



Revista de Biodanza

Primavera de 2017 - Nº 8 - \$ 76.-



Hay que regocijarse de que las espinas
estén recubiertas de rosas

Macedonio Fernández

ESCUELA DE BIODANZA CORDOBA IDEHAS TALLER

Directores: Guillermo Retamosa – Ana María Alberti

Inscripciones abiertas - año 2018

FORMACION PROFESORES FACILITADORES DE BIODANZA

EXTENSIONES: Organizadas por UNC - IDEHAS TALLER ESCUELA

Continuamos desarrollando las extensiones

BIODANZA CLINICA 4° curso

ARTE TERAPIA. LABORATORIO DE CREATIVIDAD

3° y 4° curso 2018/19

ACTIVIDADES DE TALLER: Organizadas por ESCUELA DE BIODANZA IDEHAS TALLER

TOTEM EXISTENCIAL. Proceso Personal y Formación

EL CAMPO GRUPAL. Curso taller 2018

EXTENSION ARBOL DE LOS DESEOS. 2017 - 2018



Asociación Civil
Idehas taller
P.J: 158/"A"/02



UNC. Secretaría
Extensión Universitaria
Facultad de Medicina

Escuela de Biodanza Idehas Taller
idehas.biodanzacordoba@gmail.com
0351-153412279
www.idehasbiodanza.com.ar
Fb: escuelaibiodanzacordobaidehastaller

Extensión Universitaria
extensión@fcm.unc.edu.ar
0351-4234035 | www.fcm.unc.edu.ar

Red de facilitadores

Córdoba Capital

Marcia Chretien
marciachretien70@yahoo.com.ar

Pablo Cortés
pc.pablocortes@gmail.com

Analia Barrionuevo
analia_barrionuevo@hotmail.com

María Laura Monjaime
sentiresymas@hotmail.com

María Tacite
tacitemaria@hotmail.com

Griselda Nuñez
griselnu@yahoo.com

Iris Roisen
cordobabiodanza@gmail.com

Lorena Machuca
loremachu@hotmail.com

San Antonio de Arredondo

gachieber@hotmail.com . Graciela Eberhardt

Sta. Rosa de Calamuchita

makunameli@hotmail.com . Mariana Serantes

Villa Los Aromos

grijalbas@hotmail.com . Sandra del Castillo

San Juan

efmc69@hotmail.com . Emilce Merlo Conca

Bahia Blanca

teresarost13@gmail.com . Teresa Rost

Oncativo

Fanny Cittadini
fannymcittadini@hotmail.com

Jujuy

Marcia Baranovsky
mmbaranovsky@gmail.com

Salta

Patricia Colina
collinapatricia@hotmail.com

La Falda

Victoria Rosello
victoriaro@hotmail.com

Gregorio Masman
aguilamano@gmail.com



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



BIODANZA en Corrientes y Chaco

LAURA DEL PIANO Y CESAR ROSENAL

Grupos Semanales

Corrientes

La Casa del Parque
 9 de Julio 516

• Miércoles de 20:30 a 22:30 hs.

Resistencia

Brazos Abiertos
 Saavedra 667

• Martes de 20 a 22 hs.
 • Miércoles de 17 a 19:30 hs.

FORMACIÓN PROFESIONAL

Título avalado por la IBF
 (International Biodanza Foundation)

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

Un Sábado y Domingo al mes convivimos
 en un entorno natural, continente nutricional
 que propicia nuestro reaprendizaje afectivo



Directora Didáctica:
 LAURA DEL PIANO
 Tel. Cel.: 379 468710
 laura@escueladebiodanza.com

Coordinador General:
 CESAR ROSENAL
 Tel. Cel.: 379 468710
 cesar@escueladebiodanza.com

Av. Del Timbó 346 - B° Parque Leconte
 Santa Ana de los Guácaras
 Corrientes - Argentina



www.escueladebiodanza.com



www.sistemabiodanza.com.ar

ESCUELA DE BIODANZA OESTE

Directora Emilse Inés Pola

Desarrollo existencial y Formación de
facilitadores de Biodanza Sistema RT



INICIO DE CICLO ESCUELA: MARZO 2018 /19 / 20 HAEDO

Ser facilitador de lo que suceda en tu vida, para hacerla plena!

Sensibilidad musical, expresión de tus dones,
poética de la palabra y el encuentro, ética, acción social.

Dinámica de encuentro de la formación: 1 fin de semana
por mes en convivencia, durante tres renovadores años.

Te invitamos a participar de esta experiencia única,
reveladora en la Escuela, y en los diferentes grupos.

Informes e inscripciones:
Escuela, talleres, cursos



1553291268

www.sistemabiodanza.com.ar



Sistema biodanza



Escuela de Biodanza Oeste

CLASES DE VIVENCIA SEMANALES

Lunes o miércoles en CABA. Belgrano a las 20 hs.

Jueves o martes en Haedo. 19 hs.



Escuela de Biodanza SRT San Juan Xiatianen

- Grupos semanales de Biodanza
- Grupo semanal de Biodanza para niños
- Talleres de Biodanza para embarazadas
- Talleres para adultos mayores
- Talleres de Biodanza para pareja
- Talleres para equipos de salud en
Oncología infantil
- Talleres de Biodanza y conexión creativa
- Talleres de Biodanza en la Naturaleza
- Psicoterapia, Danzaterapia
- Acompañamiento Terapéutico

FORMACION DE PROFESORES DE BIODANZA INSCRIPCIONES ABIERTAS CICLO 2018

Directora Didacta

LIC. EMILCE MERLO CONCA

Email: biodanzasanjuan@gmail.com

Fb: Biodanza San Juan

264-4454282

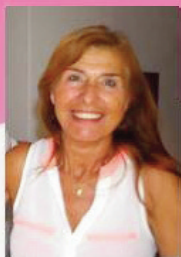




EBiSur®

Escuela de Biodanza del Sur – La Plata

Desde hace 14 años, la Escuela de Biodanza EBiSur sigue brindando una preparación apta para la formación de **Profesores de Biodanza** con un desarrollo teórico-vivencial que facilita tanto un crecimiento personal como profesional, creando la apertura de nuevos lazos en distintos lugares del país.



Directora:
ANA MARIA VITALE



Otorga Título en Formación de Biodanza y Arcilla

Clases semanales en
Villa Devoto con Ana María Vitale
La Plata con Lorena Salas

Contactos

(011) 4571-6424 // 15-5619-9341

(221) 15-419-5665

e_bi_sur@uolsinectics.com.ar

www.ebisur.blogspot.com.ar

ABIERTA LA INSCRIPCION NUEVO CICLO 2018 !!



inscripción abierta

estamos formando

facilitadores

tu sueño empieza en nuestra casaescuela

Clases regulares: Grupo inicial, miércoles, 19-30 hs / Grupo de Radicalización, jueves, 20 hs

 **centro biodanza**
escuela biocéntrica
DIRECTORA
Ivana Fernández Treviño

Moreno 1157, Olavarría, Bs As
+54 9 2284 654616
biodanzaolavarria@yahoo.com.ar

CentroBiodanza
Ivana Fernandez Treviño
biodanzaolavarria.com.ar



- Sistema Rolando Toro -

Directora:
ESTELA PIPERNO



+ Información e Inscripción:

📍 Fleming 32 - Villa Carlos Paz - Córdoba
✉ centroformacionvida@yahoo.com.ar
☎ 03541 15587755 / 03548 15508763
🌐 www.centroformacionvida.com.ar



- ✓ **Profesorado de Biodanza**
Ética, responsabilidad y calidez
- ✓ **Grupos de Biodanza** (Regulares)
- Niños - Adultos - Adultos Mayores
- ✓ **Cursos de Postgrado y Capacitación Permanente**
- ✓ **Biotipología - Coordinación Grupal Técnicas Projectivas**
- ✓ **Actividades todo el año y PRÓXIMAMENTE:**

Formación "EDUCACIÓN BIOCÉNTRICA"
- Formación "BIODANZA ORGANIZACIONAL"

- Taller "PROYECTO MINOTAURO"
- Taller "EL PRESENTIMIENTO DEL ÁNGEL"
- Taller "ARQUETIPOS AFROCUBANOS"




**La escuela la hacemos entre todos
Ahora sumate vos!!**

2018
Inscripción
abierta

Rosario Norte

biodanza

www.biodanzarosarionorte.com

Es un espacio pleno de naturaleza, en la convivencia del fin de semana, danzamos para integrarnos a través de la expresión de la afectividad. Así... lo que decidimos y hacemos resuena en nuestro corazón... y la vida se pone en movimiento.

Escuela de Formación de Profesores
Directora Alicia Francisca
Prof. Didacta de Biodanza

Ciudadela 2291, Rosario. Tel. 0341 155012538
Fb: Escuela Biodanza Rosario Norte



Sumario

Principio Biocéntrico y Ética / Estela Piperno	8
En defensa de la experiencia / Danielle Tavares y André Bocchetti	9
Noche blanca / Raúl Terrén	10
Biodanza, profesión y vida / Ana M. Alberti y Guillermo Retamosa	11
“Había una vez... un proceso grupal” / Mónica Souto	13
El cuerpo de las palabras / Poly Fernández	15
Biodanza Hoy / Ximena País Muñoz y Cristián Soto Carvajal	17
Toro blanco / Cony Bisio	18
La Danza del Facilitador / Adriana Laborda Orte	19
¿Para qué hacer la formación en la Escuela de Biodanza? / Emilse Inés Pola	22
Contacto / Nieves Gastaldo	23
Extensión de Neochamanismo / Sara Barnatán (Queca)	24
En Biodanza, ¿buscamos la Felicidad o la Plenitud? / Adrián Daniel García San Martín	25
Misterio / Ricardo Spreafico	26
(Bio) Danza y Deseos Existenciales / Laura del Piano	27
Luselva Baquedano y su camino de la Psicodanza a la Biodanza / Cristián Soto Carvajal	29
Las capas de la cebolla / Orlando V. Gutiérrez	30
Masculinidad Sagrada: La reconciliación con el padre / Gastón Andino	31
Cada movimiento, una posibilidad... / Marcela Ramos	32
La vivencia / Esteban Langhi	32
Paradigma y concepción, confluencia para la acción / R. Gómez Mederos y Emilse Merlo	33
En el laberinto / Lidia Izquierdo	34
El abandono de Ariadna / Myrthes Gonzalez	35
Agradecer / Angeles González	37
La afectividad es una fuerza interior que todo lo ordena / Lucía Bottaro	38
Voces / Lucia Souilla	40
El Camino del Alma / Carlos Manuel Dias, Nenel	40
Creer o reventar / More	42
De presencias, ausencias, vivencias y aprendizaje / Marta Sesma	43
Taller de arte identidad: Danzas de la tierra / Grupo	44
Un universo diferenciado puede ser amistoso / Fernando Tort	46
Caminando con Rolando... / Elena Lucca	48
Biodanza y el arte de contar cuentos / Paula Martín	49
Biodanza es lo que vive / Carmen Durán Carrasco	52
Inconsciente Numinoso / Patricia Colina	53
La potencia de una pregunta / Román Mazzilli	54
Lo aconsejaban Sócrates y Nietzsche: ¡bailemos!	55
Congreso Mundial - Chile 2017 / Fernanda Morixe	56
Guía de facilitadores y de clases	61

Arte de tapa: Pamela Lincarayen Vildósola Bello

Frutos

Al fin llegó la tan esperada primavera!

Pasó el frío del otoño y del invierno, que son estaciones de introspección, revisión y reflexiones de fondo. Sondeando en lo desconocido de nosotros mismos.

La naturaleza ya gestó un nuevo comienzo. Se siente, se respira en el aire, un perfume de flores nuevas. Sonidos de pájaros enamorándose.

Hay en el ambiente un deseo de vivir en bienestar y una predisposición a encontrar nuevos amigos.

Te animamos a que te sumes a esta aventura que es Biodanza, los márgenes de tu existencia se ampliarán y descubrirás que puedes más de lo que imaginabas. Esta vida es una oportunidad maravillosa para indagar dentro y fuera de vos mismo.

Los caminos son infinitos, solo requiere tener o sentir el coraje de vivir con intensidad.

Compartimos unas palabras de Rolando Toro:

Todo lo que nos envuelve nos da noticias del milagro,

La naranja y el ácido del cielo, el camino abriendo agujeros...

Mi barca sobre el mar sin orillas.

No hay prisa, no hay puerto, solo amor absoluto.

Seguimos con ganas y entusiasmo generando este fruto, que es el producto de todos los que amamos Biodanza y queremos continuar sembrando semillas de vida.

Abrazos tiernos.

Betina Ber



Principio Biocéntrico y Ética

Estela Piperno

Con frecuencia se considera que la Ética es un complejo aspecto de la filosofía, sin tenerla en cuenta en nuestro quehacer cotidiano.

