entiende lo que sucede, entonces lo que sucede es algo mágico. La ciencia experimenta tratando de encontrar explicaciones, pero no le asigna carácter mágico a los fenómenos. Entonces conjurar la magia y la ciencia me pareció que para los niños, y también para los adultos, es el inicio, el comienzo de una investigación.

No guiar la observación

Si uno entra en la web o en programas de televisión ve como se hacen los experimentos mientras un locutor o conductor va explicando paso a paso lo que hace, y si bien la estética puede ser muy variada y muy bonita, no permite que el niño descubra por sí mismo, que use toda su capacidad para observar lo que sucede y tratar de darle una explicación.

Ese es el proceso de la ciencia: observar, poder reflexionar sobre lo que se observa y darle alguna explicación, no importa si ahora no sea la más correcta, eso sucederá con el aumento de la capacidad intelectual del niño. Entonces el pedido explícito al docente es que deje que los niños hagan, piensen, debatan entre ellos aunque no lleguen a "la verdad".

El fundamento pedagógico se inserta en la Educación Biocéntrica que toma como punto central del aprendizaje la Vivencia.

La vivencia no se produce cuando otro te dice lo que tienes que hacer, qué ver, qué observar, sino cuando te mueve tu propio interés y desde allí podés reflexionar.

Para los docentes

Yo espero que los docentes vean el video, se diviertan, les guste y quieran llevarlo al aula, usarlo con sus niños, cada experimento tiene una explicación muy sencilla para darles los elementos necesarios, que pueden ampliar según la edad de los chicos.

Las bases están en el video, lo que espero es que lo lleven al aula. que los niños reflexionen sobre lo que ven, o también, como lo trucos de magia que a veces aprenden de sus abuelos o tíos, que lo reproduzcan como “la novedad” en el aula o con sus amigos y familia (hay una lista de materiales y métodos para cada experiencia) y tenga efecto multiplicador más allá de la escuela

Payaso o maestro

El docente tiene muchas posibilidades para presentarlo al aula: que le ayuden a preparar algunos niños, hacerlo el mismo, poner todo el material en la mesa. Yo confío que cada docente tiene su “caja de pandora” para darle creatividad a sus ideas.

La magia en la escuela

¡Qué bien le hace un poco de arte a la ciencia! ¡Llevar el teatro a la escuela!

No son muchos los niños que van al teatro y este video está hecho con la estética del teatro, en el teatro Real de Córdoba.

La vivencia

Sí, se ha experimentado en el aprendizaje de las ciencias duras con la vivencia y ha sido muy enriquecedor.

La capacitación de docentes en los Institutos superiores de educación ha sido realmente importante, porque cuando uno pone el cuerpo, no sólo la mente, y pone el cuerpo en forma placentera para aprender, el cuerpo responde al conocimiento con todo lo que tenemos ya integrado, es un trabajo muy rico.

Estoy segura que el trabajo vivencial en el aula va a ser un cambio de paradigma.

Publicaciones

Este video fue presentado en Brasil en el encuentro de Educación Biocéntrica del 2011 y en talleres de Educación Superior en Córdoba, ha gustado mucho, sobre todo por la forma novedosa de presentar experimentos.

Este trabajo se presentará en el III Encuentro de Educación Biocéntrica y

VI Encuentro de Acción Social y Biodanza. Que se realizará del 16 al 19 de abril en Córdoba –Capital-

También formará parte del Pre Encuentro que se realizará entre el 13 y 16 de abril en Escuelas Municipales y Profesorados.

El video con los 10 experimentos y la entrevista están en la web en este link:

Un amor más allá del amor
por encima del rito del vínculo,
más allá del juego siniestro
de la soledad y la compañía.

Un amor que no necesite regreso,
pero tampoco partida.
Un amor no sometido
a los fogonazos de ir y de volver,
de estar despiertos o dormidos,
de llamar o callar.

Un amor para estar juntos
o para no estarlo,
pero también para todas
las posiciones intermedias.

Un amor como abrir los ojos.
Y quizás también como cerrarlos.

Roberto Juarroz



Campos de resonancia afectiva



Rodrigo García

Cuenta la historia que en un grupo de islas de Japón vivían ciertos monos que eran de especial interés para los científicos del lugar. A uno de los científicos se le ocurrió dejar en la playa batatas para que los monos bajen de los árboles a comerlas y así poder observarlos con mayor claridad. Fue un día que una hembra de dieciocho meses llamada Imo agarró una batata y la llevó al mar; la lavo, le quitó la tierra y la arena. Se comió las batatas limpias y saladas (por el agua de mar). Imo enseñó a su madre y a sus amigos a lavar las batata, luego aprendieron los padres que imitaron a sus hijos y poco a poco los demás monos de la isla tomaron la misma conducta.

Poco tiempo después registraron que los monos de las demás islas también tomaron la misma conducta de lavar las batatas. Lo más sorprendente para los científicos fue saber que los monos de las otras islas no tenían ningún tipo de comunicación directa entre sí. Los científicos concluyeron que a partir del mono número cien la conducta se propagó de forma extraordinaria.

Los habitantes cercanos a las islas se enteraron y rápidamente se difundió la historia. A la que llamaron “La Historia del Centésimo Mono”.

¿Cuánto nos diferencia de los monos? ¿Puede una conducta de nuestra vida influir de forma significativa en la conducta de las demás personas?

Somos seres del cosmos interconectados, hechos de partículas con forma de pequeñas cuerdas que vibran tocando una sinfonía cósmica.

¿Existe en nuestro mundo, un momento en el cotidiano en donde nos detengamos a mirarnos a los ojos? ¿Cuál será para los Humanos el número que modifique nuestra conducta?, quizás nunca lo descubramos. Sin embargo aunque no lo descubramos hay algo en el fondo de nosotros mismos que nos hace saber que trabajar sobre nuestra existencia es acertado. La historia del centésimo mono puede ser analizada como un mito de la nueva era. Un mito que los más soñadores se animan a contar y a vivir, un mito de esperanza para los nostálgicos del amor.

El biólogo Rupert Sheldrake observó un fenómeno similar en ratas de laboratorio relacionado con la expansión del aprendizaje y desarrolló una teoría que denominó Resonancia Mórfica.

“La resonancia mórfica es un principio de memoria en la naturaleza. Todo lo similar dentro de un sistema auto organizado será influido por todo lo que ha sucedido en el pasado, y todo lo que suceda en el futuro en un sistema similar será influido por lo que sucede en el presente. Es una memoria en la naturaleza basada en la similitud, y se aplica a átomos, moléculas, cristales, organismos vivos, animales, plantas, cerebros, sociedades y, también, planetas y galaxias. Así que es un principio de memoria y hábito en la naturaleza.” (Rupert Sheldrake 1990).

Cuando se repite una conducta lo suficiente ésta forma un

Campo Morfogenético que es creador de nuevas formas. Este *campo* se extiende a través del espacio y del tiempo mediante el proceso de Resonancia Mórfrica y atrievesa a todos los miembros de la especie. Debemos recordar que al hablar del concepto de *campo* estamos diciendo que hay fuerzas que interactúan entre sí, como podrían ser los campos electromagnéticos. Cuando existe un nuevo patrón de conducta dentro de la especie sus miembros sintonizan con el Campo Mórfrico, se adquiere un nuevo patrón que se desarrolla con mayor facilidad. A medida que el *campo* se hace más fuerte se expande, por el proceso de Resonancia Mórfrica.

Existe una similitud con el Inconsciente Colectivo que postuló Jung, con la diferencia que el inconsciente colectivo se refiere solo al aspecto humano. Sheldrake menciona esta similitud y dice:

“La idea que estoy exponiendo es muy similar a la idea del inconsciente colectivo. La principal diferencia es que la idea de Jung fue aplicada principalmente a la experiencia humana y a la memoria colectiva humana. Lo que yo estoy sugiriendo es que hay un principio muy similar que opera por todo el universo, no sólo en los seres humanos.”

Las nuevas vidas que nazcan sintonizarán en la frecuencia del Campo Mórfrico en el cual estén inmersos. ¿Qué pasa si resonamos guerras, descalificación y maltrato?

Si expandimos el sistema Biodanza lo suficiente para crear un nuevo Campo Mórfrico, entonces las conductas a favor de la vida estarán cada vez más enraizadas. Por ejemplo cuando uno llega a una clase de Biodanza se sienta en la ronda y comienza a sintonizar con la Resonancia Mórfrica. Todo nuestro cuerpo se va impregnado y entonces uno comienza a ser parte de este proceso de resonancia y sin darse cuenta al aplicar las conductas en nuestra vida uno lo va expandiendo dentro de la sociedad. Creo que el campo mórfrico que más debemos desarrollar es el de la afectividad. Para crear sistemas que posean en su estructura interna y su frecuencia característica el poder de lo afectivo.

Campos de resonancia afectiva

Los campos de resonancia afectiva son el campo mórfrico que se crea en Biodanza. La afectividad es la base en cualquier grupo de Biodanza, si no existe afectividad entre los participantes del grupo el proceso de transformación se ve afectado. Desde el momento en que nos tomamos de las manos para crear una ronda y mirarnos a los ojos, estamos siendo partícipes del campo de resonancia afectiva.

Resonar es una posibilidad de expansión, así como las cuerdas de una guitarra vibran y generan un sonido que viaja por el aire, nuestros cuerpos resuenan generando una vibración que viaja en el espacio. Los cuerpos que danzan afectivamente comparten un tono, un tiempo, una comunicación. Uno comienza a afinarse para poder encontrarse con el otro. A partir del estímulo de la melodía se moviliza el centro afectivo en donde la melodía es una invitación a rescatar nuestros gestos de ternura, de compresión, de cuidado, de empatía.

Hay personas que relatan que al llegar a la sala donde transcurre semanalmente las clases de Biodanza, suelen sentir que en el momento que cruzaron la puerta se olvidaron de los problemas del día, se armonizaron, comenzaron a sentirse bien, podríamos decir que comenzaron a sintonizar el campo de Resonancia Afectiva.

En este mismo momento nos atraviesan las señales de

radio, televisión, Wi-Fi sin embargo vivimos como si esas señales no existieran porque no tenemos la capacidad de sintonizarlas con nuestro cuerpo, la única forma que tenemos es a partir de dispositivos como televisores, módems, radios, celulares. Con esos dispositivos sintonizamos y podemos decodificar el mensaje y a su vez enviar, obtenemos una comunicación. Biodanza es nuestro dispositivo para sintonizar el campo de Resonancia Afectiva. Llegamos a una clase de Biodanza y aprendemos a sintonizar y a su vez somos una parte del campo de Resonancia Afectiva. Al incorporarlo en nuestra vida, en nuestro cotidiano estamos expandiendo el campo y dejando una memoria en nuestra especie. Dejamos un hábito que será heredado a los miembros de la especie que nazcan después y a su vez a los que estén cerca y logren ser influenciados por el campo de Resonancia Afectiva.

El Principio Biocéntrico debe reemplazar a los mecanismos anti vida vigentes hoy en día. La afectividad debe ser vista como algo “normal”, abrazarse, mirarse, llorar juntos, tomarse de la mano. Rescatar diariamente los gestos afectivos y crear hogares cálidos inundados de afecto y amorosidad. ¡Nunca tener vergüenza de la gestualidad del amor!

Debemos proponernos atravesar las paredes del grupo semanal de Biodanza para lograr expandir el campo de Resonancia Afectiva, algún día todos estos gestos serán evidentes y tendremos nuevos temas de los cuales ocuparnos.

Comencemos por armar la ronda o dicho de otra forma comencemos por tomarnos de las manos, mirarnos a los ojos y vernos como pares.



**ESCUELA DE BIODANZA
EN BAHIA BLANCA** *“Todos somos uno”*

Si quieres formarte como
facilitador en biodanza
Escuela en Bahía Blanca

GRUPO SEMANAL
Viernes 19 hs.
Darregueira 648

directora **Ana Maria Romero**
Facilitadora y didacta medica especialista en a.t.p.

.....

PARA MAS INFO 0291.4403246
biodanzaescuelabahiablanca@gmail.com

La fuente de la sabiduría

Valentino Terrén Toro

Si deseas transformar tu vida por completo acercate a Biodanza. Y no digo esto con un espíritu de fanatismo, sino muy profunda y realmente, con un sentimiento auténtico en el corazón.

Biodanza es simplemente el nombre que le han puesto a la creación de un espacio de permiso destinado a la expresión plena y total de la vida. Es un espacio donde la danza actúa como un espejo que refleja el estado de tu identidad. Uno mismo comienza a percatarse de sus propias virtudes y limitaciones, uno mismo se vuelve su propio terapeuta.

Aquí se abandonan las palabras, se abandona la investigación verbal como la estrategia principal de autoconocimiento. Y el propio cuerpo, a través de múltiples ejercicios maravillosos, pasa a constituir la fuente máxima de la sabiduría.

Porque las palabras son los pequeños súbditos de la trampa, son las secuaces que el pensamiento utiliza para erigir muros que lo refugien del miedo. En Biodanza nos ponemos frente a nosotros con valentía, nos atrevemos a asumir nuestra grandeza, nuestro carácter sagrado y cósmico.

Biodanza no es como otras prácticas espirituales que tanto le temen al contacto con otras personas, ella afronta el vínculo de un modo sublime. Entiende que ante la presencia del otro se accionan nuestros mecanismos de defensa, pero también entiende que con el otro nace lo grandioso, nace lo bello, lo inconmensurable.

Si quieren que la tristeza, la frustración, la insatisfacción existencial, desaparezca de su ser, acérquense a Biodanza. Si no quieren sentir más un cráter incrustado en el pecho, acérquense a Biodanza.

Es un sistema que contempla la vida como un valor supremo, contempla el ser humano como un ser divino en su más concreta visión. Allá afuera nada te va a dar lo que tanto uno anhela en el fondo de su ser. Porque uno anhela la verdadera conexión, uno anhela algo más profundo. Uno bien sabe que la vida no se trata de sufrir y morir. La vida es demasiado vasta en su cualidad gloriosa, pero sólo podemos sentir y descubrir esta verdad teniendo tiempo para nosotros mismos, teniendo tiempo para cambiar, para sentir lo que nos sucede.

Si venís a Biodanza no es que simplemente venís a Biodanza. Venís a buscar tu vida. Venís a explorar quién sos, a exponerte a la luz para florecer. Venís a una sala donde es válido que expreses todo lo que la sociedad reprime. Venís a darte cuenta de que sos extraordinario.



"viajar una buena opción para ponerle alas a tus sueños"



***viajes nacionales e internacionales**
***salidas grupales**
***viajes a medida**

MARCELA ENRIQUEZ

marcela@atg-evt.com.ar
 4813-9763 www.atg-evt.com.ar



Educación biocéntrica en escuelas públicas y polideportivos



Lucía Bottaro

*Sonho que se sonha só. E só um sonho que se sonha só.
Mas sonho que se sonha junto é realidade-*

Raúl Seixas

Con mucha alegría les queremos contar que seguimos trabajando con Educación Biocéntrica y Biodanza en las escuelas públicas de la Ciudad de Buenos Aires. Este es el tercer año consecutivo de labor ininterrumpida.

Estamos felices. Sorteamos algunos contratiempos y adversidades durante estos años que me atrevo a decir fueron magníficas oportunidades de aprendizaje individual y colectivo. Dentro del equipo de trabajo se respira muchísima amorosidad, cuidado, respeto, camaradería y admiración mutua. Las reuniones que realizamos para coordinar y organizar la tarea son una alegría para el corazón porque nos reunimos con amigos y muchas veces terminan en cenas y largas charlas.

¿Quiénes somos, de dónde venimos y quiénes fueron las personas significativas para el crecimiento de este sueño?

Creo que lo más importante que tenemos es la calidad y calidez de las personas que trabajamos y aquí preciso hacer un alto para mencionar a todos y cada uno de ellos porque todo es posible solo si lo hacemos juntos. Entre todos podemos construir un saber, un conocimiento, un equipo de trabajo, podemos soñar, escribirlo, probarlo, evaluarlo, rediseñarlo, volver a pensarlo, para aplicarlo de una forma distinta, para obtener resultados distintos, festejar esos resultados, premiarnos por la labor compartida, sentarnos a hablar, a co-crear, a escuchar a quienes dan clases a niños en otros países, como hicimos el año pasado con Jerónimo Meza y Valeria

Berger quienes vinieron desde Chile para compartarnos todo su material de trabajo, su elenco de músicas y juegos y nos impregnaron nuevamente de una energía fresca y colorida. Porque ver el trabajo de los colegas nos entusiasma, nos inspira, nos produce una profunda admiración y es la concreción mas manifiesta de que se puede. Y en comunidad es que vivimos, trabajamos, reímos, amamos y soñamos, por eso quiero mencionar a esta comunidad, porque es la cocina de este trabajo que lo siento como un gran logro en comunión.

En primer lugar a mi querido amigo, colega y co-creador del proyecto, Ricardo Spreafico que desde el año 2012 me acompaña escribiendo, estudiando y capacitándose con paciencia y dedicación amorosa para la construcción diaria de este sueño. Al valiente, abundante, generoso, amigo joven y futuro colega Franco Luciani quien tiene una capacidad de trabajo alucinante, una fuerza de convicción capaz de persuadir a las nubes cada vez que necesitamos ver el sol. Ambos coordinan las áreas pedagógica y de voluntariado respectivamente, así como los equipos de facilitadores.

Tengo el honor de contar con un equipo de facilitadores de biodanza y educadores biocéntricos de excelente trayectoria y una vasta experiencia en niños. Ellos son, Silvana Correia, Rodrigo García, Paula Martín, Hanna Szmukler y Josefina Terrén. A todos ellos mi más sincero agradecimiento y reconocimiento por su presencia y compromiso constante, y por fluir en las adversidades y en cualquier circunstancia, por ir a trabajar cada semana, por hacerlo con alegría y creatividad. Por amar a los niños, a sus padres y sus barrios y por desplegar ese amor en cada clase, en cada ejercicio y en cada música que eligen. Por la paciencia que nos tienen en nuestros yerros y la fé en la tarea que nos une.

A todos los voluntarios que brindaron sus horas, sus días,

sus capacidades, su amor, su compromiso desinteresado para colaborar con nosotros, son un milagro de la vida, son los guardianes de estos niños. Los enamorados del mundo hacen lo hicieron Pablo Aguilera, Cristina Basteiro, Constanza Bisio, Adriana Cortese, Gonzalo Cunqueiro, Laura Dapas, Liliana Flores, Daniela Hana, Adriana Laborde, Andrea Martini, Karina Martinez, Lorena Mejuto, Gabriela Mogiatti, Rosana Moran, Irina Szarfsztejn, Sebastián Toro, Leandro Trincado, Patricia Vigide Agre, Begoña Villegas, Aldana Ivette Zabala. A ellos mi agradecimiento infinito y las disculpas por lo que no salió bien o por si me olvide de mencionar a alguien.

Este año, hemos podido sumar a dos voluntarios que vienen realizando el voluntariado y colaborando en la elaboración de las clases y su musicalización hace ya dos años. Son nuestros primeros voluntarios en pasar a formar parte del equipo y nos enorgullece muchísimo tener esta posibilidad, bienvenidos Pablo Aguilera y Rosana Moran.

Deseo agradecer a quienes nos acompañaron durante estos dos años con gran esfuerzo, templanza y compromiso dejando en nuestros corazones aun hoy una huella de amor y muchísimas enseñanzas, Juan Montes y Sabrina Carlini.

Asimismo, quiero mencionar y agradecer profundamente el apoyo incondicional de Pia Vayo, Mirta Maletta, Alvaro Iriarte, Florencia Pobeda, Marina Klemensiewicz, Maria Marta Pirán, Soledad Acuña, Max Gulmanelli y Guillermo Laurino. Un agradecimiento especial a la Fundación Apertura Transformación para la nueva argentina quienes creyeron en este proyecto desde un principio y nos siguen acompañando para su crecimiento y expansión.

También me es necesario mencionar a quienes me formaron como facilitadora, mis amados directores Verónica Toro, Raúl Terrén quienes nos apoyan constantemente y han estimulado el voluntariado en los alumnos que están cursando su escuela para colaborar con la musicalización y el acompañamiento en las clases, algo de suma importancia para el proyecto.

A nuestros formadores en Biodanza para niños, Cecilia Luzzi, quien fue pionera y sistematizó los ejercicios para niños, seleccionó músicas y elaboró un material teórico de gran utilidad para nuestra tarea, a Alejandro Balbi Toro que con su majestuosa creatividad nos transmite su entusiasmo, ganas de seguir y comparte con generosidad los juegos nuevos, ejercicios y toda su fantástica colección de músicas arregladas para las aventuras con los niños que parecen producciones del mismísimo Stephen Spielberg.

A nuestros formadores en Educación Biocéntrica, Cezar Wagner Lima Gois, Ruth Cavalcante, Melina Barbosa, Cassia Regina y a toda la Universidad Biocéntrica de Ceará, Fortaleza, Brasil quienes están en constante comunicación y nos brindan toda su experiencia, material teórico y muchísima contención afectiva e intercambio de experiencias. A mi hada madrina, consejera y amiga del alma, la gran concretadora de sueños biocéntricos, Romina Cassinelli, Directora de la Escuela de Biodanza de Mar del Plata por su presencia cotidiana.

Por último, y porque “las últimas serán las primeras” nombro con muchísimo respeto, amor y admiración a Patricia

Senger y Elizabeth Rejala, dos personas que tuve la bendición de conocer en el primer grupo regular de Biodanza al que asistí, que lo facilitaba Ana María Romero, mi primer facilitadora y a quien le debo gran parte de quien soy hoy.

Ellas son las co-fundadoras de este proyecto, las que dieron los primeros pasos, las que sabían cómo dar clases para niños, las que nos enseñaron todo lo que hoy estamos haciendo, ellas formaron a gran parte de los que hoy tenemos el honor de liderar esta tarea. Ellas son la semilla de este arbolito que hoy cumple tres años.

Es justo y necesario hacer estas menciones, porque necesitamos tomar plena conciencia de quienes somos, de dónde venimos y quiénes fueron las personas que nos formaron, las personas cuyas presencias fueron significativas, estimulantes, inspiradoras, estructurantes de nuestra identidad individual, profesional y colectiva.

Es justo porque sino cualquiera que ve desde afuera puede pensar que es fácil, no lo es. Que es magia, no lo es. Es mucho trabajo, son muchas horas dedicadas a formar equipos, a formarse uno mismo, a armar las clases, soñar, disfrutar, amar, dar y también son horas de buscar formas de evaluar los resultados, encontrar indicadores para poder construir líneas de base desde donde evaluar ex post el programa ¿obtenemos los resultados que esperábamos? Sí ... No ... ¿Por qué? ... ¿cómo hacemos para obtenerlos?, obtenemos resultados que no esperábamos que son fabulosos, sí, también! Brindemos por eso!

¿Dónde trabajamos?

Trabajamos en escuelas públicas de la Ciudad de Buenos Aires, ubicadas en zonas vulnerables y en Polideportivos barriales con niños y jóvenes de 6 a 14 años.

Actualmente estamos trabajando en la Villa 1.11.14 en la Escuela “San Judas Tadeo”, Villa 21.24 “Escuela Nro12 – Horacio Quiroga”, Villa 31 en la Escuela “Bandera Argentina”, Barrio Inta “Sede Social SECHI”, Villa 20 “Polideportivo” de la calle Pola, barrio Piletones “Polideportivo de Piletones”.

Contextualizando un poco nuestro proyecto es importante tener en cuenta que los niños y familias con las que trabajamos son en su gran mayoría extranjeros, de Paraguay, Bolivia y Perú. Esta situación enriquece muchísimo la cultura barrial de las comunidades, pero muchas veces estas diferencias de costumbres e idiosincrasia, genera ciertos roces en la convivencia y situaciones de discriminación, exclusión y hasta a veces mal trato entre los vecinos.

Los niños a veces, reproducen estos comportamientos y replican los prejuicios que los adultos manifiestan, provocando situaciones de discriminación dentro de los ámbitos educativos y de esparcimiento.

Este problema además de representar un conflicto de convivencia, trae aparejado que toda la sabiduría que encierra cada una de las culturas a las que pertenecen los habitantes de los barrios sea desconocida por sus vecinos y peor aún despreciada, produciendo una violencia que podría evitarse trabajando desde el principio Biocéntrico.

En este contexto, se hace necesario generar un espacio de dialogo y reflexión donde todas las voces sean escuchadas en pie de igualdad. Es por esto que buscamos fortalecer la identidad personal, el valor de cada una de las personas, luego construir acuerdos de convivencia comunitarios para desarrollar una identidad barrial basada en un nuevo código de comunicación afectiva. Con una integración grupal consensuada y fortalecida, el grupo será incentivado a realizar acciones comunitarias que surjan de los intereses, pasando del dialogo reflexivo y de la construcción de sentido a la acción concreta en el barrio.

Nuestro propósito es despertar el vínculo hacia el conocimiento de la propia identidad y la del otro, creemos que eso va a traerles noticias de quienes son como individuos y como comunidad. Y a partir de allí podremos trabajar sobre el desarrollaremos todos los potenciales individuales y colectivos a fin de transmitirles herramientas de trabajo en equipo.

¿Cómo trabajamos? Construcción colectiva.

Nos hemos enfocado en la consolidación de un equipo de trabajo amoroso, cuidadoso, coherente y consistente, con una modalidad de reuniones de elaboración de clases, contenido del programa, etc. De acuerdo a las necesidades que detectamos en las comunidades de niños y adolescentes elegimos 4 ejes de trabajo; 1.- praxis en los acuerdos de convivencia para generar un espacio de dialogo, reflexión, contención, consenso, compromiso y escucha, 2.- expresión de la identidad, valor personal y poder personal, 3.- desarrollo de la inteligencia afectiva en sus tres niveles de vínculo: con uno mismo, con el otro y con el todo, trabajando la empatía, el feed back, el cuidado y por último 4.- la praxis en las acciones comunitarias biocéntricas que seria incentivar al grupo a realizar acciones comunitarias que surjan de sus propios intereses, pasando del dialogo reflexivo y de la construcción de sentido a la acción concreta en el barrio.