Los profesionales y practicantes de Biodanza hablan con convicción del principio Biocéntrico, eje del sistema Biodanza.

“El **principio biocéntrico** tiene como referencia inmediata la vida, y se inspira en las leyes universales que conservan los sistemas vivos y que tornan posible la evolución...”

“El principio biocéntrico coloca su interés en un universo comprendido como un sistema vivo.” Rolando Toro Araneda, quien se basa en este principio desde el inicio de Biodanza, es decir por 1960.

En 2009 el profesor de medicina regenerativa y director científico de la compañía Advanced Cell Technology que investiga desde hace años las fronteras de la ciencia, Dr. Roberto Lanza, publica un interesantísimo libro: BIOCENTRISMO, la vida y la conciencia como claves para comprender la naturaleza del universo.

Plantea que nuestras actuales teorías del mundo físico no funcionan, y que nunca será posible hacerlas funcionar mientras no tomen en consideración la vida y la conciencia. Aspectos que no son una consecuencia tardía y secundaria de procesos físicos inertes, sino que la vida y la conciencia

son absolutamente fundamentales para comprender el universo. A esta nueva perspectiva la llama Biocentrismo.

Me resulta admirable la visión e intuición ligada al conocimiento de Rolando para que basara todo el sistema en el Principio (lo que inicia) Biocéntrico, su sistema vivencial.

Absolutamente ligado al cuidado de la vida en todas sus manifestaciones, hasta en las más sutiles, e incluso potenciándola, preservándola y facilitando su manifestación. Es entendible entonces que la ética esté íntimamente ligada.

La base de la ética es la empatía, pues nos lleva a sentir que si daño a otro me daño a mí. Si la vivencia de empatía se radicalizó, la identidad integrada, y la afectividad fluye, no podríamos talar indiscriminadamente un monte, contaminar el planeta o difamar a un colega. Mucho menos lastimar en algún sentido a un participante de grupo. Hipócrates decía: lo primero no dañar; si se puede, curar; sino aliviar; sino acompañar. No somos médicos, somos humanos responsables de nuestra humanidad.

*Sin ética
no hay
vida.*

Paulo Freire

En nuestro tiempo existe gran violencia, el amor y la ética se están quebrando.

Nosotros los facilitadores de Biodanza, por la profesión elegida, y por nuestra propia humanidad, necesitamos de la vida y la conciencia, como al principio, para cuidarnos y cuidar, para favorecer el desarrollo e integración de las personas que se acercan a nosotros, la apertura a una tierna afectividad y entrar en el camino de la trascendencia, de la gracia, aprendiendo a descubrir y recordar lo maravilloso de la vida.

En defensa de la experiencia: otras formas de educación

Danielle Tavares y André Bocchetti

Cuando pensamos la corporeidad en un espacio de educacional formal, como escuelas y universidades, percibimos que en general las practicas convergen para lo que estudiosos como Michel Foucault (1987) entienden como la domesticación y la *docilización* del cuerpo: la organización disciplinaria de sus movimientos, posiciones y comportamientos con vista a un control más grande sobre ellos. Se espera frecuentemente por estudiantes sentados, inmóviles, que muchas veces se relacionan con el conocimiento también de manera pasiva. El lugar de la experimentación, de la afectación, del vínculo afectivo con el tema, permanece como una realidad todavía distante. El cuerpo tiene sí un lugar en la escuela; pero un lugar que comúnmente conduce a la homogenización y la masificación, que impiden la experiencia –algo imprevisible que nos toma, nos toca, como recordaría Jorge Larrosa (2015) – y reduce de manera significativa los momentos educativos, en lo que se refiere a la corporalidad, a la conformación de ciertas categorías y estándares. En muchos casos, nosotros nos quedamos en la escuela para que, por ella, seamos “docilizados”, a través de “métodos que permitan el control minucioso de las operaciones del cuerpo, que realizan la sumisión constante de sus fuerzas y lo imponen a una relación de docilidad-utilidad” – métodos que el propio Foucault, en sus estudios, llamó de “disciplinas” (FOUCAULT, 1987, p. 118).

Esta relación disciplinar, enfocada en la utilidad social del cuerpo, se manifiesta también en las prácticas educativas que en general confieren la primacía de un modelo comportamental todavía pautado en cierta “seguridad existencial” que no valora la expresión pulsional e instintiva de la propia existencia, entendida normalmente como algo peligroso e indeseable. Operase en muchos casos en la producción de un cuerpo comprometido con las respuestas frente a las expectativas de control, regulación y rendimiento exigidos, de manera que los procesos intempestivos involucrados en la corporeidad están constantemente en una posición de eterna desconfianza en el espacio educativo.

En este contexto se incluye, por supuesto, la necesidad de eficiencia, que exige siempre un rendimiento progresivo del sujeto (HILLMAN, 1995). El aprender se queda condicionado a la noción de crecer, estar cada vez más grande y mejor. El acto de educar considerado como una acción dirigida al avance y el desenvolvimiento, en un darwinismo social que como sugiere Hillman (1995), limita cualquier posibilidad de experimentación sin compromiso. La idea de educación se queda atrapada a la de eficiencia. El profundizar, enraizar, vaciar, repetir e intensificar que pueden ser parte del experimentar son vistos como manifestaciones secundarias e indeseables (Hillman, 1995).

Interesante notar que para Larrosa (2015), la información sobre la cual están muchos de los deseos educativos, es algo que en general impide la experiencia:

La información no es experiencia. Y más, la información

no deja lugar para la experiencia, ella es casi el opuesto de la experiencia, casi una anti experiencia. Por eso la énfasis contemporánea en la información, en la cual estar informados, y toda la retórica destinada a constituirnos como sujetos informantes e informados; la información no hace otra cosa que cancelar nuestras posibilidades de experiencia (LARROSA, 2015, p. 18).

Así que saber a respecto de alguna cosa – se entendemos el conocimiento como una relación formativa y transformativa con las experiencias de nuestra vida (LARROSA, 2015) – no es tan simplemente tener informaciones sobre ella. Tener información a respecto de algo no es saberlo. El aprender pasa por el experimentar, por el movimiento, por el sentido que siente el sabor de aquello que ‘nos toca’. La experiencia necesita tomar cuerpo. En este contexto contrariamente, podríamos rememorar Merleau-Ponty (2006) y su comprensión que sugiere que la subjetividad se refiere a la dimensión del cuerpo-vivido, en la cual se constituye primordialmente por la relación de la persona con el mundo. El cuerpo-vivido es aquello que incorpora la experiencia del mundo. El cuerpo se extiende a todo aquello que fue experimentado; tornamos cuerpo lo que aprendemos. Él ya no es más un intermediario, pero el centro de la subjetividad: un proceso abierto al mundo que se concretiza como cuerpo, en sus movimientos, percepciones, sensaciones y vivencias (DENTZ, 2008).

Rolando Toro (1991), el creador de la Biodanza, deseaba una práctica vivencial de desenvolvimiento humano; entendía el aprendizaje a través de aquello que el cuerpo puede experimentar – su movimiento, su sentir, los afectos que tocan – un cuerpo vivo que solamente es a partir de lo que vive. Toro, inspirado en Wilhelm Dilthey, presenta el concepto de vivencia en el ámbito de la práctica que iniciaba, y la define como la intensa y conmovida percepción de estar vivo aquí y ahora, con todas las implicaciones cenestésicas, emocionales, fisiológicas que esa experiencia proporciona. La vivencia tiene una calidad ontológica que “comunica un contenido preciso de sensaciones y de percepciones, y que anula la distancia entre aquello que se siente y la observación del propio sentir” (TORO, 2002, p. 32).

Es este cuerpo, imprevisible, que descontenta la disciplina y el orden, que es importante invocar para aprender. Un cuerpo vivo y viviente que sorprende y pone en duda cualquier *a priori* en su relación con el mundo. Un cuerpo que puede, que se mueve, que se presenta. Un cuerpo que tiene espacio y posibilidad para experimentarse en los afectos, entendidos, a partir de los escritos de Spinoza, como transiciones de un a otro estado, de una a otra capacidad (DELEUZE, 2002) – ser afectado significa, entonces, ser de alguna manera transformado y desde ahí poder otra cosa. Donde se puede pensar en un aprendizaje que surge de la alquimia de una relación de encuentro con el mundo, que incluye una apertura a los afectos que nos atraviesan y cambian nuestra experiencia previa de la realidad.

Cuando ese cuerpo pasa a tener lugar, la condición de la

homogenización y regularización de la educación ya no puede estar presente. La vivencia, siendo única y intransferible, no puede cargar un significado a priori y entonces podremos darnos cuenta de que es la diferencia que, invariablemente, nos constituye. La educación es desafiada a construirse desde esa diferencia radical y a establecer nuevas prácticas de singularización y de conformación de una comunidad que no la olvide.

No se puede unificar o universalizar, sin embargo la tarea exige trabajo para tratar la constitución de la subjetividad en su experiencia única, haciendo frente a las complejidades que eso implica.

Estamos aquí, pensando en algo como lo que el educador Silvio Gallo (2002) llamó de una “educación menor”, capaz de contraponerse a la Educación, con E mayúscula, que trae consigo los objetivos de los currículos nacionales unificados, de la dirección general por medio de una evaluación homogénea o de la universalización de algunos saberes entendidos como más nobles por ciertos grupos sociales. Una educación menor que, sino deudora de los grandes programas curriculares, sino ansiosa por la homogeneización de los saberes, necesita operar con bases filosóficas muy distintas de aquellas que conciben el acto educativo como espacio de reproducción de lo que ha sido concebido como un saber universalmente relevante.

A nosotros nos parece que, en este ámbito educativo, Biodanza es una extensa posibilidad de crear ese camino educativo para el cuerpo que siente y aprende a manifestarse. Un aprendizaje que tiene sus raíces en el vivido y en la conexión afectiva entre quien aprende y lo que se está aprendiendo. Fundamos así un espacio de disfrute tan olvidado en nuestras instituciones educacionales. Desde esa

práctica, las vivencias de cada participante podrían construir caminos basados en la diferencia, abriendo espacios para la diversidad y la multiplicidad de expresiones de sí mismo. El cuestionamiento de Spinoza ¿Qué es lo que puede un cuerpo? podría entonces, desde prácticas como la Biodanza, abrir otros caminos para lo que hoy comprendemos como educación, más allá de la escuela.

Referencias bibliográficas

- DELEUZE, Gilles. **Espinosa: Filosofía práctica**. São Paulo: Escuta, 2002.
- DENTZ R. A. **Corporeidade e Subjetividade em Merleau-Ponty**, Intuição, Porto Alegre: 2008, v.1, n. 2, p. 296-307.
- GALLO, Sílvia. **Em torno de uma educação menor. Educação e Realidade**, 27(2), p. 169-178, jul/dez 2002.
- HILLMAN, J. **Tipos de Poder: Um guia para uso inteligente do poder nos negócios**. São Paulo: Axis Mundi ed. Ltda, 2001
- MERLEAU-PONTY **Fenomenologia da Percepção**. SP: Martins Fontes, 2011
- LARROSA, Jorge. Notas sobre a experiência e o saber da experiência. *In.*: _____. Tremores: escritos sobre experiência. Belo Horizonte: Autêntica, 2015, p. 15-34.
- FOUCAULT, Michel. Vigiar e Punir: nascimento da prisão. Petrópolis, RJ: Vozes, 1987.
- TORO, R. **El Principio Biocéntrico: Nuevo Paradigma para las Ciencias Humanas - la vida como matriz cultural**. Santiago: Editorial Cuarto Propio, 2014
- _____. **La inteligencia afectiva: la unidad de la mente con el universo**, Chile: Editorial cuarto Propio, 2012
- _____. **Los siete poderes de la biodanza. Revista Argentina de Biodanza**. Argentina, Campo Grupal, 2011, n1, p. 44-46.
- _____. **Biodanza**. Chile: Editorial Cuarto Propio, 2009
- _____. **Biodanza**. São Paulo: Olavobrás, 2002.
- _____. **Coletânea de textos de Biodanza (Tomos)**. Fortaleza: ALAB, 1991.



Noche blanca

El misterio de la existencia humana fluye entre mis cabellos como una nube errante, se derrama de mis ojos como el sollozo de Rumi, palpita en mi corazón como un caballo al galope.

En algún sagrado rincón del universo, Juan el Bautista se sumerge en las aguas místicas del río Jordán; Mahoma gira en el vórtice de su espiral cuántica; Buda medita en el eterno bosque de la ensoñación; Cristo danza con las ancianas de la aldea. Todo se vuelve música. Dios ensaya acordes de bienaventuranza y erotismo.