Dentro de cada eje de trabajo hemos elaborado los contenidos y hemos sistematizando por cada eje y contenido los posibles ejercicios que se corresponden, estandarizando de este modo una forma de trabajo conjunto. Es decir, cada facilitador arma su clase con absoluta independencia y la clase va tener como objetivo algún tema que tenga relación con alguno de estos 4 ejes. Para ellos ya elaboramos los ejercicios que puede utilizar, para una mejor y mas practica manera de armar la clase. Por ejemplo si queremos trabajar la empatía tenemos en un listado todos los ejercicios que trabajan la empatía con sus respectivas músicas.

Este material de organización de las clases fue elaborado por Ricardo Spreafico y Franco Luciani y posteriormente socializado con el equipo de facilitadores quienes aportaron y nutrieron este documento que se encuentra en etapa de crecimiento y constante modificación. La consolidación de una nomina de ejercicios para ser utilizados en estas comunidades es vital para nuestra tarea, por ello es que en las reuniones de trabajo dedicamos mucho tiempo a la contención de los facilitadores y a la construcción colectiva de estos

contenidos, danzas y ejercicios que vamos a utilizar para cada eje de trabajo a fin de consolidar este documento y enriquecerlo con propuestas de cada facilitador. Dentro del equipo de facilitadores hay multiples perfiles profesionales, hay dos docentes, una estudiante de psicología, un didacta de biodanza, un coach, dos estudiantes del IUNA de expresión corporal y una abogada.

Creemos que entre todos podemos hacer esta tarea que nos une, nos hermana y nos hace latir en un mismo palpitar, el desarrollo-aprendizaje pleno y de todos los potenciales genéticos de los niños y adolescentes que elegimos poner nuestro sereno cuidado y amor hoy, porque al fin de cuentas, como decía Rolando Toro *“Nuestra opulencia como artistas no está en la superabundancia, sino en la humildad para abandonar nuestras múltiples opciones y colocar, en una sola de ellas, nuestro sereno amor.”*

Novedades

Como colorario quisiera contarles que desde mediados del año pasado, estamos dictando el curso *“Introducción a la Educación Biocéntrica. Una pedagogía de la afectividad”* en la Escuela de Maestros (ex CEPA).

La Escuela de Maestros es un espacio público de formación permanente para docentes, que depende del Ministerio de Educación del Gobierno y otorga puntaje pedagógico y es el órgano rector en la formación de docentes. Es una institución sumamente exigente en la aprobación de sus cursos por ello es que nos sentimos super orgullosos de esta gran oportunidad.

El curso lo diseñamos para responder a las necesidades que detectamos durante estos años de trabajo en las aulas. Las docentes se mostraron interesadas en conocer más sobre la metodología que utilizamos, entonces nos decidimos a tomar la responsabilidad de transferir y compartir ciertas herramientas con ellas.

¿Cul es la propuesta del curso?

La propuesta del curso es introducir a los participantes en los principios básicos de la Educación Biocéntrica, una herramienta pedagógica que contribuye a la construcción de un espacio dentro del aula que sea estimulante y participativo, despertando en los niños la empatía, la vinculación sana y afectiva, transformando al grupo en una matriz de resiliencia y una base segura para el desarrollo del ser en toda su dimensión.

El equipo de trabajo a cargo son Ricardo Spreafico y la docente Paula Martín, quienes dictaron el curso, además fueron de visita a dar clases y vivencias Raúl Terrén, Verónica Toro, Adrián Scalise, Hanna Szmukler y yo. Fue un lujo todo lo que pudieron recibir las docentes del segundo cuatrimestre del año pasado. Quedaron muy contentas. Este año comienzan las clases el día 20 de abril y ya contamos con 42 docentes inscriptos.

Gratitud infinita a todos los que formamos parte de este equipo.

Bienvenida la vida

Mónica Souto

Relato de vivencia como profesora

Estábamos en la ronda...

Ronda de Memoria activa, de Celebración de la utopía de querer una sociedad sin violencia...

de Confirmarnos en el Compromiso de generar "Encuentros que transforman y cuidan la vida" así llamé al Taller de Educación Biocéntrica realizado en el Museo de



Bellas Artes de Lincoln, en el Marco del Festival de Arte en contra de la violencia hacia mujeres y niñas el 25/11/14).

Muchas mujeres mayores, un solo varón...

Habíamos compartido biografías de "las Mariposas Mirabal" (tres hermanas dominicas asesinadas en 1960, por quienes el 25/11 se eligió como el Día internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres). Ellas nos motivaron a nombrar "otras mariposas locales", en el

sentido de la Leyenda Mexica de la Mariposa Monarca (La mariposa era la representación de los héroes y de personas importantes que habían muerto; también lo era de las almas que tienen su casa en el cielo).

Estábamos en la Ronda, en un espacio público, dentro de la Terminal de Omnibus donde está el Museo y en ese momento, entró de repente una mujer llorando y temblando,... al verla, la reconocí del barrio, de las jornadas barriales realizadas los sábados hace dos años atrás... La reconocí, la abracé y la invité a la ronda.

Hoy siento adentro mío que fue en el momento que la canción dice: "...La vida bienvenida es la vida mejor..."

Aquel día sentí que cuando nos dan lugar en una ronda, en las condiciones que lleguemos, así sea llorando, angustiados/as, quebrados/os, la vida se nos cambia, la letra de esta canción se encarna: toma Cuerpo, se hace Cuerpo, se hace vivencia.

Sentí la presencia de Andreína Acri que con su apasionado compromiso (al hacer la extensión con ella) nos dijo: "Es posible hacer biodanza con mujeres que están atravesando violencia intrafamiliar. Hay que prepararse". Y esta mujer que llegó a la ronda es una de ellas y encontró un espacio de encuentro.

Claro que las vivencias continuaron y brotaron gestos de contención, de seguridad, de aceptación, sin preguntas, sólo ofreciendo las manos para bailar y reencontrar la alegría de estar vivas, de poder respirar en un ambiente tranquilo, sereno... de alivianar los pesos y abrir el pecho.

Encuentros de iguales, sin sometimientos, como era posible, hasta valernos de las sillas para hacer una eutonía de manos.

Toda entera me conmovía y las consignas se transformaban por lo que estaba sucediendo en el instante vivido en la red afectiva... Y llegamos juntas/o a la Ronda Final con un Kapire Internacional donde en diferentes idiomas resonaban palabras claves de transformación y cuidado de la vida:

Comprensión
Determinación
Inspiración.

Al terminar, aquella mujer me abrazó sin lágrimas y con la fortaleza de la simplicidad, se despidió: - "Ya estoy mejor, me voy al supermercado". No llegué a preguntarle: ¿Querés que te lleve a tu casa?

Pasados unos días fui hasta su casa, compartimos charla de mate, estaban sus hijos adolescentes-jovenes... Esa es otra vivencia...

"...que no pase ni un día que no quiera soñar en que las utopías aún se puden lograr..."

La vivencia a dos voces

Un todo

Analía Martínez

La música cae como llovizna templada. El sonido higieniza la mente. En estado de entrega se abre el umbral hacia la manifestación del alma, y la música y yo creamos el movimiento. Y entonces tengo la sensación del árbol que, firme en el suelo, deja flexibles sus ramas al viento y aunque llora sus hojas, las deja caer a su alrededor sobre la tierra desde donde, al igual que las vivencias intensas, se convertirán en alimento nutricio para los nuevos brotes la próxima primavera. Y mientras se suceden los compases miro a mi alrededor y tengo la sensación de estrella que desde su lugar conforma un todo y que brilla desafiante y recorta la oscuridad del cielo. Y cada estrella se embellece cuando está rodeada de otras. Y el tambor dentro del pecho se contrae y se distiende, desde la cabeza hasta los pies, las siete flores energéticas que surcan mi cuerpo revientan de color y de perfume, y se unen a otras flores y acompañan a otros tambores y juntos somos un todo y en el todo somos cada uno.



camino de la transformación.

Entiendo que estas letras son una obviedad; también que a veces, lo obvio resulta obviado. Ambas cosas son el origen de estas letras casi borroneadas que toman formas en la hoja que estás leyendo.

Lo exportado

Ricardo Klein

La nota siguiente, casi unos apuntes borroneados, es el resultado de un trabajo de tamizado de lo vivido. En biodanza hablamos y, especialmente trabajamos, con la vivencia. Consideramos que ésta es la que produce el procesando –como prefiero llamar al proceso, que sería sino estático– y por lo tanto lo transformador de cada clase. No me extenderé en esta idea, que es archi conocida por todo facilitador de biodanza.

Sí quiero detenerme en la idea de exportación, de llevar a esferas fuera de la biodanza lo experiencial vivido, vivenciado en las clases. Y no me refiero aquí sólo al aprendizaje fruto de las vivencias, sino a poder utilizar fuera de las clases algo de la metodología aprendida en las mismas. Si un integrante de un grupo de biodanza ha podido realizar una vivencia, si en las clases ha logrado que la propuesta del facilitador advenga en ser productora de una vivencia, podría ser posible para él/ella trasladar las condiciones de la vivencia misma al afuera de las clases. O sea, poder lograr en la vida cotidiana vivencias con esa intensidad, con esa potencia, con ese despierto darse cuenta transformador del estar presente en el momento de vivir. Y que ese llevar el vivenciar –más que las vivencias mismas– al afuera es lo más profundamente transformador de la genial creación de Rolando Toro: utilizar la vivencia como

BIODANZA en Bahía Blanca

Para reencontrarse con la alegría y la vitalidad, con el placer y la afectividad generados por la música, el movimiento y el encuentro grupal.

**MARTES de 18.00 a 19.30, en
Salón "Cristal", Darregueira 684
Bahía Blanca**

Facilitador:
**Profesor Didacta
Orlando Víctor Gutiérrez**

ovgutierrez@hotmail.com
0291 6421 451

www.biodanzaorlando.blogspot.com



Sintiendo el inconsciente numinoso

Jorge Spivak

“He denominado Inconsciente Numinoso al estrato más profundo del inconsciente humano. Consiste en un conjunto de potenciales de extraordinaria diferenciación y refinamiento, que constituyen el poder de excelencia de lo humano.

Lo numinoso se relaciona con la gracia, con lo creativo, con lo eterno... lo numinoso genera el amor, la poesía, la percepción de lo maravilloso y el coraje de vivir. Esta energía originaria es consubstancial al hombre en su génesis, desde su gestación. El Hombre Eterno habita en lo más profundo de nuestra identidad; tal es la condición humana primordial. La noción de lo maravilloso es extraña para muchas personas, no obstante, lo maravilloso nos rodea. Lo maravilloso es un modo de percepción de la alegría inocente y de la pureza íntima, es también la diversidad de la naturaleza, el misterio de la vida. El inconsciente numinoso nos da acceso a un sentimiento de intimidad, al amor sin frontera y a la creación como revelación de belleza y misterio.

La energía numinosa se manifiesta, en personas capaces de amar. En quienes reciclan la energía cósmica y conectan vitalmente con la fuente originaria.

El inconsciente numinoso se manifiesta a través de intensas vivencias de percepción musical y visual, así como en el amor epifánico y en la maternidad.

Lo que nos dignifica, como seres humanos proviene del inconsciente numinoso”

Rolando Toro

Este fue el último aporte teórico a la Biodanza de su creador. Un enriquecimiento del sistema, que florece en las vivencias y es tan valioso para la vida.

Danzando libres de ataduras y coreografías, sentimos el inconsciente numinoso surgir en nosotros. El placer cenestésico de la música, atravesando las corazas de la personalidad y los mandatos. Despierta el amor y este brota por los poros perfumando el aire. Todos somos luz. Vibra en nuestro interior la fuerza maravillosa de la vida. Y la magia de la danza vivenciada es abrir canales para que se exprese. Invocando el intasis de lo sagrado que habita en lo más íntimo del Ser, deseando emerger.

Necesitamos danzar y danzar. Que la respiración dance. Profundizar en la percepción musical y visual. Recobrar el estado de intimidad con uno mismo. El coraje de vivir para atravesar las sombras inherentes a ser humanos y conectar con la luz. Aceptar amorosamente lo que somos y a los que nos rodean. Resaltando la parte iluminada de cada uno, que late inconsciente esperando despertar.

La música, el movimiento y la vivencia nos llevan por senderos amanecidos. Precisamos el abrazo profundo, el sentir una caricia reconstruyendo ternura. La magia de una mirada transmitiendo alegría y pureza. Un acunamiento y un nido ecológico, recobrando el instinto maternal y

comunitario. Cobijándonos en lo nutricional de la afectividad. La creatividad expresando los potenciales genéticos. La conexión vital con la fuente originaria, representada en la diversidad de la naturaleza portadora de vida. Reverenciándola y cuidándola. Danzando los cuatro elementos que la nutren y atraviesan. Invocando la fluidez, la levedad, la pasión y la fuerza. Integrándonos a nuestro cuerpo e integrándonos armónicamente, disolviendo las tensiones que bloquean la expresión de lo que sentimos. Abriendo las puertas al placer, el disfrute y la abundancia. Cuando dejamos la armadura que supuestamente nos protege y nos entregamos a la danza, despierta el inconsciente numinoso, mostrando la esencia. Descubriendo la luz en los que nos rodean, generando un espacio nuevo y diferente. Una posibilidad de encuentro desde el corazón. Una entrega a lo sagrado aquí y ahora, bañado en humanidad. Cuando culmina la danza, la armadura sin permiso se calza en el cuerpo intentando ocupar su lugar. La magia de la vivencia continúa latiendo y se genera una incomodidad diferente. Provocando una transformación en la estructura rígida que nos cubría. De a poco, van abriéndose grietas y la luz comienza a atravesarla. No es un proceso mágico, ni inmediato, ni automático. Es un proceso eterno. Es sentirse en el camino y llegar a la meta con cada paso, que damos en la dirección que siente el corazón. Es animarse a observar las sombras y reconocer la luz. Tener compasión por los otros y nosotros. Sin juzgarlos ni juzgarnos. Cultivando la aceptación y los límites. Con amorosidad.

Danzando despertamos el placer infinito. La emoción suprema. La poesía. Lo maravilloso. La gracia. La vinculación con la energía cósmica originaria. Liberándonos de las estructuras. Comprendiendo la magia del comienzo y la eternidad del tiempo.

Precisamos llegar a lo más profundo de la identidad, el estado primordial que vibra en el interior de cada uno esperando manifestarse.

Imaginemos por un momento tal como lo hizo Rolando Toro, al soñar con la Revolución del amor. Como sería la vida si el Inconsciente Numinoso se manifestara plenamente en la humanidad. La amorosidad, el disfrute, la generosidad, la sabiduría, la entrega, la empatía, el coraje de Ser auténticos. La presencia iluminando el camino de cada uno y el de todos. Dignificando el sentido de la raza humana. El inconsciente numinoso se manifiesta en personas capaces de amar. Cultivamos este don cada encuentro de Biodanza.

En nosotros, con los otros y la totalidad.

Ese estado recrea el sol cada mañana invitándonos a despertar. En los atardeceres inundando de colores y armonía, anunciando la llegada de la noche. Con una energía inagotable, nos recuerda que esa luz está en todos precisando manifestarse, para hacer una vida mejor. Sin prisa, sin pausa. Danzando la vida.

¿Por qué jugamos en biodanza para niños?

Daniela Quintero y Gina Muerza

El juego es eminentemente educativo en la medida en que es el resorte de nuestra curiosidad por el mundo y por la vida, el principio de todo descubrimiento y de toda creación.
San Agustín

Generalmente el juego, luego de la etapa preescolar, queda excluido y reducido a una simple actividad “recreativa”. En la actualidad, la pedagogía tradicional divide “lo serio”, o sea, la adquisición del conocimiento, del juego. Perdiéndose de foco la importancia y el aporte que el juego tiene en la vida de las personas.

Según Vigotsky, “el juego es la escuela de la vida del niño, lo educa espiritual y físicamente; su importancia es enorme para la formación del carácter y la comprensión del mundo del hombre futuro. El juego podemos analizarlo con la forma primaria de escenificación o dramatización, que se distingue por la valiosa particularidad de que el artista, el espectador, el autor de la pieza, el escenógrafo y el técnico se unen en estos casos en una misma, persona. En el juego la creación del niño tiene carácter de síntesis, su esfera intelectual, emocional y volitiva esta estimulada con la fuerza directa de la vida al mismo tiempo sin tensión excesiva de su psiquis.”

Por otro lado, Daniel Calmels nos dice: “En el juego se despliegan sentimientos de amor y hostilidad. En el jugar no sólo se ordenan internamente los sentimientos difícilmente aceptados como propios, sino, y principalmente, se exhibe, se muestran ante diversos espectadores.” Además, plantea que “uno de los fenómenos motivacionales del juego es el interés por encontrar o reencontrar una relación corporal con el otro, en todos los sentidos que el término corporal soporta. Relación que va desde el contacto (de la caricia al golpe), pasando por el placer del movimiento, por el juego de las miradas, por los cambios actitudinales, etc. Tanto en el niño como en el adulto esta necesidad se actualiza con facilidad. Muchos juegos de mano esconden esta necesidad.”

Y nos encontramos con Winnicott, que al preguntarse por qué juegan los niños, nos responde que: “Lo hacen por placer, ya que les gusta hacerlo, gozan de las experiencias física y emocionales del juego. Lo hacen para expresar agresión: la agresión es parte del niño y no debe ocultarse ni negarse. Lo hacen para controlar la ansiedad. Lo hacen para

adquirir experiencia, el niño desarrolla su personalidad a través del juego. Y lo hacen para establecer contactos sociales, para integrar su personalidad y para comunicarse con los otros”.

Haciendo una pequeña síntesis de lo anterior, el juego prueba la capacidad creadora que significa estar vivo; inicia relaciones emocionales y permite desarrollar el contacto social; tiende a la unificación e integración de la personalidad, ya que establece un vínculo entre la relación del individuo con la realidad personal interna y su relación con la realidad externa o compartida. Es donde se relacionan las ideas con la función corporal. El juego puede ser muy revelador y comunicar en un nivel profundo. “Jugar es un hacer, jugar es fundar un orden”.

Por todo lo expresado, en las clases de Biodanza para



niños abrimos un espacio importante a los juegos. Teniendo en cuenta además, que el factor lúdico proporciona un detonante energético fundamental: la alegría; y que el juego, nos posibilita y abre la puerta a trabajar todas las líneas de vivencia.

El juego es universal, corresponde a la salud, facilita el crecimiento y conduce a las relaciones del grupo y a la comunicación consigo mismo y con los demás, conceptos y objetivos que se integran a nuestro trabajo en Biodanza.

Si les despiertan ganas... están todos invitados a jugar!!!!

Nota

Artículo compilado por Daniela Quintero y Gina Muerza, tomado de su Tesina de Titulación como Facilitadoras de Biodanza en la Escuela Ciudad de Buenos Aires, dirigida por Cecilia Luzzi y Carlos García, 2013.

Límites y alcances de la función del facilitador

Lilian Botaya

La “mision” del facilitador es devolver a las personas su derecho al paraíso.

Rolando Toro

Volver a conectarnos con la profunda fuente de amor que todos los seres humanos poseemos.

Que hemos olvidado por la desconexión que nos imprime la cultura.

Por la exigencia del tener más que el ser, de seguir los tiempos del afuera, con sus requerimientos más que el “propio tiempo” (incapaces de recuperar la profunda conexión con nuestro centro)

Es en este espacio, donde ejercemos...

La función del facilitador de biodanza, es altamente ética!

Tanto en la transmisión de las músicas y danzas en la clase (aula de biodanza), como en su inclusión, su rol en sí mismo,

El rol del facilitador es constante en la responsabilidad, como en el proceso en sí de cada alumno, como en su contacto con cada uno de ellos, en la clase semanal, como en el proceso todo.

La inclusión, desde su imagen y cercanía, genera

profundas corrientes identificatorias en los alumnos, “ser como”, “danzar como”.

Trabajando nuestra singularidad podremos, como facilitadores, incluirnos con un rol de contención, humilde y profundo...sereno.

Irradiando nuestra “propia esencia” (entonces: responsabilidad en nuestro trabajo personal).

El aula de biodanza transcurre en un ámbito ritual generando en los alumnos la intensa vivencia de trascendencia.

El rol del facilitador no termina en la clase misma, ni en el funcionamiento grupal,

Trasciende en la intervención y en la observación de cada alumno en su proceso.

La misión es la afectividad, generando un vínculo de seguridad y ámbito de contención, aun fuera de la clase.

Con el solo objetivo que el ambiente actúe como generador de confianza y sin criticar ni juzgar, podemos acompañar el “nacimiento” de esta nueva forma de estar en el mundo, de esta nueva forma de comunicarnos y de actuar, deando los ropajes del condicionamiento y...siendo!

La presencia del facilitador, inclusiva, serena y sencilla, contiene el proceso,

Es un espacio de “maternaje”. de intenso amparo, tanto en el ámbito ritual de la clase como en los espacios intervenciones.

La generosidad y afectividad están cercanas a ese espacio contenedor.

*Tus ojos son el lugar de encuentro
en el dorado holograma
de los primeros impulsos de amor
la posibilidad de estar contigo
en un puntito de luz del universo.*

Rolando Toro

Biodanza Música

**Un programa en sincronía
con el facilitador**



NOVEDADES 2015

- Cargar en cada sesión que alumnos asistieron*
- Permite guardar secuencias de músicas*
- Asociar palabras generadoras a los ejercicios*
- Posibilidad de instalarlo en MAC (BootCamp)*
- Incorporar colecciones sin límites*
- Catálogo CIMEB disponible desde los ejercicios*

Oscar Rodríguez
Tel: 351-152 307 223
Mail: biodanza.software@gmail.com
www.youtube.com/BiodanzaSoftware



“Biodanza Música”, un programa en sincronía con el facilitador

Oscar Rodríguez

Biodanza Música es un programa que en febrero de este año cumplió 3 años.

El programa ya está en México, Colombia, Chile, Uruguay, España, Brasil y Argentina.

Se presentó en el Congreso realizado en Mendoza, en noviembre del 2014 y estará en Buzios este año, es decir es un programa con continuidad y dedicación permanente.

El programa se enriquece mucho con facilitadores que lo usan y hacen sus aportes para que siga creciendo.

Incorpora características importantes de programas como I-Tunes o Winamp, y aporta las propias, que siempre están **focalizadas para una sesión de Biodanza**.

Cómo informático de hace 25 años, aparecen preguntas como la siguiente:

¿Conocés el programa “tal”?
yo lo uso...y es muy bueno ...”
la otra persona suele responder:
“...No lo conocía... pasamelo,
donde se consigue?, es
bueno?... y lo mas habitual
....¿Porqué cambiar si con lo
que tengo estoy bien ?”

Esta última respuesta es la que muchas veces se usa y he usado, aunque la mayoría de las veces en mi caso, sólo después de probar la propuesta que me iban comentando o me iba enterando por algun medio.

Claro que para probarlo debía llamar mi atención en algun punto que lo considerara beneficioso para mis intereses.

Esta introducción tiene como objetivo mostrar beneficios del programa para despertar la inquietud de conocerlo.

Características

Primero lo Nuevo del 2015

- Cargar en cada sesión que alumnos asistieron, de esa manera quedará en cada ficha personal del alumno los ejercicios que ha realizado, brindando la posibilidad de hacer anotaciones y tener un historial de cada uno. (disponible desde Mayo 2015)

- La posibilidad de guardar secuencias de músicas Por ejemplo, el ejercicio llave está formado por más de una danza.

- Asociar palabras generadoras a los ejercicios y poder buscar por esas palabras.

- Poder asociar un video de una danza, para aquellas personas que dispongan del material a los ejercicios y tenerlos disponibles cuando preparan la sesión o escuchan la música.

- Establecer un tiempo para mostrar el ejercicio y pasado ese tiempo que disminuya suavemente el volumen, hasta un volumen que permita hablar al facilitador, sin tener que ir al equipo de música o tener que bajar el volumen para recién empezar a hablar (todo programable por el facilitador)-

- Armar las sesiones desde la búsqueda de las músicas (cómo en i-tunes o winamp)

- Intercambiar sesiones entre usuarios del programa (Disponible desde Junio 2015)

Funcionalidades que ya existen

Incorporar colecciones sin límites, obteniendo la información que ya está en el archivo de música.

Velocidad para buscar las canciones o ejercicios.

Búsqueda por carpeta: “bsas 23-09”, encuentra la canción 9 del cd 23 de Bs. As., “ibf 18-“, filtra todos las canciones del cd 18 de IBF

Disponible en dos idiomas: Español y Portugués.

Permite agregar o cambiar canciones de la sesión mientras se está dando la clase.



Acceder a la información de cada ejercicio de la colección de IBF que está en el catálogo CIMEB de marzo del 2012.

Acceder a las **consignas** de todas las canciones, sin tener que recurrir a otros documentos o papeles.

Permite **prolongar** la canción en el momento que se precise, sin comenzar desde el inicio del tema.

Repetición automática de una canción para ejercicios que se trabajan en par, por ejemplo.

Registro de las clases, para seguir un hilo conductor.

Instalación y configuración **rápida y sencilla**.

Soporte permanente por mail, teléfono móvil, facebook.

Permite incorporar la **letra de una canción** en varios idiomas.

Posibilidad de exportar una sesión a un medio externo, como un pendriver, tablet, etc.

Guardar en Microsoft Word el contenido completo de la sesión, incluyendo el objetivo de la sesión y el listado de los ejercicios con la consigna correspondiente, además del nombre de la canción, ejercicio, duración e intérprete.

Es personalizable 100% según el criterio de cada facilitador.