No hay esperanza de certezas, solo pinceladas de lucidez. En noches como esta un ruiseñor trina en el valle de la luna y tal vez nadie lo escuche.

La sinfonía inmemorial del tiempo entreteje una melodía infinita en la trama vibratoria del silencio: el mensaje del Cosmos se impregna en cada vida y todos, sin saberlo, danzan.

Una octava sublime me acompaña esta noche.

El viento me susurra sus secretos y el Misterio me sonrío. Soy la nota justa. La nota que despliega sus armónicos buscándose a sí misma.

En las noches blancas, solo los enamorados pueden vislumbrar al Gran Espíritu.

Raúl Terrén



Biodanza, profesión y vida

Ana María Alberti y Guillermo Retamosa

En el momento actual vivimos una crisis en el movimiento de Biodanza. Como toda crisis promueve procesos de maduración si las transitamos y abre nuevas posibilidades para interactuar y cooperar desde las experiencias realizadas.

Esta comunicación es una invitación a reflexionar y retomar algunos aspectos trabajados luego del Encuentro de Biodanza de la Regional Sur en CABA Argentina noviembre de 2011.

Previamente como punto de partida nos interesa explicitar de que hablamos cuando nos referimos a Profesión y Profesionalismo

La palabra profesional presenta varios usos en nuestro idioma

Un profesional es quien ejerce una profesión un empleo o trabajo que requiere de conocimientos formales y especializados. Para convertirse en profesional, una persona debe cursar estudios en los que se describen los objetivos educativos, de formación y contar con una certificación que avale los conocimientos adquiridos y la idoneidad que permiten a sus miembros ejercer los específicos roles que la caracteriza. También se utilizan estas palabras para resaltar la destreza de una persona en una disciplina determinada.

La calificación de profesional y profesionalismo en el desempeño de una tarea hace referencia al compromiso, la ética y la excelencia en el desarrollo de las actividades laborales o de otro tipo, no sólo está vinculada a los conocimientos o al título habilitante. La ética se encuentra en el núcleo de toda disciplina.

Desde la Ética Profesional se expondrá y sugerirá aquello que es deseable y aquello que por el contrario no lo es en una profesión. Implica una serie de principios y reglas que la actividad profesional deberá observar en la realización de su quehacer y entonces desde las mismas, tomadas como pilares y bases de acción, cualifica y regula las acciones y actividades que se lleven a cabo en el marco de tal profesión.*

El profesional de Biodanza

Biodanza es un estilo de vida, un argumento existencial, un modo de Ser, Hacer, Tener y Estar en el mundo (categorías existenciales) ejercidos desde la ética de vida

que plantea el Paradigma Biocéntrico.

Ejercemos desde la singularidad de nuestra identidad expresada en roles, cuyas funciones son definidas por las necesidades de sus complementarios:

-Profesor Facilitador.-Participante Protagonista de Grupo.

-Didactas y Directores de Escuela.-Estudiantes Protagonistas del proceso de creación colectiva de conocimiento, formados para desempeñarse en un contexto sociocultural ambiental.

El perfil de roles en la formación profesional incluye aprendizajes de

Aptitudes: Saber Pensar, adquisición de conocimientos teóricos y experiencias

Saber Hacer: desarrollar habilidades psicomotrices para aplicarlos y

Saber Estar: instrumentar los conocimientos anteriores en los contextos en que la persona se desenvuelve.

Actitudes: Saber Estar capacidad de establecer relaciones afectivas, solidarias, cooperativas, con compromiso y respeto de las comunidades

Saber Ser: Conciencia Ética, habilitación existencial, congruencia.

Biodanza en la construcción del rol aporta la metodología vivencial, comprometiendo al participante a desarrollar su proceso personal como base para el ejercicio idóneo de la profesión-

El aprendizaje de roles se desenvuelve en etapas de maduración progresivas tiempos y espacios en que los protagonistas evolucionamos conjunta y sinérgicamente potenciando aprendizajes y experiencias que nutren nuestra identidad y creatividad para el desempeño profesional y la vida.

Ahora si los invitamos a compartir parte de lo que surgió en 2011 Buenos Aires en el Encuentro de Biodanza, también en un momento de crisis.

A partir de la participación activa en reuniones de Directores Profesores Didactas se explicitaron necesidades y surgieron comisiones de trabajo para distintos temas. Integramos con otros directores la comisión de Ética. Elaboramos un documento provisorio como base para su discusión y aportes en las escuelas y llegar a un documento final. El proyecto quedó latente, quizás no era el tiempo para esa construcción colectiva.

Expresaremos los principios que compartimos en ese documento y que implementamos desde el inicio de nuestra práctica y nos motiva para pensar en la continuidad del movimiento de Biodanza.

Principios Éticos de Biodanza

Los objetivos: elaborar un marco de referencia ético compartido por representantes de la comunidad biodanzante con el fin de hablar con una voz colectiva acerca de asuntos concernientes a la ética; y un criterio consensuado frente al cual la comunidad de Biodanza pueda evaluar sus progresos.

Esta declaración expresa el compromiso del movimiento de Biodanza de ayudar a construir un mundo mejor donde la paz, la libertad, la responsabilidad, la justicia y la equidad prevalezcan, contribuyendo a cambiar la ética antívida que prevalece en la cultura actual.

El **Principio Biocéntrico** es el paradigma que fundamenta la Ética en Biodanza el reconocimiento de la sacralidad de la vida constituye el fundamento filosófico del que se desprenden los demás principios éticos.

El Principio Biocéntrico representa una invitación, un deseo, una esperanza, que nacieron del cuidado y de la vinculación profunda con la vida. Es un llamado a la conciencia planetaria de cuidar la vida en todas sus manifestaciones en la que cada persona es parte de la tela del Universo, con su inmensa capacidad de generar formas distintas de vida en la magnífica danza cósmica.

La Vida es guía e inspiración para nuestro pensamiento, actitud y accionar en el mundo. Educar para vivir, a través de valorar el afecto, la vivencia de solidaridad, transforma la visión fragmentada de la realidad en una percepción armoniosa de la existencia, orientada y vivenciada dentro de un profundo sentimiento de amor y de pertenencia a la vida.

Para nosotros, profesionales de Biodanza significa asumir un compromiso en el ejercicio de nuestra tarea, de expansión y aplicación del Principio Biocéntrico en la escuela, en las comunidades, en las organizaciones, y en las diversas instituciones y espacios en los que nos desempeñamos promoviendo una convivencia armoniosa, en búsqueda del placer de vivir juntos con solidaridad equidad y justicia.

Rolando Expresó: *“Biodanza es un sistema de cambio social, está centrado en la comunidad y no en el cliente. Nuestra prioridad es resolver los problemas de supervivencia. Los conflictos personales derivan de situaciones histórico sociales. Nos interesa la transmutación de valores, reemplazando los valores anti-vida por valores pro-vida”*

Los Principios básicos que se derivan de lo anterior y orientan nuestro desempeño:

***Respeto por la Dignidad de las Personas y los Pueblos** Implica respeto por el valor único y la dignidad inherente de todos los seres humanos; y el respeto por la diversidad de personas y pueblos. Todos los seres humanos somos individuos y seres sociales interdependientes que nacemos, vivimos y somos parte de la continua evolución de nuestros pueblos y de su cultura.

***Cuidado competente y afectivo del bienestar de las personas** es indispensable la realización del propio proceso de vivencia personal para realizar la integración teórico-vivencial de la formación y conocer cómo la historia, los propios valores, experiencias, cultura, y contexto social, pudieran influir en las acciones y relaciones en el ejercicio de la profesión.

***Integridad y congruencia en el ejercicio del rol.** Integridad y congruencia están basadas en comunicaciones honestas, abiertas transparentes y precisas y el respeto por los acuerdos realizados; generan confianza en la matriz grupal y confianza pública en el Sistema de Biodanza y sus profesionales.

***Consistencia en los conocimientos.** Titularse es un paso, un compromiso, no indicando un cierre en la formación, sino un nuevo estadio.

***Responsabilidad en los actos.** Llevar a cabo funciones para las que se está habilitado, responder a los compromisos asumidos.

***Profundidad en el proceso de integración personal** potenciando la inteligencia afectiva, la percepción y la conciencia ampliada.

***Respeto por sí mismo y por los demás.** respeto por la vida, por el feedback en la comunicación, viendo y considerando las posibilidades del momento de cada uno.

***Desarrollar la capacidad de trabajar en grupo,** trascendiendo los juegos de poder, la manipulación, los roles fijos y la comunicación defectuosa.

***No usar la condición de Profesor, Didacta, Director** como herramienta de poder, seducción o manipulación.

***Pasar del individualismo competitivo al sinergismo de la cooperación** y la solidaridad. Incluye reconocer, relaciones y conflictos en los distintos espacios grupo semanal, de formación y en el movimiento de Biodanza, que pudieran implicar un daño a otros con el objetivo de afrontarlos para su resolución.

Creemos en estos principios, para desarrollarlos y asumirlos necesitamos que los grupos y espacios de formación se constituyan en matriz.

Matriz social de Biodanza: universo relacional, mundo vincular en el que el ser humano se juega, crece-crea y trasciende mediante sus roles sociales. Es el mundo de las relaciones solidarias con el interjuego de los roles sociales, lugar de renacimiento y rehabilitación existencial.

La evolución del ser humano cursa en ciclos, en una espiral evolutiva en la que entre un ciclo y otro atravesamos umbrales de maduración en los que se renuevan las posibilidades de crecimiento.

En cada umbral de estos ciclos la vida nos enfrenta a crisis muy especiales.

Aceptarlas como propuestas de cambio, de transformación, de auténtica transmutación es nuestro destino.

Este es el Proyecto profundo de nuestra vida y del arte de saber vivirla y transferir a quienes acompañamos en el ejercicio de nuestra profesión.



“Había una vez... un proceso grupal”

Mónica Souto

Quiero compartir con ustedes un cuento infantil escrito por una integrante de un grupo semanal que facilito en Lincoln (Pcia. de Bs As)

Ana María hace 4 años que hace Biodanza, es docente jubilada y escritora de cuentos didácticos infantiles. Un miércoles faltó a la clase por tener albañiles en su casa y a la semana siguiente vino con un cuento inspirado y dedicado en y para el grupo.

En la ronda de relato vivencial, momento en que leyó el cuento, se generó un clima de alegría, picardía, emoción, agradecimiento.

Como facilitadora, reconozco en este cuento, otra forma de expresión, de creación, de reconocimiento del proceso grupal como profundización de la Identidad individual-colectiva. Al mismo tiempo, pude encontrar definido “aquel perfil-misión” del/a facilitador/a de Biodanza que me desafía a seguir cuidando mi propio proceso existencial-profesional y a valorar el espacio del grupo semanal como lugar de desenvolvimiento del “don-compromiso” de ser facilitadora.

Los invito a sentarse en aquel lugar de la infancia, mágico, sutil, sensible, del tiempo no apurado, mítico y escuchar este Cuento de Biodanza:

“Tren de las hadas madrinas”

En el país de las Cinco Maravillas formado por las Cinco Potencialidades, el Tren era el único medio de transporte que usaban para comunicarse entre ellas. Cierta día,

exactamente un miércoles, el Hada Mónica preocupada por llegar a tiempo a su trabajo, sin darse cuenta subió al tren de las brujas.

Sorprendida la maquinista que era la ñoña Ana María, le preguntó:

-¿No leíste el cartel? Porque este no es tu tren.

Pero ella con su característica firmeza llena de dulzura, le pidió:

-Por favor llévame por estas vías que debo llegar a tiempo para dictar mis clases de alegría.

Algo molesta, la ñoña igual accedió a su pedido y luego de entablar una linda conversación, Mónica la sorprendió diciendo:

-¿Qué deseas pedir a Papá Noel durante la cercanía de esta Navidad?

-Lo que le pido cada año durante la Nochebuena, pero él no me escucha ni me da señal alguna.

-¿Qué cosa es?

-Que estas brujas se conviertan en Hadas como tú y dejen de vivir enredadas de miedos.

Si esto ocurre, éste será el tren de la simpatía y transportará amor y más amor por estas vías.

Y sin decir palabra, Mónica pensó:

A mi juego me llamaron porque me especializo en ayudar a las personas alegrando sus vidas.

Y con la ayuda de su varita mágica llegó al primer vagón ocupado por seis brujas que horrorizadas querían hechizarla pero sin dudarlo las fue convirtiendo en Hadas Madrinas.

A ANA: en el hada Madrina de la sabiduría para que la siga derramando desinteresadamente a quien encuentre en su vida.

A CARLA: en el hada Madrina de la belleza porque es lo que habita en su interior y tanto falta en nuestro alrededor.

A BLANCA: en el hada Madrina de las mamás porque al ser una Madraza con su ejemplo puede enseñar a los demás.