Posibilidad de instalarlo en MAC, a través del programa BootCamp, sin ningún tipo de inconvenientes

Para ampliar información y ver videos del programa, acceder desde el canal del programa:

<http://www.youtube.com/BiodanzaSoftware>



Un nuevo lenguaje

Lucia Rocha

Hoy necesito dar rienda suelta a mi pensamiento,
Dejar que brote mi mundo interior.
Dejar que las palabras salgan, expresando lo que adentro
se mueve y se transforma a cada momento.

Comenzar Biodanza fue para mí comenzar a vivir:
Poner la vida al centro
Un espacio sagrado para comunicar-nos
pulsando el Aquí-ahora*
embebiéndonos de vivencia,
danzando nuestro cotidiano.

Recuerdo que las primeras vivencias que tome en el grupo regular con Ana María Romero, salía de la clase en el barrio de once y caminaba hasta mi casa.

Muchos sentimientos afloraban, un lugar desconocido clamaba por ser visto.

La semilla se había activado, gracias a que?

Cuando comencé Biodanza, sentí dentro de mí un portal que se abrió, una puerta infinita, invisible y contundente a la mirada de los demás, era ese portal, un hilo invisible de amor genuino?

tarareaba melodías deliciosas, me sentía atravesada por este nuevo lenguaje sensible, huracán invisible y mientras todo sucedía, noticias muy profundas comenzaban a llegar, de muchas situaciones, emociones y estados que no había podido traducir de mi misma y ahora comenzaban a traslucirse a partir del encuentro con los otros, desde un estar disponible y poético.

En cada vivencia sentía la manifestación de estar en el lugar indicado

Una confianza profunda al acontecer de la vida
Un verdadero milagro que se revelaba*

Esa misma sensación pulsaba imágenes y estados desconocidos que mi alma/espíritu/cuerpo, ser ya conocía y estaba recordando, volviendo a pasar por el corazón.

Cada sesión de Biodanza me invitaba a transitar el aquí y ahora, sin esperar nada. Solo dejarme llevar y entregarme a la danza que todos juntos estábamos generando. Gran tarea si las hay! Entregarse al pulso del grupo, que también están pulsando este mismo aquí-ahora, lleno de incertidumbres deliciosas, llenos de misterio hacia la vida. Abundantes de danza, Abundantes de Vida. Una red afectiva que comenzaba a llevarnos de viaje.

Cuando empecé Biodanza, Ame danzar* En ese espacio-tiempo, me re-encontraba a través de la música, disfrutaba mi cuerpo- los cuerpos-, lo cenestésico me re-conectaba con el eros de la vida, de esa necesidad tan instintiva –espiritual-afectiva, rodeada de frutos.

Estos tres componentes tan sabrosos, que vivenciaba como un laboratorio vincular. Me encendieron a la vida, al placer, a la alegría, al misterio, al amor, a la poesía, al deseo, a lo creativo, a lo sutil, a lo cotidiano* y ahí encontré todo el paraíso!

Dando un nuevo espacio a mi sentir, a escuchar mi voz interior sin juzgarla, a dialogar conmigo misma, dentro de un dialogo profundo y amoroso.

En cada noche de regreso a mi casa,
con la vivencia humedeciendo mis labios,
Comencé a preguntarme:

Que me gusta? Que me mueve? Quién soy? Que deseo?
Que estoy buscando? Que es la vida? Que es el dolor? Que es el amor? Que es la muerte?

Esos diálogos fueron reveladores, porque sentí dentro de mí un llamado a profundizar conmigo. Confiar en mí y en mis deseos profundos.

Ponerme de mi lado. “Ser mi Ángel”

Comenzar Biodanza hizo que mis poesías se transformaran, Que comenzaran a develar nuevos mundos, nuevos paisajes, colores, melodías, rayos, enredaderas, misterios, corazones, calidoscopios. Nuevas palabras comenzaron a brotar dentro de mí, un nuevo lenguaje para describir, mi realidad, para sentir y ver el mundo.

El continuum poético de la vida

Ricardo Spreafico

La palabra poesía proviene del latín *poēsis*, que a su vez deriva de un concepto griego, cuyo significado es “crear”.

En 1970, en resonancia con el significado original de esta palabra, los biólogos Francisco Varela y Humberto Maturana proponen el neologismo “*autopoiesis*”, para referirse a la condición de existencia de los seres vivos en la continua creación de sí mismos.

Desde ésta mirada, lo viviente aparece como un fenómeno circular en constante proceso creativo, como un flujo incesante de energías, de cuyo vínculo resurge continuamente el más palpable de todos los misterios, el más cotidiano de todos los milagros: la vida.

Más allá de nuestra muerte personal, la vida nunca se detiene. Individualmente somos mortales, pero colectivamente somos eternos. Existe un continuum vital, un camino evolutivo del cual somos caminante y huella. Si pudiéramos desandararlo, si pudiéramos seguir las pisadas de todos los seres vivos de todos los tiempos, podríamos develar el misterio del origen. O tal vez nos encontraríamos caminando por una senda en espiral, sin principio ni fin. Si al menos con la imaginación pudiéramos emprender este viaje, tal vez nos asomáramos al descubrimiento de que la vida nunca se detuvo y que nosotros -en nuestra oportunidad única de estar vivos hoy- somos portadores de eternidad.

Nacer, jugar, soñar, hacer el amor, tener hijos, son actos poéticos que nos hablan sutilmente de nuestra naturaleza infinita. En cada gesto vital, somos los versos de una poesía inacabada, somos el siguiente compás de la música que se inició con el primer latido.

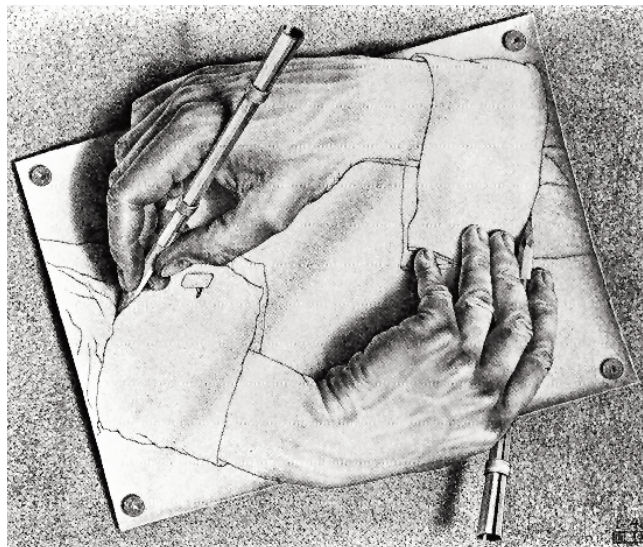
Por eso sería prudente no acostumbrarnos nunca a existir. No perder jamás el asombro de estar vivos. Ser un cuerpo agradecido que ama y danza con todas las cosas de este mundo. Asumir nuestra numinosidad, no como un mero camino de iluminación, sino como una condición inmanente al acto de vivir, como la dicha que surge de sentir que somos la continuidad de la vida.

Respirar

*es ejercer la abundancia de existir
intuir a cada segundo
la fuente incondicional de energía
el péndulo de las distancias
las leyes del equilibrio
la confianza
y el abismo...*

*Somos la afluencia de un eterno manantial
el ímpetu creativo de la Nada
concediéndonos el poder de manifestarnos...*

*Pudo haber sido otra cosa
pudo emerger en los confines de otro presente
derivar en otro caos
resurgir en otros cuerpos...*



*pero fue la Vida
un soplo de libertad
la tentación del milagro y la materia
dejando huellas de este lado del infinito
en su camino de regreso hacia origen...*



**Vení a Biodanza y deja que
la vida te lleve y te sorprenda!**

Martes de 20 a 22 hs. a tres cuerdas
de Av. Corrientes y Dorrego - CABA

Facilitador
Román Mazzilli



cel: 15-6441-4408

campogrupal@gmail.com

Se parió un abrazo

Paulina Escobar Q.

Hoy va a ocurrir algo extraordinario. Esa fue la primera sensación que la inundó aquella mañana al despertar. La certeza de lo incierto era algo nuevo para ella, no sabía como explicarlo, pero ese impulso vital le llenó el corazón, la cama y el dormitorio, y sintiendo que el espacio la empujaba a salir se levantó ansiosa.

Hoy va a ocurrir algo extraordinario. Esa fue la primera sensación que lo inundó aquella mañana al despertar. La certeza de lo incierto era algo nuevo para él, no sabía como explicarlo, pero ese impulso vital le llenó el corazón, la cama y el dormitorio, y sintiendo que el espacio lo empujaba a salir se levantó ansioso.

Ambos habían decidido probar algo nuevo aquel día. Habían visto el aviso en las redes sociales y una emoción distinta les llenó el cuerpo de adrenalina. Por pura intuición decidieron abrazar el misterio y juntos se lanzaron al vacío exquisito de la vida con los ojos abiertos y separados por dos kilómetros de distancia.

Él atravesó la puerta siete minutos antes que ella, así que no se vieron. Pero daba igual, porque de haber entrado al

mismo tiempo nada extraordinario hubiera sucedido. Jamás se habían visto, así que solo serían dos perfectos desconocidos coincidiendo en el tiempo y en el espacio de un acontecimiento incierto.

La sala estaba llena de personas. Altas, bajas, niños, mujeres y hombres de todas las edades. Se saludaban, se besaban y se abrazaban. El ambiente era de fiesta.

Que divertido, parece que todos se conocen y yo no, entonces ¿Por qué me siento tan cómoda aquí? Y sin cuestionarse más, sonrió con la mirada a los que la rodeaban. Que familiar, parece que son todos amigos y yo no, que extraño, entonces ¿Por qué me siento tan cómodo aquí? Y sin hacerse más preguntas, saludo con la mirada a los que lo rodeaban. Y ambos sintiéndose parte de aquel caldo humano exquisito se permitieron explorar a los otros, en sus detalles, en sus colores, en sus risas, quizás tratando de descubrir el misterio de aquella certeza que los había empujado a ese lugar.

Entonces la música se apoderó del aire. Un ritmo alegre llenó de curvas los rostros de todos los que ahí estábamos. La certeza de lo incierto comenzó a tomar forma y ella y él se tomaron de las manos de otros para unirse al círculo. Creo que estaban separados por catorce personas, no lo recuerdo muy bien, yo tampoco los conocía. Para mí eran dos nuevos danzantes que bien podían haber coincidido al entrar por la puerta o haber estado desfasados siete minutos.

Y empezó la ronda.

Todos juntos bailando al son de la melodía, ella y él viviendo sensaciones inéditas junto a un grupo de personas desconocidas. ¿Qué onda?, ¿porque me miran tanto? Mírense entre ustedes que se conocen, pero no a mí, no a mí, que no los conozco...

Ronditas de a tres!

Y los catorce que los separaban se dispersaron en grupos, dejándola a ella y dejándolo a él en rondas distintas, alejándolos un poco más. Que divertido, es como volver a ser niña, me gusta esto, pero no me miren tanto a los ojos por favor...

Ronditas de a seis!

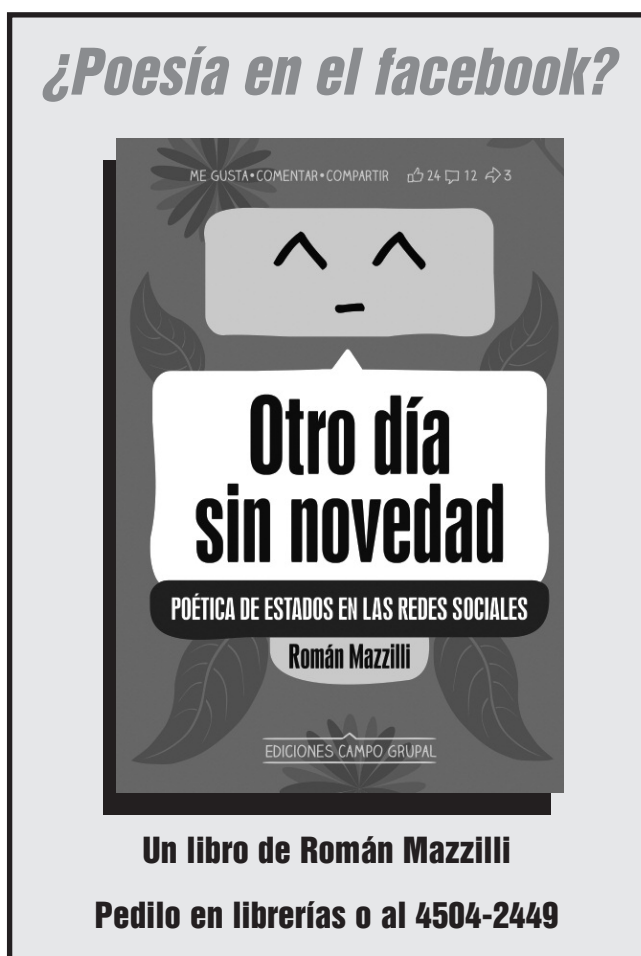
Y la ronda de ella y la ronda de él se fusionaron con otros grupos al ritmo de la música. Nunca fui muy bueno para el baile, pero esto está bueno, me siento bien!...claro que podrían dejar de buscarme la mirada, eso me tiene un poco incómodo...

La música se detiene y una de las personas que dirige el encuentro se coloca en el centro del salón:

"Un solo abrazo, una caricia, una mirada amorosa y comprensiva puede provocar una intensa vivencia y una auténtica transformación en la vida de una o varias personas"

Aquellas palabras cobraron sentido para ella, y cobraron sentido para él, y al mismo tiempo cerraron los ojos. Cuando volvieron a abrirlos no eran los mismos.

Y así pasó el tiempo entre danzas pequeñas y otros más grandes, largos trenes de cinturas de agua, intercambios de terciopelos secos y húmedos, raíces desnudas y friolentas, suspiros de nubes y neblinas que envolvían con su bruma.





Danzaron y danzaron con todas las personas del salón, en algunos momentos se rozaron, tantearon a oscuras, el pelo de ella le rozó un brazo, a veces nadie se interponía entre ellos, pero él estaba de espaldas y no la veía, o ella se giraba justo cuando él daba la vuelta. Los siete minutos de desfase estaban presentes también bailando y jugaban con ellos, destinados a no encontrarse.

Hasta que aburridos del juego los siete minutos saltaron por la ventana seguramente a buscar otras víctimas a quienes retardar el encuentro de la mirada. Por el rabillo del ojo divisé a Chronos un poco enojado, que salía detrás de ellos quizás para retarlos o traerlos de vuelta.

Entonces el tiempo se volvió circular.

Redonda la danza, redondo el encuentro.

Como una panza enorme a punto de parir.

Y parió. Un abrazo rotundo, soberbio, sublime

Eran una mujer y un hombre extasiados de estar contenidos el uno en los brazos del otro, tierra fecunda los cuerpos para sembrar el encuentro.

Desaparecimos, en gotitas de agua quedamos

suspendidos y un charco enorme al centro del caldo que les dio la vida.

Yo soy tu. Dijo ella. Tú eres yo. Dijo él. Eres la certeza de lo incierto, dijeron juntos.

Y lentamente la placenta que fuimos, abandonamos la sala en silencio. Uno a uno, con suavidad, para no despertar al recién nacido. Yo salí al final, no podía despegar mi vista de ellos, estaba hipnotizada, así que me abracé a Kairos para sacarle una espiral más a esa curva de su tiempo, hasta que él me soltó, puso su dedo en sus labios en señal de silencio y cerró la puerta detrás de mí.

Nadie supo cual fue el final de ese abrazo. A veces cuando paso fuera de la sala, me los imagino todavía ahí, abrazados, fundidos, sin saber donde empieza ella y donde termina él. De seguro se conocían y hacía tiempo que no se veían. O quizás no, quien sabe, la vida es un misterio.

Mi única certeza de ese día es que se parió un abrazo.

BioDanza



Sistema Rolando Toro

No es baile, es música,
expresión y comunicación
afectiva y creadora.

Facilitando el desarrollo de
los potenciales de salud.

Facilitador:
Beatriz Rabino
(Mat. IBF RDPL 0804)

- Sin límite de edad

Tel: 4542-7447
Cel: 15 5830-2241

MARTES
Parque Chas

10:00 a 11:30 hs.

18-80
años (Ambos sexos)

Clases Abiertas,
personas sin experiencia

beatrizrabino@yahoo.com.ar
Confirmar Asistencia

Un viaje danzado hacia el origen

Gustavo Schlegel

Arquetipos y sociedad

Para quien sueña una vida danzada y centrada en relaciones desde el corazón la referencia a arquetipos de transformación significa una reseña ineludible.

Los Arquetipos, igual que la Biodanza, surgen desde la vivencia, desde el acontecimiento, es desde el núcleo mismo de la experiencia de las distintas formas de relacionamientos y comportamientos humanos como se crean los mitos y leyendas que representan las cualidades y las sombras presentes en cada uno de nosotros y cada sociedad.

Jung designa los arquetipos como “patrones de comportamiento... contenidos psíquicos no sometidos aún a elaboración consiente alguna” Nace en lo sensible, y es desde allí que se traduce a lo simbólico, pero cuando lo simbólico deja de estar conectado con lo sensible pueden conformarse categorías de bueno o malo, correcto o incorrecto basadas en ideas gastadas ya por el tiempo.

Las categorías de Héroe y Villano, Tonto y Sabio. Respetuoso e Insolente pueden constituir imágenes de construcción adoptadas sin dudas ni reflexión (imágenes de proyección colectiva que marcan la tendencia a continuar una forma de comportamiento “civilizada”) o puede ser también la excusa necesaria para conectar con mi corazón y descubrir lo que estoy siendo a través de esas imágenes instaladas en mí y aquello en lo que espero ser y convertirme (la posibilidad de danzar con esas imágenes y transformarlas desde las cinco líneas de vivencia).

Los arquetipos nacen de una experiencia pero adquirirán distintas características para el caso que se trate de sociedades agonistas (carácter primordial de nuestra civilización) o sociedades hedónicas.

Las sociedades agonistas son sociedades basadas en criterios de dominación regidas por el macho dominante, características de las agrupaciones de los macacos japonés, Rhesus y gabanes, sociedades en donde predomina el recelo, la sospecha y la competitividad hacia el otro a través de relaciones de explotación y descalificación. El otro, siempre es un posible enemigo, al que debo oponerme, o al menos defenderme. Son sociedades en donde se crean muchas formas de encuentros y de agrupaciones, pero se tratan generalmente de muchedumbres solitarias, a las que le faltan razones y convicciones para llegar a una vida solidaria y a relaciones interpersonales profundas.

Los nombres de los arquetipos de estas nuestras sociedades no difieren de los de otras pero las características donde el vivir es convivir dudando y sospechando de los demás serán muy diferentes a las surgidas desde relaciones centradas en el corazón y la conexión con la vida y el Universo. El arquetipo del *Amante* por ejemplo es uno para las relaciones contractuales (de desconfianza) y es otro para quien vive la vida desde el lugar del amor, amando las personas, los animales, las plantas y la vida toda, especialmente amándose a sí mismo

como ser total y completo, merecedor de dar y recibir amor.

A las sociedades hedónicas corresponden los grandes primates como el chimpancé y el gorila, se caracterizan por no ser sociedades cerradas, pueden admitir otros miembros incluso de otras razas o especies. Su característica comportamental está ligada a la atención y al cuidado, desarrollan comportamientos comunitarios y priman la sensibilidad, el contacto y la comunión de objetivos.

En el modelo agonístico donde la activación de la emoción está regido bajo el nivel del cortex, el *Héroe* o *Heroína* surgen de la desconfianza, su misión es restaurar el orden que los villanos (aquellos desconocidos a su entorno) han provocado con la intromisión de sus valores y costumbres en la vida cotidiana, reglada, “pacífica” de una determinada comunidad. El *Héroe* o *Heroína* hedónico en cambio tiene características mucho más sobresalientes en la entrega, en la insistencia a través del amor, características que pudieran estar más emparentadas a las del *Tonto* en nuestras conocidas sociedades agonistas. Es el *Amante* que vuelve a cortar una y otra vez una flor y cruza una larga distancia para entregársela a su amada, lleno de coraje, sin importarle las veces que pudiera ser rechazado.

El arquetipo del *Gurú* en sociedades de relaciones de intercambio negociadas será aquel que pueda ofrecerle a cambio de un precio la “iluminación” sin tener necesidad de realizar trabajo interno alguno, el *Gurú* en cambio en sociedades donde el amor puede encontrarse dentro de uno mismo que es también llamado por nuestros pueblos originarios como el *Gran Espíritu*, es el quien sabe que todo es amor y elige vivir la vida expresándose a sí mismo a través de toda esa totalidad.

Mitos y Arquetipos

Los arquetipos han recorrido la historia de las especies, la humanidad y las culturas, y lo han hecho desde lo sensible, cuando esa sensibilidad se hace simbólica queda anquilosada en un momento concreto de la historia y deja de tener su característica principal, la transformación de sí mismo, de la humanidad, de las especies y del cosmos.

Los primeros mitos nacen en las noches estrelladas, mirando las estrellas e imaginando figuras entre ellas que representaban personas o animales característicos del lugar, esas personas o animales adquieren significados y más adelante una historia que los contiene.

La constelación de la cruz del sur para los primeros pobladores sudamericanos desde los mapuches en la Patagonia hasta los guaraníes representaba la pata de un Ñandú, nada sabían ellos de cruces ni lo que ellas significaban. En Oceanía esa constelación representaba la cabeza de un Emú, que es un ave muy parecida al Ñandú.

La historia de los Tehuelches relata la caza de un gran ñandú que debido a su rapidez y habilidad no había podido ser alcanzado por sus perseguidores. Una noche los cazadores lograron cercarlo tanto que el ñandú logró escapárseles al sur, subió una gran meseta desde donde se observaba un hermoso arcoíris dibujado por el sol, uno de



los más grandes cazadores llamado Korkoronke logró acercarse hasta él , pero el ñandú giró bruscamente y apoyando una de sus patas sobre el arco iris empezó a trepar por ese camino de colores. En un desesperado intento por atraparlo Korkoronke lanzó sus boleadoras pero el ñandú logró esquivarlas pegando un salto hacia el vacío.

Al volver Korkoronke a su comunidad, nadie creía en esa fabulosa historia, pero al caer la noche se pudieron observar en el firmamento una de las huellas que dejó en su carrera el ñandú y las boleadoras que Korkoronke no pudo encontrar en el suelo son descubiertas en el cielo, son las tres estrellas que también conocemos como las Tres Marías.

Estas mismas boleadoras son las que representan desde otro lugar y otro contexto histórico el cinturón de Orión. Orión es un cazador gigante que se enamora de una princesa griega y es cegado por el celoso padre de ésta, logra recuperar la vista cuando un Oráculo le aconseja mirar al sol al amanecer, y lo primero que logra ver es a Aurora la diosa del amanecer, cuando ambos conectan sus miradas se enamoran. Su felicidad es efímera, ya que es picado más adelante por un escorpión y muere, es por esto que siempre aparece por el este mientras su enemigo el escorpión se pone por el oeste, así las constelaciones de orión y de escorpión no son visibles al mismo momento.

Los mitos son estas historias que representan situaciones de determinados contextos históricos, sin embargo el arquetipo del *Cazador* es el mismo, en un lugar tiene espadas y armadura, en el otro boleadoras. Ese cazador además tiene sus luces y sus sombras, que representará determinados acontecimientos para un caso y diferentes para el otro.

Los arquetipos pueden mirarse desde este lugar de una vida centrada en el corazón o centrada en el cumplimiento de roles y la actuación. Los arquetipos que representan a las sociedades hedónicas y agonísticas son los del *Gurú* y del *Egotista*

Biodanza y Arquetipos de transformación

Biodanza es conexión, consigo mismo, con los otros, con la naturaleza y con el cosmos.

Los arquetipos son proyecciones, son espejos universales de todas las cualidades emocionales, representan la fortaleza y la debilidad, el amor y el odio, el coraje y el temor. Ellos pueden ser entonces una señalización en el camino hacia esta conexión, hacia el cómo centrarme en la vida y en el amor, una forma de bailar con mi sombra interior los conflictos no resueltos y cubrir las áreas de mi vida que no había podido expresar. Cuando ex – preso tengo la posibilidad de sacar aquello que estaba aprisionado, una forma de hacer lo que considero mejor para mi ser, en lugar de hacer lo que “otros” piensan debería estar haciendo.

Nuestra galaxia tiene trescientos mil millones de estrellas, se calculan cien millones de galaxias en el universo explorado, en nuestra propia galaxia hay estrellas que tienen el brillo de trescientos mil soles, y estas son consideradas incluso de un potencia mediana para otras estrellas del universo.

Un *Gurú* es aquel o aquella que puede decir en forma sentida que ve brillar los ojos de su amada/o y que puede sentir en una danza de contacto en su cuerpo el calor del sol. Y reconoce que no está diciendo solo una regla poética, porque sabe y siente que el calcio de su cuerpo es el mismo calcio del mar, y fue sacado del mar, y ese mismo calcio es el de las estrellas y el que flota en los océanos estelares.

Y el mismo hierro de la sangre es el hierro que tienen los astros y es el mismo que recorre todo su cuerpo. Los elementos que contienen los meteoritos, cobre, fósforo, calcio son los mismos que están presentes en nuestros cuerpos.

Tal como siempre repitió Rolando Toro que somos hijos de las estrellas implica que cuando danzamos, es la creación entera con sus tres reinos, mineral, vegetal y animal la que está danzando al compás rítmico y armonioso del amor.

La opción está en ser competitivo y desconfiado o abierto y vulnerable.

Cuando la danza se hace una con el Origen podemos sentir que el fluir de la vida recorre nuestras venas y entrañas, ese puede ser un perfecto fiel de la balanza para encontrar a que forma de arquetipo nos estamos acercando.

Ya lo hacen las mariposas, ballenas y delfines, que viajan guiándose por la lectura de los campos magnéticos de la tierra y por su intuición, el camino de los arquetipos vinculados al movimiento y la energía corporal donde descubrir nuestro espacio-tiempo y lugar, un viaje danzado desde la necesidad mítica de hacerse héroe y volver renovado a su lugar de origen.