A CHIQUI: en el hada Madrina de la humildad para que contagie y la imite la humanidad.

A SUSANA: en el hada Madrina del amor para que lo siga regalando siempre con mucha bondad.

A GABRIELA: en el hada Madrina de la protección para que no deje de ayudar a quien lo necesita con su actitud de Servicio hacia los demás.

Nuevamente tocando su varita pasó al segundo vagón, donde las brujas la amenazaban con sus escobas llenas de miedos; pero igual las convirtió en otras Hadas Madrinas.

A GRACIELA: en el hada Madrina de la Alegría porque todo lo que llega a su vida lo soporta, lo supera y lo transforma en alegría.

A CRISTINA: en el hada madrina de la finura y delicadeza para que nos enseñe a los que vivimos en estos días.

A LILIANA: en el hada Madrina de la solidaridad porque es lo que practica y va dejando en el transcurso de su vida.

A BETY: en el hada Madrina de la sensibilidad para que con su palabra sensibilice y emocione a cada una de las personas que la acompañan cada día.

Y por último:

A AMALIA: en el hada Madrina de la sonrisa para que cada miércoles con su dulce sonrisa y grata compañía siga iluminando nuestras clases de bailar la vida.

Cuando el tren concluyó su recorrido, Mónica desapareció como por obra de Magia diciendo:

-¡Misión cumplida!

Y la ñoña Ana María, no saliendo de su asombro, observaba cómo bajaban de su tren once Bellas Hadas Madrinas, llenas de colores y sonrisas.

Pasados unos minutos vio que las escobas embrujadas que ellas tenían, una a una, se convertían en Mariposas que se escapaban por las ventanillas gozando de la libertad.

Y mirando hacia un lado y otro lado, no dejaba de dar gracias al Hada porque su generosidad y escucha habían hecho realidad su gran deseo.

Actualmente, cada miércoles, el mismo tren corre por las mismas vías a gran velocidad transportando a Mónica y a las nuevas pasajeras, ansiosas por llegar a la clase de Biodanza para bailar y alegrar sus vidas.

Ana María Ermina. Julio 2017.

Algunas resonancias vivenciales escritas durante la semana por algunas integrantes del grupo:

“Este cuento de Ana a mi me resonó de varias maneras, como si fuera una gota de agua que cae en un lago que toca profundo donde cae, pero se va expandiendo en forma circular por una superficie mayor que el tamaño de la gota misma. Y digo esto porque al escucharlo sentí una enorme sensación de gratitud hacia Ana, que con su ojo artístico y

sensible nos fue regalando en forma de palabras, abrigo esperanzador y una balsámica melodía con su voz, al leerlo. La sensación de sentirnos más unidas como grupo y como seres humanos que somos. Si tenemos: Amor, Alegría, Sabiduría, Sensibilidad, Humildad, el don de la Sonrisa, La Belleza Interior.... Esto habla que vamos por buen camino.... También sentí esa sensación de volver a la infancia escuchando atenta un cuento por quien fue mi “Señorita” de 4to grado. Gratitud, contención, abrigo, alegría, ganas de seguir confiando en el grupo, en la danza y por sobre todas las cosas en la Vida”. (Carla).

Un día tuve la suerte de conocer un “Hada madrina” que me contó de una nueva experiencia, y con incertidumbres, sin muchas ilusiones, me sumé a su grupo, me subí al tren.

Entre viaje y viaje se comenzó a tejer hilos invisibles, que me unía al resto de las “brujas”; si, un grupo de personas que me abrieron sus brazos y corazones. Los hilos se fueron fortaleciendo, flexibles, pero fuertes, persistentes en el tiempo y espacio.

En mi interior, muy pero muy despacito se iban moviendo, chocando, enfrentando distintos sentimientos, los miedos comenzaron a suavizarse, y mis pasos más fuertes, seguros, con la certeza de que si piso mal, uno de los hilos invisibles me va a sostener.

“El tren de la biodanza” me ayuda cada miércoles a fortalecer los vínculos, no solo grupales sino personales. Logré, o estoy logrando, dar un paso sin miedo a caer, a saltar al vacío con la firme convicción de que voy a poder flotar, hasta llegar a tierra firme. De que ante alguna dificultad siempre hay en un rincón una canción, un movimiento, una mano, un abrazo firme que me muestra un millón de posibilidades para seguir.

Un hermoso cuento me demostró que nos vamos haciendo transparente ante los demás sin miedos a ser juzgadas y/o criticadas. Que nos mostramos tal cual somos.

Cuando una cambia desde su interior, se trasmite, se irradia; hace una pequeña cadena con la gente que está a su alrededor. En mi caso personal se transformó en el trato con mis hijos, madre y amigos. (Graciela)

Biodanza es liberación de emociones a través del movimiento que genera mucha alegría, mucha paz, mucho bienestar. Es alegría y felicidad. El trabajo grupal ayuda a establecer vínculos fuertes y de confianza dejando las inhibiciones de lado. La práctica de ésta técnica es muy beneficiosa para el crecimiento personal. (Chiqui)

Cuando Mónica nos invitó a escribir qué significa Biodanza para nosotras, me quedé pensando....y me di cuenta que en realidad sigo sin saber muy bien qué hago yo en Biodanza, mis compañeras actúan en disciplinas basadas en las ciencias sociales, y yo soy contadora, lo que me lleva a ser una persona práctica y estructurada, donde 2 + 2 es 4 y no hay vuelta. Y después de 5 años de hacer Biodanza me di cuenta que no es así, en Biodanza nunca 2 + 2 son 4. Solo sé que me ayuda a ser YO, y sin dejar de pensar en los demás, aprendí a darme mi lugar y que los demás lo respeten. Agradezco al grupo que es fantástico y al HADA MONICA que supo sacar a cada una de nosotras el Hada que llevamos adentro y no nos damos cuenta. (Blanca)

Y colorín colorado este cuento ha terminado... pero adentro nuestro otras realidades nos van hablando...

El cuerpo de las palabras (De porqué estamos hechos de ellas)

Poly Fernández

*La existencia, en tanto humana, no puede ser muda,
silenciosa, ni nutrirse de palabras falsas,
sino de palabras verdaderas con las cuales
los hombres transforman el mundo.
Existir humanamente, es pronunciar
el mundo, transformarlo.*
Paulo Freire, 2005.

Hay artículos de fondo. Otros de frente... Algunos de costado... Artículos de lujo, de deportes, de consumo...

El que sigue es un inclasificable. Lo que sería decir tal vez no es un artículo.

Sería un *aporte*, una *inquietud*, un *hipo de curiosidad*, aproximar un placer casi extático que me produce el descubrimiento de la exquisitez del origen de algunas palabras. Es una alegría inexplicable.

Las causas como principios organizadores se me han revelado entusiastamente atractivas. De dónde viene?... ha sido una pregunta contumaz.

En este devenir llegamos al horizonte de la ETIMOLOGIA en relación a nuestro lenguaje. En una suerte

de filología doméstica comparto algunos descubrimientos -algunos más previsibles que otros-.

La poética del encuentro humano

Circulan palabras específicas en nuestro campo... *ENCUENTRO* por ejemplo.

En ocasión de nuestro *ENCUENTRO* de CIELO y TIERRA (XV Latinoamericano 2014, Regional Sur, en mi MENDOZA) visité la etimología de "nuestra" palabra. Y encontré! Luego seguí encontrando, a lo largo de todo este tiempo.

Etimología de *ENCUENTRO*. Encontrar = del latín *in contra*. En contra! Salir al encuentro. Encontronazo.

Acepción a) Oposición. Pelea. Contienda. Discusión. Contradicción. Discordancia. Desacuerdo. Choque.

Acepción b) Acordar. Encontrarse en un punto. Reunión o entrevista. Hallazgo. Descubrimiento. Coincidencia.

La misma palabra, exactamente los dos significados. Uno y su opuesto. Hay algún tránsito que hacer, algún puente que tender para comprender. Convivencia

Es tiempo para vos...

Manantial Espacio Biocéntrico



- *Reiki
- *Yoga
- *Biodanza
- *Reflexología
- *Masaje Tailandés
- *Taichi-Chi Kung
- *Escuela de Formación en Biodanza**

Propuesta para niños, jóvenes adolescentes y adultos



Manantial
Espacio Biocéntrico
Donde la expresión gesta tu armonía

 Manuel Puebla 1174
Atrás del Hospital
Río Cuarto

Responsable: Prof. Rosana Daniele
manantial.eb@gmail.com
0358- 154379468

contradictoria aparente. Casi un conflicto.

Etimología de CONFLICTO: proviene del latín *conflictus*: chocar contra, lucha, colisión, disputa.

Volvemos casi circularmente a la primera acepción de Encuentro.

De estos devaneos podemos asumir algunos caminos.

La POETICA del ENCUENTRO no deja afuera el CONFLICTO, lo contiene.

Esto por si acaso en algún giro caprichoso, sea posible sostener que los encuentros humanos, por más poéticos que fueran, no contengan conflictos –aún latentemente-. En nuestro movimiento también. Biodanza...la danza de la vida...humana.

De cómo podemos CUIDAR que... el agua no llegue al río (dice el refrán preventivo)

Comparto un descubrimiento: origen del vocablo CUIDAR. Por favor leer atentamente.

Cuando se busca en el diccionario, CUIDAR significa: poner interés y atención en la ejecución de una acción. Diligencia, prontitud, esmero con que se hace algo.

Viene del Latín *Coidar* y éste... de **Cogitare: pensar, reflexionar, meditar** sobre algo.

COGITARE: el prefijo CO significa *acción conjunta o global* y AGITARE: agitar, poner en movimiento, darle vueltas a las cosas... A su vez AGITARE es frecuentativo de: AGERE: llevar adelante, conducir, hacer avanzar.

Es decir!...: CUIDAR significa, pensar, reflexionar, poner en movimiento, conducir. Cuidar significaría algo así como PENSAR y HACER en una misma dirección. O sea... no podríamos cuidar sin pensar y estar atentos y diligentes ... Cuidar ...

Y en ese camino de indagación de los orígenes hay más.

COGITATUS: Interés reflexivo que uno pone en algo.

En los diccionarios etimológicos nos guían sus autores en comprender cómo se fueron formando las palabras e incorporándose a los lenguajes... (cómo fueron tomando cuerpo)... En el consultado nos orientan...

COGITATUS: Quitar la G intervocálica y convertir las T intervocáticas en D. (Parece ser un procedimiento realizado en las lenguas romances...)

=

CO-I-DADUS

Y siguen estos testigos y protagonistas de la historias de la lengua.

CUIDAR: Verbo activo transitivo.

O sea, activo = no pasivo. Quien cuida no puede ser PASIVO.

Y Transitivo. Transitan desde el *actor al objeto*.

Se trata de poner plena dedicación, diligencia, presteza, prontitud, solicitud, atención y rapidez en la realización de algo con otro (o con algo).

Esos verbos están *incompletos* en sí mismos, dice la gramática. Hace falta un OBJETO DIRECTO o COMPLEMENTO DIRECTO, para que se realicen. Inevitable pensar en nuestras consignas de Biodanza y sus propuestas de cuidado, a sí mismo, al otro, a lo que nos

rodea! Los verbos, por naturaleza, INTRANSITIVOS, como VIVIR, JUGAR, DORMIR... no necesitan un objeto directo en la oración, explícito o implícito, para existir. Pero CUIDAR es transitivo: para CUIDAR hace falta un complemento, un *objeto* sobre el cual aplicar el interés, la diligencia, la atención.

Es decir: CUIDAR no es narcisista, no es un soliloquio, no es en soledad ...

Sinónimos de CUIDAR: Amparar, resguardar, proteger, conservar, atender. Reflexionar, razonar, pensar, meditar, preservar, velar.

Todos sinónimos que nos atañen como Biodanzantes.

Un CUIDADO especial

Un modo especialmente poderoso del CUIDADO es el AGRADECIMIENTO.

Primera cosa: las GRACIAS SE DAN. Es una entrega. Es como DONAR algo, desde un lugar que reúne lo que siento con lo que pienso y si lo digo, con el acto de hablar. Es un punto de llegada en un camino a veces pedregoso, a veces maravilloso, a veces muy difícil.

El vocablo en latín es muy antiguo. Viene de CRATIA (cuando aún no se había inventado al G!) Viene del latín GRACIA. Honra o alabanza que sin más se tributa a otro.

Se relaciona con una amplísima familia de vocablos de los cuales forma parte, como congratulación, gratificación, gracioso. En estas acepciones está vinculado a la ALEGRIA COMPARTIDA y a la FELICITACION, dicen los diccionarios.

Y en griego el vocablo se asocia a CARITAS (gracia, belleza, hermosura, donaire) que conforma la palabra CARICIAS.