Aspectos biológicos

Graciela García Durán

Dancemos, dancemos, hasta que nuestra biografía se convierta en biología.

Perdamos la cabeza no literalmente, si, por omisión. Que nuestra biología estalle a la vida con la intensidad de esa primera gran explosión que aconteció allá lejos que produjo VIDA.

Recordemos, despertemos nuestras células.

Que nuestro cuerpo se encienda, que vuele, que fluya y que se exprese con la fuerza y potencia de la tierra.

Somos la naturaleza. Reaprendamos lo instintivo que nos remite al origen, dejemos que aflore HOY. Somos uno con Todo lo que es.

Permitamos que la Biodanza nos atraviese, que la música nos dance, que nos habite, que la vida nos traspase. Pongamos nuestra humanidad en movimiento, que aflore la emoción, que nuestros cuerpos se expresen sin limitaciones.

Comuniquemos lo que SENTIMOS, danzando. Ese fue mi punto, SENTIR PROFUNDAMENTE, a veces en frenética expresión, a veces en el encuentro epifánico de la profundidad de la mirada en una eutonía de manos, cuando en un movimiento sutil casi imperceptible, el tiempo se detiene, el entorno se diluye, el corazón estalla, las lágrimas afloran en cascada y no sabemos qué pasó!!! Qué bueno!!! no sabemos qué pasó!!! Si tuviéramos que definirlo quizá diríamos GRANDIOSO!!! no existen las palabras, sólo puede ser, SENTIDO.

Siento en todo mí ser que en cada VIVENCIA, estamos repitiendo ese primer estallido del origen. Quizá sea un delirio, no lo sé, así siento.

En ese instante somos transformados, más allá de nuestra voluntad consciente. La danza se encarga, la Biodanza se encarga, permitamos que sea.

Por lo recorrido, experimentado y vivenciado puedo decir que la fórmula es, confianza, soltar el control y entrega, en un eterno presente. Aquí y ahora, es lo único que hay.

Lo relatado es lo que surgió el lunes siguiente al módulo y tiene que ver con lo vivenciado, pero también mucho de lo ya recorrido. No es pensado, ni elaborado desde la mente. Es inspirado.

El módulo fue muy fuerte. La vibración de la vos de la didacta, produce cambios. La contundencia del mensaje sacude, moviliza. Esto es completado por la intensidad de los ejercicios, que redondeó la tarea. Nuestra biología acusó el impacto. Nosotros dimos el SI, al proceso. Me ha facilitado, aún más, el camino hacia MI MISMA.



Todo lo que es

Soy el cosmos.
Semilla estelar.
Mis células laten
al compás de la música
de las estrellas.

Soy árbol,
la flor, el fruto, la hoja.
La savia que lo nutre.
La fuerza que tomo de la tierra.

Soy mar.
Mi origen.
Allí me espejo,
en mí contenido acuoso.

Soy aire.
Me expando y vuelo.
Alcanzo el Cielo
planeo con lo Divino.
Vuelvo... y toco tierra.
Me cimento y aquí...vivo el Cielo.

Soy fuego. Crezco.
Me enciendo, acciono, concreto.

Soy tu otro tú.
Soy tu pulso.
Tu sangre.
Tus sombras y tu Luz.
Soy tú y Yo Soy.
Somos uno con todo lo que Es.

Dossier fotográfico



Dar y recibir

Realizado en Manantial Espacio Biocéntrico, Río Cuarto, Córdoba en diciembre de 2014.

Fotografía: Verónica Barbero

Producción: Claudia Sciencia

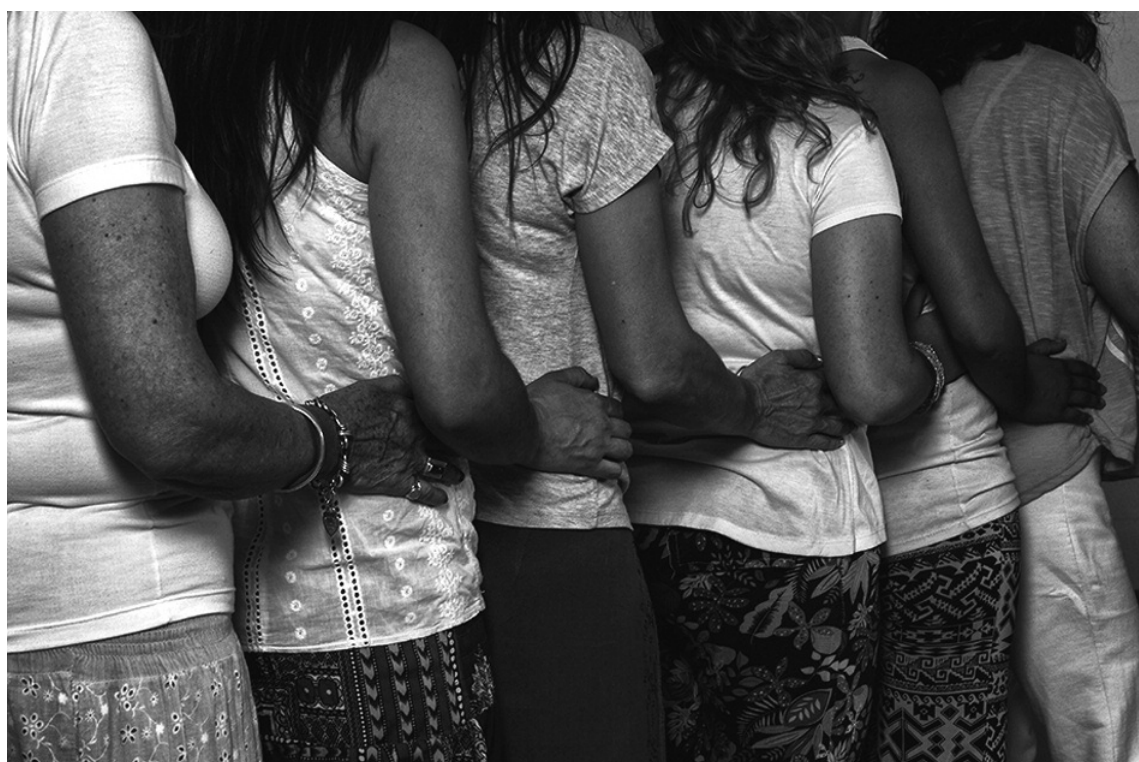
Participación especial: integrantes de grupos regulares de Biodanza.

El objetivo de la experiencia es transmitir la belleza de la Biodanza a través de imágenes sutiles: el amor de la amistad y de la solidaridad en comunidad; la alegría del dar y recibir; el poder transitar juntos hacia objetivos comunes; la ternura; el entusiasmo por vivir.

A través de las imágenes, es posible comprender sensiblemente como la Biodanza nos re-conecta con nuestros propios potenciales humanos más vitales, creativos y afectivos... disfrutando del proceso de encontrar armonía con uno mismo, con las personas que nos rodean y con la vida toda.



Entusiasmo



Objetivos comunes



Reposo

Ternura





Amistad

Comunidad



GUIA DE FACILITADORES Y DE CLASES

Facilitadores	Hora	Lugar	Teléfono	Email
Lunes				
Lily Lopez	19.30 hs.	CABA/Palermo	15-5175-7903	amuyen@yahoo.com.ar
Runa Terren	19.30 hs.	CABA/Palermo	15-5261-2435	runaterren@gmail.com
Carlos Lavigna	18.30 hs.	Bs As/Tigre	11-5666-6296	tigretienebiodanza@yahoo.com.ar
Juan Manuel Romero	20 hs.	CABA/Almagro	15-3859-5545	jmrgluz@hotmail.com
Beatriz Usategui	18 hs.	Bs. As./San Martín	15-3021-0811	beatrizusategui@gmail
Emilse Inés Pola	20.30 hs.	CABA/Belgrano	4659-7082	polaemilseines@gmail.com
Valeria Russo y Osvaldo Elias	20.30 hs.	Bs. As./Bernal	4251-4116	casabiocenricarcoiris@gmail
Raquel Fantón	20.45 hs.	Santa Fe	0342-154367894	rakyf@fibertel.com.ar
Martes				
Román Mazzilli	20 hs.	CABA/Chacarita	15-6441-4408	campogrupal@gmail.com
Paula Alemán	19.30 hs.	CABA/Barrio Norte	15-6720-8274	paula.aleman2@gmail.com
Lily Lopez	19.30 hs.	Bs. As./Ituzaingo	15-5175-7903	amuyen@yahoo.com.ar
Orlando Víctor Gutiérrez	18 hs.	Bs As./Bahía Blanca	2916421451	ovgutierrez@hotmail.com
Emilse Inés Pola	14 hs.	Bs. As./Ramos Mejía	15-5329-1268	polaemilseines@gmail.com
Norberto R. Lopez	20 hs.	CABA/Almagro	15-5762-2756	norbertobiodanza@hotmail.com
Laura Del Piano	21 hs.	Chaco/Resistencia	(0379) 468-4710	lauradelpiano1@hotmail.com
Silvana Correia	19.30 hs.	CABA/Villa Luro	15-6020-4528	silvanabiodanza@hotmail.com
Adriana Pédola y Daniela Quintero	10 hs.	CABA/Caballito	11-6983-8204	adripen@fibertel.com.ar
Gina Muerza y Daniela Quintero	19 hs.	CABA/Mataderos	11-2641-1050	quinteda_73@hotmail.com
Verónica Toro	19.30 hs.	CABA/Palermo	15-4444-5423	secretaria@terrentoro.com
Marta Sesma y Julio Marjovsky	19.30 hs.	CABA/Caballito	15-6293-4633	martasesma@yahoo.com.ar
Runa Terren	20 hs.	CABA/Palermo	15-5261-2435	runaterren@gmail.com
Lorena Salas	18.30 hs.	La Plata/Gonnet	(0221) 15-4195665	biodanza.lorena@gmail.com
Estela Piperno	20 hs.	Córdoba/V. Carlos Paz	(03541) 15-587755	centroformacionvida@yahoo.com.ar
Ricardo Spreafico	20 hs.	CABA/Palermo	15-3678-4294	picasabiocentrica@gmail.com
Darío Fatta	20 hs.	CABA/Floresta	15-3861-8821	dariofatta@hotmail.com
Beatriz Rabino	10 hs.	CABA/Parque Chas	15-5830-2241	beatrizrabino@yahoo.com.ar
Lucía Rocha y Nicolás López Meyer	20 hs.	CABA/Colegiales	15-6377-3498	biodanzatierramia@hotmail.com
Pablo Cacchiarelli	15 hs.	Bs. As./ Bahía Blanca	(0291) 154 350 018	pablocacchiarelli@hotmail.com -
Miércoles				
Mónica Souto	20 hs.	Bs. As./Lincoln	(02355) 15-642-169	monidanza@hotmail.com
Tito Spátola y Marcela Enriquez	20.15 hs.	CABA/Almagro	15-5978-9536	titospatola@yahoo.com.ar
Karina Martínez y Marcy Braier	19:30 hs.	CABA/Belgrano	15-4427-9602	karikarimar@yahoo.com.ar
Norberto Lopez	20 hs.	CABA/Almagro	15-5762-2756	norbertobiodanza@hotmail.com
Mariana Preiss	16 hs.	Bs. As./Ituzaingo	15-3002-3153	mariana.mamani51@gmail.com
Laura del Piano	20 hs.	Corrientes/Capital	(0379) 468-4710	lauradelpiano1@hotmail.com
Cesar Rosental	17 hs.	Chaco/Resistencia	(0379) 459-3762	cesarhugor@hotmail.com
Lilian Botaya	18.30 hs.	Bs. As./San Miguel	(02326) 455-173	lilianbotaya@hotmail.com
Marcelo Surano	19.30 hs.	CABA/Chacarita	15-5639-5730	marcelosurano@yahoo.com.ar
Ivana Fernández	20 hs.	Bs. As./Olavarría	(02284) 428152	biodanzaolavarria@yahoo.com.ar
Verónica Toro y Raúl Terrén	19.30 hs.	CABA/Palermo	15-4444-5423	secretaria@terrentoro.com
Adriana Romero	19.30 hs.	Santa Fé/Rosario	(0341) 155-593654	adrillianromero@hotmail.com
Patricia Ghisio	20 hs.	CABA/Villa Urquiza	4522-7309	ghisiopatricia@gmail.com
Eva Rosenberg	20.30 hs.	Bs.As./Vte. López	15-5851-1974	evarosebg@yahoo.com.ar
Liliana Arrúa	18 hs.	Bs. As./Castelar	15-5220-5019	biodanzacastelar@gmail.com
Ana María Romero	18 hs.	Bs.As./Morón	15-563-5269	anamariaromr@gmail.com
Karina Martinez y Marta Braier	19.30 hs.	CABA/Belgrano	15-4427-9602	karikarimar@yahoo.com.ar
Verónica Willenberg	20 hs.	CABA/Belgrano	15-5837-6315	vw@verowillenberg.com
Patricia Colina	19.30 hs.	Salta	387-5053981	biodansalta@gmail.com