Podemos concluir... dar las gracias, agradecer, es una forma de la caricia. La caricia una forma del cuidado. Y el cuidado un puente hacia el encuentro.

Conclusión de lo más arbitraria, o no tanto

Un encuentro humano, por etimología, contiene el conflicto.

Para abordar la prevención de los conflictos esperables, poner en acto toda la posibilidad del cuidar, del cuidado.

Una de las posibilidades más fértiles del cuidado es el agradecimiento.

Y finalmente. Nuestra lengua castellana, se ha ido conformando, ha ido tomando cuerpo a lo largo de los siglos, y ha ido a la vez dando estructura a nuestro cerebro, a nuestra piel, a nuestras tripas. Ha ido dándonos cuerpo, para que cada uno haga con ellas lo que quiera ... O lo que pueda.

Hace un tiempo largo que pienso que a la Biodanza hay que cuidarla de las palabras. Pero de esas que en el epígrafe cito con Paulo Freire: hay que cuidarla de las palabras falsas, las palabras pomposas, de las palabras vacías.

Hasta aquí un pequeño aporte de sentido a nuestras más caras palabras:

ENCUENTRO, CUIDAR, GRACIAS.

La Biblioteca Virtual de Biodanza en español



Biodanza Hoy
La Biblioteca Virtual de Biodanza en Español

Ximena País Muñoz y Cristián Soto Carvajal

“Por ahí pasa la escalera espiral, que se abisma y se eleva hacia lo remoto. En el zaguán hay un espejo, que fielmente duplica las apariencias. Los hombres suelen inferir de ese espejo que la Biblioteca no es infinita (si lo fuera realmente ¿a qué esa duplicación ilusoria?); yo prefiero soñar que las superficies bruñidas figuran y prometen el infinito... La luz procede de unas frutas esféricas que llevan el nombre de lámparas. Hay dos en cada hexágono: transversales. La luz que emiten es insuficiente, incesante.

Jorge Luis Borges. *La Biblioteca de Babel*, 1941.

En el año 2010 y finalizando la formación de Biodanza en la Escuela Modelo de Biodanza Rolando Toro-Santiago de Chile, Ximena País sintió la necesidad de recopilar y organizar la información sobre Biodanza para compartirla. No le era fácil conseguirla –para ella ni para nadie– cada vez que había que realizar un trabajo en la Escuela o hacer alguna referencia a algún aspecto específico del Sistema. Había pues una razón en la necesidad y en la siempre escasa disponibilidad de la información. Pero también había otra que tenía que ver con la pasión que sentía por su profesión de Bibliotecaria, que paulatinamente se fue encontrando con su pasión por la Biodanza. Es así como nació **Biodanza Hoy**, primero como un blog y más tarde, en el año 2012, como un sitio web. (www.biodanzahoy.cl)

La tarea en un principio era relativamente simple. Recopilar y organizar la información que circulaba de Biodanza para ponerla a disposición de todas y todos. Pero pareciera que un oficio tan antiguo como el de catalogar volúmenes, enfrentado a un cuerpo de conocimiento que trata y trabaja con una actividad humana aún más antigua, hace brotar tanto en sus hacedores como en quienes hacen uso de ella, un carácter atávico y, pareciera ser, inevitable. “Ordenadores del universo” decían los sumerios de sus

catalogadores y bibliotecarios, designación que impone desde ya una tarea imposible e infinita, pero que se hace cada vez más necesaria en tanto la Biodanza se va constituyendo en una práctica cada vez más urgente y que al mismo tiempo emerge la necesidad de hacerla dialogar con otras disciplinas.

Primero fueron, tímidamente, algunas monografías de titulación. En la medida que se fue corriendo la voz las monografías aumentaron y se fueron incorporando fichas bibliográficas tanto de los libros de Rolando Toro Araneda como de otros autores, y revistas entre las que por supuesto está la Revista Argentina de Biodanza, todo ello en formato digital y de acceso libre y gratuito. Fue así que en la confluencia entre las demandas de los usuarios y las voluntades de quienes quieren compartir sus descubrimientos y reflexiones, este proyecto se fue consolidando sin buscar nunca a priori la biblioteca como tal.

Hace dos años atrás sin embargo, al reflexionar sobre el trabajo realizado, caímos en la cuenta que habíamos ido construyendo una **Biblioteca Virtual**, y la toma de conciencia de ese hecho nos llevó también a reflexionar en torno a qué era lo que nos motivaba y cuál era nuestra visión sobre lo que hacíamos. Y vimos que habíamos adoptado una actitud ética frente a esta tarea autoimpuesta, que partía de algunos convencimientos previos. Que si somos coherentes con un enfoque biocéntrico sobre la Biodanza y su práctica, esto implica necesariamente considerarla como un patrimonio colectivo, toda vez que en la misma génesis de este sistema está el sueño de una humanidad más plena e integrada. Que por lo tanto la información y conocimientos que se generan hoy en torno al Sistema Biodanza –creado por Rolando Toro Araneda y desarrollado en conjunto con un sinnúmero de colaboradoras y colaboradores– debe circular libremente en la medida que sus respectivos autores deseen y permitan esa difusión. Que compartir conocimientos sin que pongamos de por medio una

Toro blanco

Huella innombrable del Toro blanco
Rolando Toro dejando huellas
en el corazón de la piel humana
en los fantasmas vivientes del inconsciente colectivo
Me sumergí en los abismos de la luz
en el misterio de lo vivo
atravesando las puertas de tu piel
corriendo por tus venas
con el anhelo de rescatar tus alas de ángel
como un río bravío tus sombras latigaban cadenas
nos quisieron enmudecer

Implacablemente
desenterramos las moléculas del desamparo
fusionamos nuestros corazones
con las entrañas de latinoamerica profunda
con la fuerza de la comunidad humana
con el tridente de Poseidón
y la voracidad de las mareas
todos juntos dimos a luz
parimos en la negrura de las tinieblas
nuevos ojos de inocencia y ternura
alborados y amanecidos
nos alcanzaron en inéditas miradas
cuerpos aterciopelados, pieles desnudas
y así, medio endebles e inocentes
una manta hecha del hilo de ariadna
nos tomó en sus brazos
acobijo el mecimiento de la ronda trival
caminamos entre las estrellas y la muerte
ascendiendo todos a la luz
como un mismo núcleo de polvo de estrellas
una sola molécula de vida, un mismo pulso
un solo corazón
Tocamos la luna nueva
Besamos el cosmos
Y volvimos renacidos
de la antigua Creta y sus ruinas
la alquimia grita fuerte el anhelo de un mundo hecho
de jazmines
no derramaremos ni una sola gota de este nuevo
elixir
Prometeo
Abriremos nuevas puertas del laberinto de la
existencia
tal vez este sea un lugar alado donde vivir
puertas que se cierran, puertas que se abren
navigaremos en el recelo
hoy y siempre
en la incertidumbre y el misterio
donde yace la vida...

Cony Bisio

(Inspirado en las vivencias del Proyecto Minotauro)

transacción económica, también es una forma necesaria de conectarnos.

Para organizar la información que recibimos, realizamos un trabajo bibliotecológico que implica un proceso sobre los documentos tendientes a adaptarlos a un formato amigable para su visualización, pero sobre todo la incorporación de elementos que faciliten la posterior búsqueda y difusión del pensamiento de l@s autor@s. Para esto es que se extraen metadatos de los textos (palabras clave), y se protegen los derechos de autor con licencia Creative Commons Atribución-No Comercial-Compartirigual (Código BY-NC-SA). Esta apuesta por realizar un trabajo profesional sobre los documentos, no cobrar ni por publicación ni por consulta y evitar (hasta ahora) la venta de publicidad, nos enfrenta necesariamente a las consabidas dificultades de financiamiento de este trabajo. En la actualidad, **Biodanza Hoy** ha sido un emprendimiento autogestionado financiado íntegramente, gracias al trabajo de Biodanza que Ximena País realiza como Profesora Didacta. Por otra parte las visitas y consultas tanto al sitio como a nuestra fan page de Facebook han ido aumentando con el tiempo, y es así como los Biodanzantes se han motivado a enviarnos sus monografías de titulación no sólo en español, sino que también en portugués, inglés y francés. Como resultado de esto tenemos más de 50 monografías a la espera de ser publicadas, así como también un sostenido aumento de la demanda por información de referencia, tanto de los contenidos teóricos del Sistema como de actividades de formación.

Lo bello de todo esto es que lo único permanente es el cambio. A mediados de este año un grupo de amigas y amigos Biodanzantes aceptaron nuestra invitación a formar una Corporación Sin Fines de Lucro a la que llamamos **“Biodanza para Tod@s”**, cuya finalidad es realizar tareas destinadas al fomento y desarrollo de la **Acción Social en Biodanza** a través de proyectos de distinto tipo, trabajando en conjunto con **Biodanza Hoy** a fin de nutrirnos de distintas visiones, ideas y estrategias para trascender el espacio virtual de las redes sociales.

Porque, tal como apuntara Borges, la luz que emiten las lámparas de la Biblioteca es insuficiente. Y por eso mismo, podemos agregar, precisamos recorrer en compañía de otros, este laberinto que propone la gestión del conocimiento. Y es que en la Biblioteca se dan cita todas las posibilidades imaginativas de sus creadores, haciéndola infinita, multiplicando las verdades que al revelarse –cual minotauro– nos liberan de una única verdad estática.

Y es que vemos a la Biodanza como un cuerpo de conocimiento vivo, latente, emergente y, en consecuencia, en inevitable evolución y crecimiento. Y nos gustaría extender la invitación a mirarlo de esa forma, a contribuir a ese fortalecimiento con reflexiones, enfoques, visiones, relaciones con otras áreas del saber; para que hagamos crecer este movimiento, y contribuyamos a su expansión, inventando los modos de hacerlo llegar a donde la limitada visión que predomina en la economía impide que llegue.

La Danza del Facilitador

Adriana Laborda Orte

Hablar de mi proceso de Biodanza es hablar de un proceso evolutivo donde reaprendí mucho la afectividad. La curiosidad y la intuición me llevaron a una clase abierta hace años. Recuerdo la sensación de estar en casa, de que algo con lo que yo soñaba, algo que imaginaba que podría ocurrir, realmente sucedía: rondas, abrazos, sonrisas, calificación positiva y comunicación desde la palabra sentida. Alguien había concretado en una práctica algo que yo imaginaba, desde la utopía, un modo de vida. Alguien se había animado a hacerlo realidad. Y eso se llama Biodanza, y yo lo estaba descubriendo. El año siguiente comencé mi primer año en la escuela para formarme como facilitadora. Desde el primer día supe, con esa certeza que solo da la intuición, que quería ser facilitadora. Mi deseo era facilitar procesos y acompañar a un grupo en la expresión y el desarrollo de sus potencialidades. ¡Qué privilegio poder acompañar procesos desde el amor! Creo que ya no somos los mismos antes y después de dar nuestra primera clase de Biodanza, a partir de ahí nuestra identidad se modifica para siempre. Sabemos que nuestra identidad se revela en presencia del otro y se transforma constantemente. Ser facilitadora para mí fue uno de los nacimientos más maravillosos de toda mi vida y es el regalo que recibo y expando, fruto de todo este proceso. Es sobre este rol que me ocupo en este artículo. De modo que dedico estas palabras a esos “nosotros” que semana a semana elegimos llevar adelante esta preciosa y difícil tarea de facilitar un grupo de Biodanza, buscando exponer la necesidad de dirigir la mirada hacia un trabajo personal que nos permita darnos cuenta de donde estamos parados y por ende, qué estamos ofreciendo al grupo. Invito al cuestionamiento, a la duda, a la consulta, a la supervisión, a la humildad, a asumir la necesidad de acompañamiento y trabajar en equipo, para que esta red que es la Biodanza, también nos nutra como facilitadores en nuestra labor.