Jueves

Caro Bentham y Marcelo Surano	20 hs.	CABA/Almagro	15-5639-5730	caro0707@yahoo.com
Susy Guerrero y Rakel Zarate	17 hs.	CABA/Almagro	15-3010-4495	desdudame@gmail.com
Marcela Ramos	20 hs.	CABA/Palermo	15-3561-4497	marcelabiodanza@yahoo.com.ar
Ana Trabucco	19.45 hs.	Bs. As./Vte. López	15-4493-8636	anatrabucco@gmail.com
Marcelo Suarez	20 hs.	Bs. As./Olavarria	(02284) 428152	biodanzaolavarria@yahoo.com.ar
Adriana Péndola, Daniela Quintero	20 hs.	CABA/Almagro	11-5122-8994	quinteda_73@hotmail.com
Hannah Szmukler y Rodri García	19 hs.	CABA/Caballito	15-4098-6774	biodanzapasionaria@gmail.com
Adriana Romero	19.30 hs.	Santa Fé/Rosario	(0341) 155-593654	adrillilianromero@hotmail.com
Beatriz Usategui	19.30 hs.	Bs. As./San Martín	15-3021-0811	beatrizusategui@gmail
Ana María Vitale	20 hs.	CABA/Villa Devoto	15-5619-9341	anamvitale@uolsinectis.com.ar
Ezequiel García Pinilla	19 hs.	Santa Fe/Funes	0341-155-098-513	ezequielgarcia-pinilla@yahoo.com.ar
Gaby Alvarez	18 hs.	Rio Negro/Bariloche	294 15 4817230	gabrielalorenaalvarez@hotmail.com
María Soledad Llorens	19 hs.	Córdoba /V. Allende	0351-15-557-9157	llorenssoledad@gmail.com

Viernes

Graciela Grisanzio	19 hs.	Bs As/Ciudad Evita	15-5185-2207	gragris@yahoo.com.ar
Leandra Bonofiglio	20 hs.	Santa Fé/Rosario	(0341) 155-473886	leabonofiglio@hotmail.com
Graciela Grisanzio	19 hs.	Bs As/Ciudad Evita	15-5185-2207	gragris@yahoo.com.ar
Tito Spátola y Lucia Yael Martinez	19.30 hs.	CABA/Palermo	15-5978-9536	titospatola@yahoo.com.ar
Lelia Bassarsky	19.30 hs.	CABA/Almagro	15-5925-3271	leliabass@hotmail.com
Valentino Terren T. y Seba Figueroa	19.30 hs.	Tigre/Ing. Mashwitz	(0348) 154204490	valentino.terren.toro@gmail.com
Hannah Szmukler y Rodrigo García	19 hs.	CABA/Caballito	15-4098-6774	biodanzapasionaria@gmail.com
Julio Marjovsky y Marta Sesma	19.30 hs.	CABA/Caballito	15-3025-7773	juliomarjovsky@hotmail.com
Rosa Furman	20 hs.	CABA/Belgrano	15-4062-5633	rosafurman@gmail.com
Martín Pelach y Lucía Bottaro	20.30 hs.	CABA/Colegiales	15-6136-8876	lucia.bottar@gmail.com
Lucia Rocha	10 hs.	CABA/Chacarita	15-3278-8173	biodanzatierramia@hotmail.com

Sábado

Adriana Romero	11 hs.	Santa Fé</Rosario	(0341) 155-593654	adrillilianromero@hotmail.com
----------------	--------	-------------------	-------------------	-------------------------------

BIODANZA PARA NIÑOS**Miércoles**

Adriana Péndola y Daniela Quintero	17 hs.	CABA/Devoto	11-6983-8204	ginamuerza@gmail.com
------------------------------------	--------	-------------	--------------	----------------------

Jueves

Adriana Péndola y Daniela Quintero	18 hs.	CABA/Caballito	11-5122-8994	quinteda_73@hotmail.com
------------------------------------	--------	----------------	--------------	-------------------------

Sábado

Mónica Souto	18 hs.	Bs. As./Lincoln	(02355) 15-642-169	monidanza@hotmail.com
--------------	--------	-----------------	--------------------	-----------------------

Yo creo que en todo el cuerpo habitan pensamientos, aunque no todos vayan a la cabeza y se vistan de palabras. Yo sé que por el cuerpo andan pensamientos descalzos. Cuando los ojos parecen estar ausentes porque su mirada está perdida y porque la inteligencia se ha retirado de ellos por unos instantes y los ha dejado vacíos, y mientras los pensamientos de la

cabeza deliberan a puerta cerrada, los pensamientos descalzos suben por el cuerpo y se instalan en los ojos. Desde allí buscan un objeto para clavarle la mirada y parecen víboras que hipnotizan pájaros.

Felisberto Hernández



Escuela de Biodanza
Abasto
de Buenos Aires

DESARROLLO PERSONAL
Grupos semanales
Seminarios Vivenciales

FORMACION PROFESIONAL
Profesorado de Biodanza

*Te invitamos a unirte
a nuestros grupos*

Prof.
Norberto R. López Boemi



4431.1154
15.5762.2756
norbertobiodanza@hotmail.com
www.escuelabiodanza.com



APERTURA
2015

Guácaras
Escuela de Biodanza
CORRIENTES - ARGENTINA



BIODANZA
en Corrientes y Chaco
Facilitadores en Red

▶ Eliana Silvestri 3624931494 esilvestri@nsestudio.com.ar	+	▶ Facundo Vargas 3624648716 vargasfacundo@yahoo.com.ar
▶ Laura Del Piano 3794684710 www.amorenmovimiento.com	+	▶ Cesar Rosental 3794593762

INSCRIPCIONES ABIERTAS

FORMACIÓN PROFESIONAL
Título avalado por la
International Biocentric Foundation

**Participar de la Escuela te permitirá
recrear y ampliar tu superficie existencial,
rehabilitarte para Vivir Mejor
y ser facilitador de VIDA
para vos y tu entorno.**

Un sábado y domingo por mes conviviremos
en un entorno natural, continente nutricio
que propicie nuestro reaprendizaje afectivo.

Nuestra Casa-Escuela está ubicada en Av. del Timbó 346
Parque Leconte de Santa Ana de los Guácaras
Corrientes, Argentina.

Informes e Inscripciones
Directora Didacta Laura Del Piano
3794684710 | lauradelpiano1@hotmail.com
www.escueladebiodanza.com

Biodanza en Belgrano
(zona Cabildo y Juramento)
Centro Vesak

Cupos mixtos sin límite de edad



Sistema de integración afectiva que mejora tu calidad de vida a través del movimiento, la música y el encuentro en grupo.

MIERCOLES de 19.30 a 21.30 hs.

No es necesario saber bailar. Los esperamos con alegría!
Vení con ropa cómoda



Karina Martinez
Marta Braier

Solicitamos confirmar asistencia
Karina: 15-4427-9602
karikarimar@yahoo.com.ar

Escuela de Biodanza Oeste

DESARROLLO EXISTENCIAL
FORMACION DE PROFESORES DE BIODANZA



Ciclo anual circular 2015-2017
Profesión para exhortar la Evolución, la Dicha, la Ternura, la Ética, el Sentido Común, la Alegría de Vivir. Beneficios para aplicar en Educación, Salud, Empresas.



Inscripción abierta todos los meses.
Requisitos de admisión. Consultar.
INFORMES E INSCRIPCION de 9 a 13 horas.
4659.7082 15.5329.1268
polaemilseines@gmail.com
www.sistemabiodanza.com.ar



EBiSur®
Escuela de Biodanza del Sur
Directora: ANA MARIA VITALE



Título Internacional otorgado por la I.B.F

Mas de 10 años brindando información idónea con Profesionales activos en distintas ciudades del País.

La Biodanza vuelve a conectarnos con nuestros impulsos vitales más profundos, con nuestra fuente inagotable de Amor... con nuestro Ser más genuino... allí donde ya no hay divisiones y somos Uno.

La Escuela ofrece un proceso vivencial; Desarrollo Personal y Formación Profesional como "Facilitador de Biodanza"



(011) 4571-6424 15-5619-9341
anamvitale@uolsinectis.com.ar e_bi_sur@uolsinectis.com.ar
www.ebisur.blogspot.com



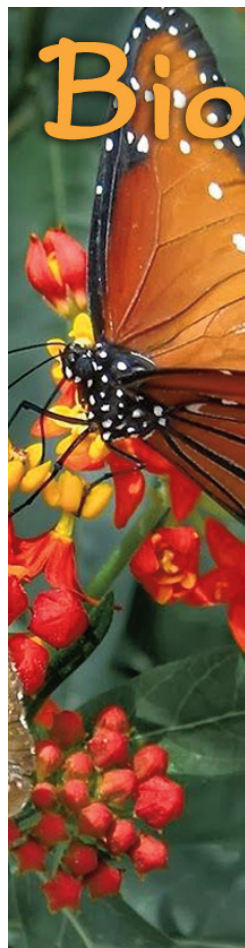
TIGRE

tiene Biodanza

Biodanza para adultos
Biodanza para niños
Biodanza acuática
Casa en alquiler para biodanza

Claudia 011-6360-7440
Verónica 011-4497-5032
Carlos 011-5666-6296

carloslavigna@yahoo.com.ar
Fb: Tigretienebiodanza
Biodanza Acuática Tigre Argentina



Biodanza

Grupo avanzado

*Danzamos
nuestra expresión de dar
habilitándonos
el permiso de sentir,
disfrutando
el placer transformador
abarcando
la inmensidad de la vida.*

Jueves 20 hs
Primer clase gratuita!

Facilitan
Carolina Bentham
Marcelo Surano

Billinghurst 459 CABA
15-5639-5730



Biodanza

Sistema Rolando Toro

Ahora sino cuando

MUSICA - MOVIMIENTO - EMOCION

CLASES SEMANALES
LUNES DE 20 A 22.30 HS

BILLINGHURST 459 - CABA

facilitador
JUAN MANUEL ROMERO
MATRICULA IBF N° 0626

4501-3006
15-3859-5545
jmrgluz@hotmail.com

Juan Manuel Romero 



Dejá que te toque la Poesía, el placer de escribir...

**TALLER DE CREATIVIDAD LITERARIA CON
TÉCNICAS DE BIODANZA "EL VUELO DEL ALMA"**

*"Los poetas son los guardianes del fuego sagrado
del hombre, los guardianes del Ser"*

Se danza para escribir y reencantarse con la Vida
y la propia Identidad. Se facilita la expresión de la
palabra escrita a través de la Lectura compartida,
el Movimiento y la Música.

Te espero para vivir el poder
transformador de la unión de
Escritura y Biodanza.

Belgrano Av. Cabildo y Juramento
1° y 3° Sábado del mes, 15.30 a 18hs

Corrección y seguimiento de
la producción individual.
Proyecto de Antología colectiva.




MARTA BRAIER es Profesora en Letras
Poeta y Facilitadora de Biodanza.
Coordina Talleres Literarios y
dirige el Taller Literario para
Jóvenes de la Biblioteca Nacional.

4785.5224 15.5473.7004 mbraier@arnet.com.ar



Escuela de Biodanza de Buenos Aires

DIRECTORES: Verónica Toro y Raúl Terrén

FORMACIÓN DE FACILITADOR DE BIODANZA Sistema Rolando Toro

Renovación existencial - Ética del encuentro - Integración del movimiento
Sensibilidad musical - Expresión de las emociones - Poética de la palabra

(Un fin de semana por mes en convivencia, durante 3 años)

Quinta Biodanza. Dique Luján - Partido de Tigre

VIVENCIAS SEMANALES

Martes y Miércoles 19.30 hs - Armenia y Av. Córdoba / Capital Federal

INFORMACIONES E INSCRIPCIÓN - SECRETARIA HANNAH SZMUKLER

Lunes - Miércoles - Viernes de 10 a 13 hs
15 4444 5423 // secretaria@terrentoro.com
15 5830 0925 // Verónica Toro

*25, 26, 27 y 28
de junio de 2015*

VERÓNICA TORO & RAÚL TERRÉN
FORMACIÓN PARA FACILITADORES

EN LA EXTENSIÓN: El Círculo de LOS ARQUETIPOS

En este curso descubriremos las danzas de los arquetipos principales que pueblan nuestro Inconsciente Colectivo y veremos también de que manera pueden organizarse para que cada uno de ustedes pueda ofrecer este taller a sus biodanzantes.

Algunos ejemplos de los arquetipos que estudiaremos y danzaremos son:

- los dioses del panteón griego, entre ellos **Zeus**, el líder poderoso, **Poseidón**, el mundo de las pasiones, **Dioniso**, el buscador del éxtasis, **Marte**, guerrero y amante, **Apolo**, la inteligencia y la poesía, **Hermes**, el mensajero de los dioses, **Afrodita**, la belleza y la seducción, **Demeter**, la gran madre, **Palas Atenea**, la estrategia y la sabiduría.
- Prometeo, Atlas, el Ave Fenix.
- Isis y Osiris, Orfeo y Eurídice, Eros y Psyche.
- Los arquetipos del ángel.
- Brahma, Shiva y Vishnu, mitología hindú.
- Otros arquetipos, de diferentes mitos.