Así como la danza, la música, la emoción y el grupo son elementos necesarios en que se apoya Biodanza, la figura del facilitador también lo es. Titulé mi monografía: “la danza del facilitador”. “La danza no es sólo un arte, es un modo de vivir, un modo de existir”, dice Patricia Stokoe. Como la concebimos en Biodanza, es movimiento integrado pleno de sentido. Es, por lo tanto, un modo de ser en el mundo. Y el movimiento pleno de sentido del facilitador está intensamente expuesto en cada clase. ¿Cuál es la danza del facilitador? Creo que el grupo y el propio proceso de facilitación suponen danzar un misterio constante, que a su vez es el vehículo para seguir construyendo y acompañando el proceso del grupo. Ahora bien, también tenemos brújulas: una de ellas es la empatía; otra, la responsabilidad. Desde la mirada de la Biodanza la empatía es la base de la afectividad. Si podemos mirar y ver al otro, ponernos en su lugar, vivenciando lo más posible su modo de estar en el mundo, podemos habilitarlo existencialmente. Hace poco, una amiga muy querida me brindó una hermosa definición que comparto aquí: “Empatía es la habilidad de sumergirte en el mar emocional del otro, sin ahogarte en él”. Por eso es

fundamental trabajar en la propia identidad para poder empatizar. Dice Myrthes Gonzalez: “*El ser humano es capaz de vincularse y ser empático, comprender y alimentar afectivamente a otro ser humano. Lo interesante es que las personas que tienen desarrollada esa capacidad también están disponibles a recibir el alimento esencial del amor. Este intercambio no se da en términos egóicos de control, sino en un fluir natural de la presencia en el mundo*”. Considero que desarrollar la empatía, también es desarrollar el amor. En palabras de Rolando Toro, “*la formación del profesor de Biodanza consiste esencialmente en descubrir una misión, transmitir el estado de gracia, mostrar nuevos caminos para ejercer el amor y despertar la conciencia*”. ¿Qué herramientas se le brindan al facilitador de Biodanza para lograr esto? ¿Dónde puede buscar estos recursos?

Una de las preguntas que me hice al comenzar mi monografía es: ¿Qué se me mueve internamente al facilitar? Producto de una reflexión senti-pensante, surgieron estas palabras: entusiasmo, miedo, autoexigencia, agradecimiento por la entrega y la confianza de los participantes hacia mi facilitación, dudas, amor, gratitud, entrega, cercanía, disponibilidad, deseo de cuidar, empatía. En Biodanza escuchamos hablar de la importancia de facilitar, de la

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



hermosa y delicada tarea de trabajar con personas, pero no escuchamos tanto nombrar las dificultades que nos acontecen a los facilitadores en nuestra labor. ¿Qué hace el facilitador con todo lo que siente? Me parece fundamental que los facilitadores podamos mirar adentro nuestro, hacer contacto con lo que nos pasa y que nos animemos a trabajarnos y procurar no “condicionar” con nuestras creencias, opiniones y dolores a los alumnos. El proceso de un grupo de Biodanza es un proceso de vinculación y como facilitadores vivimos en la piel ese proceso. Por lo tanto es inevitable que muchas de las acciones de los alumnos nos afecten. ¿Qué hacemos con eso? Lo dejamos pasar y continuamos con nuestra labor, podemos culparnos y pensar que es exclusivamente nuestra responsabilidad o podemos mirarlo, mirarnos y, acreditando nuestra emoción, tratar de elaborarla afuera del grupo, y presentarnos lo más livianos posibles para abordar lo que sea que acontezca. ¿Cómo podemos gestionar todo eso que sentimos para no depositar en el grupo, casi siempre inconscientemente, nuestras dificultades? Creo que el primer paso es asumir que esto nos pasa, y que el grupo no es el espacio ni para depositarlo, ni mucho menos para “resolverlo”.

Sabemos que Biodanza no es una terapia, no pretende serlo, tiene otros objetivos y otra metodología. Sin embargo, tiene indudablemente efectos terapéuticos y un gran alcance porque opera en niveles muy profundos. Biodanza trabaja desde la parte sana de las personas; a diferencia de muchas otras disciplinas terapéuticas no se centra en el síntoma, y creo que esto implica una mirada revolucionaria que plantea un nuevo modo de concebir al desarrollo humano. Ahora bien, considero que centrarse en la parte sana no implica negar “la sombra” y hacer que este sistema se convierta en un camino idealizado de color de rosa, ya que danzar la vida implica conectarnos con todo tipo de emociones, a veces agradables y a veces no tanto. Decía Rolando: *“En Biodanza no se pretende combatir la tristeza, sino aumentar la alegría”*. Y eso es importante que lo apliquemos tanto en el grupo, como en nosotros mismos. Si en el afán de conectarnos con los potenciales de lo humano negamos nuestros aspectos más sombríos, corremos el riesgo de que no se produzca la integración. Rilke escribió: *“Temo que si me quitan mis demonios se puedan morir mis ángeles”*. La vida es hermosa, sí; y a veces también dolorosa. Poder danzar con autenticidad y permiso nuestro dolor cuando estamos conectados con él es necesario para que emerja todo nuestro potencial y así poder florecer nuevamente. Transitar un sentimiento base de bienestar donde circulen liviana y fluidamente todo tipo de emociones. ¿Qué tan conscientes

somos de nuestras propias emociones cuando nos plantamos frente a un grupo? ¿Qué sucede en ese vínculo entre el grupo y el facilitador? Mi deseo es que estas palabras sean un aporte a la conciencia de los facilitadores, que, como seres humanos, tenemos la preciosa y delicada tarea de acompañar procesos. Que se abra el deseo de hacer contacto con nosotros mismos y bucear en las profundidades de nuestra existencia, para que el vínculo único con cada participante esté lo más limpio posible y estos no sean el objeto de nuestras proyecciones. Mi propuesta es hacer visible la realidad de que el facilitador experimenta innumerables emociones dentro del grupo y, si no tiene cuidado, esas emociones pueden depositarse en sus miembros, responsabilizando a los alumnos de algo que no les corresponde.

Podríamos hablar de “las dos danzas del facilitador”. Cada semana en cada clase danzamos nuestra danza externa. Es la que mostramos, la que brindamos al grupo desde el acompañamiento, proponiendo la expresión en el relato de

vivencia desde la palabra sentida, elaborando cada clase eligiendo con cuidado las danzas y las músicas, ofreciendo las consignas con la poética de nuestro ser y permitiendo, con todo esto, que los alumnos puedan expresar sus emociones y florecer. Esta es una danza consciente, donde ponemos nuestra intención en el cuidado y el afecto, ojalá con amor, respeto y conciencia. Al mismo tiempo existe otra danza, no tan visible, una danza interna, entre bastidores, piel para adentro, que es la que danzamos involuntariamente con todos nuestros miedos, nuestras dudas y cuestionamientos. Tiene que ver con todo lo que nos acontece al realizar nuestra labor, y al igual que la danza externa, forma parte de la vivencia

completa del facilitador. Mi propuesta es sacar a la luz esa danza, invitarla a dar sus primeros pasos y a que emerja de la sombra; no para ofrecerla en el grupo, sino para integrarla amorosamente como algo natural que nos pertenece. Poner luz a esos aspectos nuestros ocultos, quizá más vulnerables, fruto de la cantidad innumerable de emociones que nos atraviesan al facilitar un grupo. ¿Quién no se ha sentido expuesto, con dudas, con inseguridad de haber dado la consigna de tal o cual manera, con la forma en que coordinó un relato de vivencia? Todos nuestros aspectos integrados participan juntos en una existencia plena. Reconocernos sin rechazar aquello que no nos gusta de nosotros, sin enjuiciarnos y sin proyectar, es una primera manera de integrarnos y aceptarnos compasivamente.

¿Qué ocurre si no nos ocupamos de nuestra danza interna? Inevitablemente se va a filtrar en el grupo, ya que generaremos acciones inconscientes por donde aparezca.



*Reconocernos
sin rechazar
aquello que
no nos gusta de
nosotros, sin
enjuiciarnos y sin
proyectar, es una
primera manera de
integrarnos y
aceptarnos
compasivamente.*



Una manera de hacer trabajo personal, a mi modo de ver necesaria, es disponer de un espacio terapéutico donde poder bucear en nuestro interior. Los facilitadores trabajamos con personas que en cada clase abren su corazón, por eso considero necesario un trabajo profundo antes que nada con nosotros mismos. Por otro lado, también me parece fundamental que continuemos danzando en un grupo regular, donde podamos desarrollar nuestro proceso en una base segura de pertenencia. Y además, un tercer factor muy importante es la resonancia con otros facilitadores. Es clave generar espacios de encuentro entre pares, porque es son ellos con las únicas personas con quienes es posible desplegar una total empatía desde la vivencia, en un espacio de contención y apoyo mutuo, donde compartir las vivencias del proceso de facilitación. Es con ellos con quienes podemos danzar nuestra danza interna.

Durante el proceso de formación, la escuela de Biodanza proporciona un permanente acompañamiento y contención. En cada maratona se produce el encuentro humano en un marco afectivo pleno de ecofactores positivos, que permite que emerja todo el potencial creativo de los alumnos, futuros facilitadores. ¿Qué ocurre cuando finaliza el proceso de formación? El mundo nos espera, se nos presenta una enorme hoja en blanco llena de posibilidades. ¿Cómo encarar esta nueva identidad, soltando la base segura de la escuela? Una forma puede ser generando una nueva base segura en nuestros colegas. Los facilitadores podemos ser ecofactores positivos entre nosotros. Es natural que aparezca el miedo frente a la nueva situación de facilitar un grupo. Lo que ocurre es que cuando tenemos miedo nos desvitalizamos y si esto aumenta, nuestra identidad se puede debilitar. En

Biodanza sabemos que nuestra salud depende, entre otras cosas, de las relaciones afectivas, que necesitamos del cuidado para desarrollarnos y que la afectividad es la base estructurante de nuestro ser en el mundo y el vehículo para desarrollar todas nuestras potencialidades. Biodanza propone un camino de acceso e integración de la identidad. La manera que tenemos los facilitadores de continuar integrando nuestra identidad es compartiendo entre nosotros, entre los pares, tejiendo la red humana que somos. Apoyarnos y acompañarnos, generando un continente afectivo, creando así una base segura donde descansar y refugiarnos. Sabemos que lo que permite adquirir identidad es la matriz grupal. Y así como el grupo es esencial en el proceso de cambio de una persona y permite que su identidad se vaya revelando, los facilitadores tenemos la llave para poder expresar quienes somos: el encuentro con otros facilitadores. Es poner a danzar las neuronas espejo. Dice Martin Buber: *“En el encuentro, te encuentras”*. Nos invito a cocrear juntos, a habilitar y habitar espacios de reflexión amorosa. Que el acompañamiento amoroso y cotidiano entre nosotros como pares y nuestro trabajo personal sean el hilo de Ariadna que nos guíe por los misterios de las relaciones humanas y nos conduzca a facilitar procesos con amor, responsabilidad y conciencia.

(Extracto del trabajo de titulación de Adriana Laborda Orte “La Danza del Facilitador”)

¿Para qué hacer la formación en la Escuela de Biodanza?



Emilse Inés Pola

Escuela. Según el Breve Diccionario Etimológico de Corominas, la palabra escuela viene del latín schola, lección, escuela y éste del griego σχολή (scholé) ocio, tiempo libre; estudio, escuela... podríamos preguntarnos si los estudios no son justamente lo contrario del tiempo libre.

Los que formamos una Escuela de Biodanza, brindamos la posibilidad de compartir un fin de semana especial, único, de descanso, el del cuerpo presente, fuera del tiempo cotidiano, que permite descubrir otro tiempo, divertido, el del verdadero encuentro.

Más que la obtención pasiva de información, y escuchar a alguien que sabe, como son las carreras universitarias. Nuestras Escuelas son la incursión activa en el propio proceso de aprender y desarrollar la propia sabiduría.

Nuestro enfoque es de comprensión y estimulación amplia, para ayudar a despertar los potenciales vitales de cada integrante. Esto se vive en cada clase semanal, donde un facilitador ayuda a cada integrante con música-danza y situaciones de encuentro en grupo. Requisito esencial, para los que deseen hacer la formación.

Y aquí va apareciendo la respuesta de porqué hacer la formación en la Escuela de Biodanza.

Contemplamos los aspectos psicológicos del Inconsciente personal (S. Freud), Colectivo (G. Jung) y Vital-Numinoso (R. Toro) y hacemos foco en lo Pedagógico creativo, enseñar es despertar “la hermosa necesidad constante de aprender.”

Para que lo nuevo entre no solo por la razón. Si fuera así consideramos que es muy limitado.

Para descubrir lo nuevo, utilizamos la metodología de la

“vivencia integradora”. Aprender desde las emociones, el sentimiento de amor, el cuerpo sentido, que abre a la verdadera comprensión y conciencia de sabiduría.

Primero se siente en el cuerpo, o sea en todo el ser, y luego damos a nuestra mente información al respecto, una gestalt especial para darnos cuenta, crear aprendizaje, nuevas sinapsis cerebrales.

“Me di cuenta”, “caí en la verdad”, “se me prendió la lamparita”, “me cayeron todas las fichas”, “por fin soy sincero con migo mismo” son expresiones comunes en los relatos de vivencia en Biodanza. Si a esto le sumo una continua afirmación afectiva, en los encuentros durante tres años, como es el tiempo en la Escuela, lo nuevo se asentará, en cambio permanente.

Repetirse en el tiempo, para que sea adaptado como nuevo comportamiento de vida. Más ajustado a la salud, a la vida de relación, a la lógica viviente.

Dejar de rumiar pensamientos pesimistas, dejar la ansiedad, las formas tóxicas de movernos en la vida y entrar en un estado propio de bienestar cotidiano. Creer y crear lo que somos es la clave.

Nuestros conceptos teóricos brindados en un Programa Circular de Estudios, desde una experiencia internacional de 40 años ininterrumpida, lo demuestran. Apoyamos desde la teoría la integración, la evolución de cada ser.

Un Principio Biocéntrico desarrollado por La teoría de la Vivencia, las ciencias psico-neuro-endocrino-inmunológico. La Física, la Etología, la Biología, la Filosofía. El Arte. La Música. La Danza.

Aceptar la diversidad y la buena convivencia es activar todos estos campos de acción con sentido y significado, para

crear nuestro nido, nuestras relaciones, nuestro trabajo, nuestros espacios de divertimento.

En cada Escuela de la Argentina, igual que en las Escuelas del mundo, vibra el legado de Rolando Toro Araneda, el creador del sistema.

El derecho propio a ser feliz, un cambio de Paradigma en defensa absoluta de la trama de la Vida.

La felicidad, un concepto subjetivo e imposible de definir sin generar polémicas.

A Rolando Toro Araneda creador de este Sistema de integración humana, no le importó y afirmó con toda seguridad, que depende de la percepción del hombre del mundo.

Una sensibilidad de estar presente en la vida, lo simple, lo bello, lo esencial.

Los invitamos a entrar en las Escuelas de Biodanza, para ser capaces juntos de afirmar, primero tu vida amorosa y al mismo tiempo transformar algo del mundo.

El título, después de tres años nos invita a tomar este Principio que nos cuida para siempre, hayas hecho la carrera para ti y los tuyos, o desees contagiar esta forma amable de estar en la vida a otros, dando clase de Biodanza en el mundo, en tu tierra.

La Escuela de Biodanza ofrece ser facilitadores de lo que nos sucede, descubrir modos y acciones que nos hagan sentir muy bien y alegres en nuestras decisiones. Rehabilitar estrategias para sanar, como nos vinculamos.

Por lo tanto: ¿Vivir en amor, armonía y alegría, da felicidad, o es el estado de felicidad que trae amor, armonía y alegría?

Quizás...campos de resonancia de vibraciones altas, como amar, belleza, calidez, compasión, gratitud, alegría y felicidad, van creando un campo de vinculación mayor, una trama humana amorosa, como fuente de acción, capaz de ser facilitador para vivir en salud y mucho mejor!

Las relaciones amorosas mantienen a las personas más felices y saludables. Hacer el bien para los demás, se vincula a cuidar y valorar las relaciones con los otros, dando importancia a la calidad y a la cantidad de presencia.

Descubrir y hacer las cosas en las que uno mismo es bueno, es hacer las cosas en las que somos realmente buenos con mayor frecuencia y dejar de lado aquellas en las que nuestro desempeño no es el mejor, para aumentar la autoestima y nuestro propósito de vida. Siendo generosos con nuestras abundancias y dones.

Buscar el bien para uno mismo, se refiere a cuidar de nosotros en distintas áreas, como la salud, el buen uso del tiempo en el trabajo y el tiempo libre, la estabilidad económica y laboral, etc.

En Biodanza, con Música y Movimientos, vamos descubriendo estos modos, que nos ubican felizmente en hacer la vida más fácil y maravillosa.

Por eso y mucho más, te invitamos a inscribirte en las diferentes Escuelas de Biodanza del mundo.

La humanidad, cada corazón necesita Amor- Confianza- Armonía- Paz- Musicalidad, los facilitadores contagiamos eso!

Contacto

Rolando decía... *“todo cuerpo que no es acariciado empieza a morir y que encontrar los caminos para que todas las personas tengan acceso a las caricias, desde los niños a los ancianos, es la única revolución que tiene sentido”*

El contacto corporal, en especial la caricia, activa y refuerza nuestra identidad.

Conectarnos con nuestra propia ternura, con nuestra sensibilidad y erotismo es un viaje que se expresa con signos y señales ante diferentes estímulos.

Descubrir y descubrirnos en ritmos, texturas y temperaturas es una experiencia que despierta nuevas maneras de sentir. Darnos, para después dar a otros. Y aprender a recibir.

Gracias vida!

Por la posibilidad de sentir
y la alegría de dar,
por el regalo y la magia
de despertar cada día.

Por la belleza de las olas
por el caos
y los abismos.

Por mis danzas y mis lunas.

Por el descanso de entrar en mí,
de respirarme.

Por mi esencia
y mi existencia
de onduladas emociones.

Por mis cuevas subterráneas
el barro
la lluvia
el viento y los jardines.
Las estrellas
la savia
el aroma a pan
las ganas.

Por el amor
y los encuentros.

Por mi niña
mujer
amante
diosa
salvaje
hechicera.

Por cada aprendizaje
de instantes
infinitos.

Me renuevo
hoy
en rondas
de suave melodías.

Nieves Gastaldo

Extensión de Nechochamanismo



Sara Barnatán (Queca Wayra Nuna)

Esta extensión está **dirigida a facilitadores de Biodanza** y alumnos en fase de titulación.

Combina **"El Arte Ritual"** con la experiencia Vivencial en la Iniciación de cada arquetipo, relacionado con nuestra esencia humana, espíritu, mente, emoción y cuerpo físico, abarcando al Ser humano como unidad biológica de la conciencia cósmica y la memoria Universal. Donde cada integrante transitará su propia Iniciación revelándose la Luz interior en su despertar Espiritual, conectando con su Chaman Interior.

A través de la metodología del trabajo ritual, aprendemos formas no lingüísticas de transmitir la sabiduría ancestral **desde nuestra iniciación vivencial**. Esto está relacionado con la presencia, la vibración, la intuición y la transmutación energética a través de Ceremonias y Rituales. Entramos en el mundo de la psicomagia, aprendiendo a reconocer la simbología de los elementos y rituales de los arquetipos, animales de poder y vibraciones.

El Nechochamanismo es la fusión de la sabiduría iniciática de nuestros abuelos con las visiones terapéuticas de Oriente y Occidente. En el arte ritual se combinan técnicas terapéuticas actuales con prácticas Chamánicas iniciáticas en búsqueda de la expansión de conciencia con el objetivo de comprender el alma humana.

La articulación entre las técnicas, las prácticas espirituales y corporales, permite la posibilidad de entender la relación entre mente y materia/cuerpo y espíritu en la tradición académica occidental. Era bastante afín a las ideas de **Carl Jung**, principalmente en cuanto a los conceptos de **alma y de sombra**, ya que el chamán transmuta la energía de la densidad de la sombra a la luz de la conciencia.

Mircea Eliade (1907-1986) fue uno de los fundadores del estudio moderno de las religiones.

Caracterizó al chamanismo como la *técnica del éxtasis*, en el sentido de trance espiritual y al chamán como el gran maestro del alma humana. El chamán era un mago y un hombre medicina, que se curaba a sí mismo y efectuaba milagros; pero además de eso tenía otras funciones, caracterizándose también por tener un método propio y lograr entrar en estados de trance para canalizar el mensaje de los espíritus. El chamán dominaba sus espíritus, siendo únicamente vehículo de las entidades, convocándolos a través de la creencia y comunicándose sin por ello convertirse en instrumento de los mismos.

El **Principio Biocéntrico de Rolando Toro** y la espiritualidad no está afuera de nosotros, sino que está en el interior de cada uno. **La espiritualidad es la vida ritualizada**: significa dar sentido a lo que uno hace, buscando la evolución de la conciencia. Es la interacción del hombre con la tierra y con el Universo. La espiritualidad es entonces lograr ese equilibrio. Con lo cual es muy importante el cuidado con la palabra, hay que ser responsable y hacerse cargo de lo que uno dice, pues el sonido y el movimiento son vibraciones y transmiten información al cerebro. Los Q'eros hablan de la necesidad de interactuar con las cosas que nos rodean y dialogar, no solamente con las personas, sino también con las plantas, animales, piedras y objetos que conviven con nosotros, pues a partir del momento en que le dirigimos la palabra, le concedemos la existencia y entablamos una relación. Todo lo que hacemos o dejamos de hacer tiene que ir en consonancia con la tierra, con nuestro medio y nuestro sentir afectivo.

En Biodanza, ¿buscamos la Felicidad o la Plenitud?

Adrián Daniel García San Martín

Cuando hacemos Biodanza, ¿qué es lo que buscamos?, ¿qué es lo que nos impulsa a ir clase tras clase a tener la posibilidad de bailar juntos a otros, emocionarnos y sentir todo lo que vivimos en cada danza?

A esta pregunta simple, que tiene múltiples respuestas, quisiera darle hoy el sentido de cuál es el fin último de la Biodanza. Biodanza puede ser vista como una actividad para alcanzar la felicidad, y así se la muestra muchas veces cuando la difundimos. Y aquí viene mi pregunta: ¿Es ese su fin último? ¿Es Biodanza una actividad más que se suma a la ola de actividades dentro del marco de la psicología positiva? ¿O es algo más?

La felicidad hedónica

Es indudable que cuando comenzamos Biodanza aparece la alegría de vivir, comenzamos a superar miedos, disfrutamos más de la vida conectándonos con el goce, nos atrevemos a expresar nuestras emociones y sentimientos, nos comunicamos mejor y más amorosamente, etc., que en definitiva es expresar quienes somos. Hay un sinnúmero de vivencias únicas, extraordinarias que nos atraviesan, se escabullen de la sala del aula a nuestra vida en forma totalmente espontánea que nos llenan de felicidad.

Durante el desarrollo de la identidad a través de vivencia integradoras, hay una primera etapa, un primer estadio que nos lleva a la vivencia profunda e ineludible del “soy”. Quiero destacar aquí que esta definición de estadio es general y no se aplica a cada persona que llega a Biodanza, pero es por lo que muchos hemos pasado.

En este primer momento descubrimos la alegría de vivir y de disfrutar. Nuestra brújula interna comienza a orientarse por aquellas cosas y objetivos que nos causan placer. Comenzamos a actuar preguntándonos: ¿Esto es lo que me gusta? Entonces voy y lo hago. ¿Esto no me gusta? Busco la forma de cambiarlo creativamente, transformando mi vida, mi existencia. Así comienza el maravilloso proceso de integración y desarrollo de nuestra identidad, de abrirnos a nuestros potenciales que comenzamos a expresarlos en el mundo.

Pero ¿qué pasa si sólo nos quedamos en este estadio? Fortalecemos nuestro yo, nuestra individualidad, nos centramos en la búsqueda de la satisfacción del placer inmediato y en esta instancia, el ir a una clase de Biodanza se transforma de ser una posibilidad de desarrollar la grandeza humana, en sólo un lugar en donde reciclamos nuestra energía sin transformarnos. Esto no significa que este mal o bien, simplemente es, pero podemos perder el rumbo y la posibilidad de la plenitud.

Plenitud

La palabra *plenitud* tiene su raíz etimológica en la palabra latina *plenus* que significa completo, lleno, que está en su máxima magnitud. Es interesante resaltar aquí el parentesco que tiene con la palabra *esplendor* que puede ser utilizada como sinónimo de plenitud y que al mismo tiempo nos relaciona con lo luminoso.

Estas definiciones se encuentran en dos aspectos del desarrollo de la identidad:

Biodanza nos permite descubrir lo luminoso de nuestra identidad, pero no para iluminarnos sino como posibilidad de iluminar a otras identidades, es decir, una vida llena de **esplendor**;

la misma palabra Biodanza (danza de la vida **plena** de sentido) y lo que da **plenitud** a una vida es justamente el sentido: vivir una vida plena de sentido.

Felicidad eudemónica y Biodanza

Eudemonía (en griego, εὐδαιμονία, eudaimonia) es traducida como felicidad o *plenitud del ser*. Aristóteles planteo que esta felicidad se generaba a partir del ejercicio virtuoso de lo humano, el uso de la razón y la búsqueda de la verdad.

Desde la Biodanza, una vida plena de sentido, plena de ser, es una vida que tiene sus raíces hundidas en la sabiduría de la especie, y toma desde allí, a través de la sabiduría de los instintos, el camino, la dirección, el significado existencial de la vida en coherencia perfecta con este origen, con un impulso y dirección busca desarrollar la máxima expresión de la grandeza humana, es decir el ejercicio pleno y virtuoso de lo humano.

Pero ¿cómo el sistema de Biodanza nos va llevando a ello? Esta plenitud existencial se alcanza con sucesivos procesos de integración, marcados por saltos cuánticos de nuestra existencia, llamados tránsis. En estos saltos cuánticos vivenciamos plenamente que somos mucho más que un “soy”, abriendo paso a la maravillosa y trascendente experiencia de un “somos” que cada vez es más amplio: soy con el otro, soy con el grupo, soy con la naturaleza, soy con la creación. Vamos integrando en cada salto más partes de lo que somos, extendiendo nuestra frontera de acción en el mundo cada vez más.

Esta experiencia trascendente nos atraviesa de tal forma que comienza a surgir nuestro propio y particular sentido de la vida. Descubrimos que la vida no está solo para vivirla, que no solo está para desarrollar mis potenciales y ser yo feliz, sino que hay más. Que hay un propósito que se va develando poco a poco y en el cual puedo participar.

François Cheng, en su libro “Cinco meditaciones sobre la belleza” describe esto de forma exquisita utilizando el



*Todos los
momentos
de nuestra
existencia
tienen un valor
intrínseco que es
necesario saber
descubrir.*

Misterio

Porque no hay quien sea capaz
de ver el lado convexo de las cosas
de atravesar el umbral de su mirada
sin perderse a sí mismo
en un abismo sin ley...

Porque no hay ciencia que pueda interpretar
la borra de la realidad
antes que la mancha destiña
el cristal del que está mirando
mientras un bosón imposible
aparece
sin fundamentos
ni explicaciones...

Porque no hay quien logre descifrar
el silencio detrás de un beso
ni el oráculo de los cuerpos
cuando el magma que emerge de las pieles
sacia la sed de los amantes...

Porque nadie puede adivinar
la carta de tarot que saldrá en sus sueños
cuando cierra los párpados la noche
allí donde susurran los ángeles
y los demonios revuelven
los conjuros del alma...

Porque apenas llegamos a espiar
un hilo de luz
en la rendija del ocaso
y por todo lo que necesariamente
nunca sabremos
hoy regreso a ti
¡Divino Misterio!
porque somos leve llovizna
y nuestro destino es volver a ser
vapor de tu océano...

Ricardo Spreafico



ejemplo de una rosa:

“... en el instante mismo que el tallo emerge del suelo, este crece en un sentido, como impulsado por una voluntad inquebrantable. A través de él se fija una línea de fuerza que se cristaliza en un capullo; y pronto a partir de ese capullo, las hojas y los pétalos eclosionan, adoptan tal curva, tal sinuosidad, optando por el color, tal aroma. Ya nada podrá impedirle acceder a su signatura, a su deseo de realizarse, nutriéndose de la sustancia que procede del suelo, pero también del viento, del rocío, de los rayos del sol. Todo ello para alcanzar la plenitud de su ser, una plenitud establecida desde su germen, desde un inicio muy lejano, diríamos desde toda la eternidad.”

Al sentirnos inmersos en el río de la vida, nuestro sentido existencial, nuestro propósito, comienza a ser coherente con el sentido de la Vida misma, que busca expresar en cada uno de nosotros ese brillo particular y único que tenemos, para iluminar y transformar el mundo en donde todos podamos alcanzar esta plenitud. La búsqueda de satisfacer el ego pasa a ser la búsqueda de la plenitud de la Vida, dando la posibilidad de encontrarnos con la divinidad interior, ese Dios interior de la Compasión y la Ternura del que nos habló Rolando.

A esto llamamos experiencia trascendente. La experiencia trascendente en Biodanza es la experiencia de vivir la energía envolvente que une al amor con el amor, llevándonos a la conciencia empática, esa conciencia que surge de que estar con otro es también estar consigo mismo.

Felicidad, Plenitud y el camino de Biodanza

Vivir desarrollando nuestros potenciales hasta alcanzar su plenitud es una de las más profundas y bellas que un ser humano puede experimentar.

Desarrollar cada día las potencialidades desconocidas o no reveladas. Crecer hasta el fin de nuestros días, florecer y dar frutos. De este modo, la vida humana se puede parecer a un árbol que brota de una semilla, se hace fuerte y fecunda, nutrido por la linfa inmemorable del amor. Florece y da frutos en forma tan generosa, que sus ramas se rompen por el peso de sus frutos, hasta su muerte.

La semilla contiene el proceso de la vida y se transmite a través de millones de años. En cada etapa nacen nuevos brotes, nuevas capacidades. En cada edad recibimos la gracia de nuevas visiones. Todos los momentos de nuestra existencia tienen un valor intrínseco que es necesario saber descubrir.

En ese sentido el sistema de Biodanza es un camino de desarrollo de nuestra identidad que genera felicidad y plenitud. Felicidad y plenitud que se alcanza tanto a través del disfrute y placer como el de alcanzar el máximo despliegue de nuestros potenciales de grandeza. Donde el poder ser en cada acto que realizamos nos llena de alegría de vivir.

(Bio) Danza y Deseos Existenciales

Laura del Piano

Tu Danza
*Una oración
al gran Dios cósmico
del movimiento.*
Rolando Toro Araneda

Toda la existencia es una Gran Danza, una Danza Cósmica, un acto complejo de separación y unión con poder de mutación y transformación de la realidad, es la interacción Viva de todas las fuerzas presentes.

La Energía Cósmica es el Amor. Los frutos del amor son generados infinitamente por la energía cósmica circular.

“Una sesión de Biodanza es un convite a participar de la danza cósmica”

Rolando Toro

En Biodanza buscamos despertar en los participantes la posibilidad esencial de SER DANZA, en conexión consigo mismo, con sus semejantes y con las fuerzas de la naturaleza, en proceso progresivo y permanente de integración.

Buscamos la resonancia con la Vida!

Estar vivos implica estar en movimiento: permanente, pulsante, generado por los estímulos externos e internos que a su vez generan estímulos en el medioambiente que habitamos.

Al movimiento del que se mueve llamamos DANZA, condición innata del ser humano.

El primer conocimiento del mundo, anterior a la palabra, es el que llega por medio del movimiento de Vida, de intimidad, de impulso de unión a la especie.

Cuando el participante de un grupo de Biodanza pone en acción sus movimientos se revelan una serie de funciones vinculadas a la identidad: capacidad de juego, equilibrio, coordinación y expresión.

Se transforma el participante en “biodanzarán” cuando al escuchar la música ésta danza al individuo y ya no hay individuo, hay danza. Su identidad se disuelve en la danza del universo que está en un movimiento orgánico y es parte de una danza mayor.

Ser la Danza es una experiencia en que en el fondo el biosistema humano se sintoniza con el biosistema cósmico. Es la más poderosa fuente de renovación y energía.

Danzar es un modo de Ser en el Mundo.

La Danza activa el núcleo central de la Identidad: la conmovedora sensación de estar Vivo. A partir de esta sensación se actualizan las nociones del cuerpo como fuente de placer. En el contacto con las otras personas se aumenta la sensación de ser único y diferente. La autoestima y la conciencia de sí aumenta paulatina y progresivamente, sin



límites.

La tendencia de percibirse: Ser en el Mundo y como parte integrante de una totalidad, entra en resonancia con la autoimagen y la sensación de ser diversos y únicos, cada uno.

Una posibilidad de descubrir el propio deseo existencial

Danzando, en el encuentro con un@ mism@, el otr@ y la naturaleza, se le van revelando al biodanzarán sus preferencias, sus anhelos, sus Deseos más profundos.

Danzando, va reforzando la conexión con sus deseos existenciales, los va despertando, les va dando cuerpo

...va aumentando sus ganas, ánimos, confianza, y entrega a realizarlos.

Danzando, va disfrutando de realizar sus deseos más profundos.

... aprende a celebrar lo que es posible, en cada danza, en cada momento, consigo mismo, con los otros y el mundo.

Es una forma de Vivir a partir de los deseos profundos.

Biodanza invita a transitar un camino de aprendizaje

esencial, en contexto grupal, utilizando la música, la danza, el canto y las situaciones de encuentro. Es un proceso progresivo y paulatino el de conectar con el deseo, expresarlo, realizarlo, disfrutar la realización y celebrar.

Es un proceso de aprendizaje vivencial que da prioridad a las propias certezas reveladas a partir de la Danza.

El contexto grupal proporciona un continente afectivo tal que permite a cada biodanzarín conectar y potenciar su entrega a las propias certezas reveladas y su confianza para hacerse las preguntas centrales: Donde quiero vivir? De Que quiero Vivir? Con quien quiero Vivir? ... y descubrir sus respuestas.

Ser participe de la realización de los propios deseos.

Biodanza permite la expresión de los potenciales genéticos en las cinco líneas de Vivencias (vitalidad, sexualidad, creatividad, afectividad y trascendencia) de modo tal que cada biodanzarín renueva sus energías, descubre sus prioridades, innova y recrea, se nutre, da y recibe continente de si mismo, de los otros y el Mundo; reaprende Afectivamente a Ser en el Mundo de acuerdo a sus deseos profundos y posibilidades, en el proceso del Vivir y

ConVivir.

Danzar es una Oración en Movimiento!

El biodanzarín reCrea su Ser en el Mundo, sus Vínculos, el Mundo en el que Vive.

Movimiento – Amor

*Que buscas en tu danza?
Quien eres en el trance? ... el cielo,
El mar... el abismo?*

*Retornas a ti mismo
como un feto
girando en la galaxia
Te expandes en abrazo al vacío*

*Cual es el destino que te mueve...
Nacer... morir
Transformarte en algo diferente
en pájaro
semejante al viento?*

*Repites la pulsación del nacimiento
algo que manifiesta su terrible secreto
Esa necesidad absoluta de Amor.*

*Tu danza te conecta con las estrellas
y esta llamando a alguien,
tan solitario como tu
Alguien debe lanzar el primer grito
Y ya se manifiesta el embrión del mundo.*

*Tu danza es un conjuro
acto de conexión total
cópula con los sueños del universo.*

*Tu danza quiere
la realización
de un mismo Deseo
Es un impulso ciego que se repite
desde siempre
Solo un Amor
Solo un Amor...
Un Amor verdadero.*

Rolando Toro Araneda



*Celebrar un encuentro.
Reírse en compañía.
Danzar un sentimiento.
Comprender un gesto.
Acariciar un cuerpo.
Intuir una emoción.
Sostener una mirada.
Navegar el silencio.
Acompañar un vuelo.
Encender la pasión.*

Martes
de 20 a 22 hs.
Velazco 1520
Chacarita/CABA
Facilita:
Román Mazzilli



cel: 15-6441-4408 campogrupal@gmail.com

Luselva Baquedano y su camino de la Psicodanza a la Biodanza

Cristián Soto Carvajal

Durante el segundo semestre de 2015 mi compañera del alma hacía su práctica como facilitadora de Biodanza con los profesores y el equipo directivo de la escuela básica Jesús Andino de Codegua, a unos 75 kilómetros al sur de Santiago de Chile. En esos días y por un lapso de ocho semanas yo fui todos los lunes a Isla de Maipo –pequeña ciudad al suroeste de Santiago– a buscar a Luselva Baquedano para llevarla a la citada escuela a hacer la supervisión de esa práctica. Hacíamos entonces un singular viaje por rutas secundarias, pasando por pequeños pueblos, viñas y caseríos para llegar finalmente al pueblo de Codegua. Y Luselva, gran contadora de historias, amenizaba esa hora de viaje con anécdotas y recuerdos de su infancia en Concepción y en Santiago, mientras llegábamos al punto en donde se nos abría el horizonte para cruzar el río, donde se junta el cerro Lonquén con el río Maipo. “¿Conoces la Boca del Rapel?”, me soltaba de pronto, “es un lugar maravilloso”, y aparecían las historias veraniegas con sus primos, su tía, los pescadores y sus hijos. Pasando los cerros de Angostura me hablaba de Rolando Toro Araneda y su periplo creativo que lo llevó a recorrer el mundo, cargando una maleta de cuero negra en la que cabían muchos “long play” y algunos libros.

En esos viajes que hacíamos por esos paisajes, yo sentía que en sus historias había una fuerza telúrica, que provenía de unas vivencias genuinas que habían hecho también un largo viaje para llegar a la palabra. Al mismo tiempo me fui enterando que una parte de esas historias habían sido ya publicadas en un libro –la primera edición de éste– que, como el universo es perfecto, le había servido a ella para viajar. Cerca del final de ese proceso de supervisión de práctica Luselva, generosa y cariñosa como es, nos regaló un ejemplar de esa primera edición.

Así se nos fue revelando el tesoro vivo de la Biodanza que es Luselva Baquedano, que nos trae a la luz desde su propia memoria un “tras bambalinas” de la génesis de este sistema de desarrollo humano, en donde confluyen un tiempo histórico, unas mentes geniales y una experiencia sensible que empujan la profunda fe en una humanidad más integrada y reconciliada con sus sombras.

Luselva Baquedano Sepúlveda es una fuente inagotable de historias a la vez que poseedora de un profundo

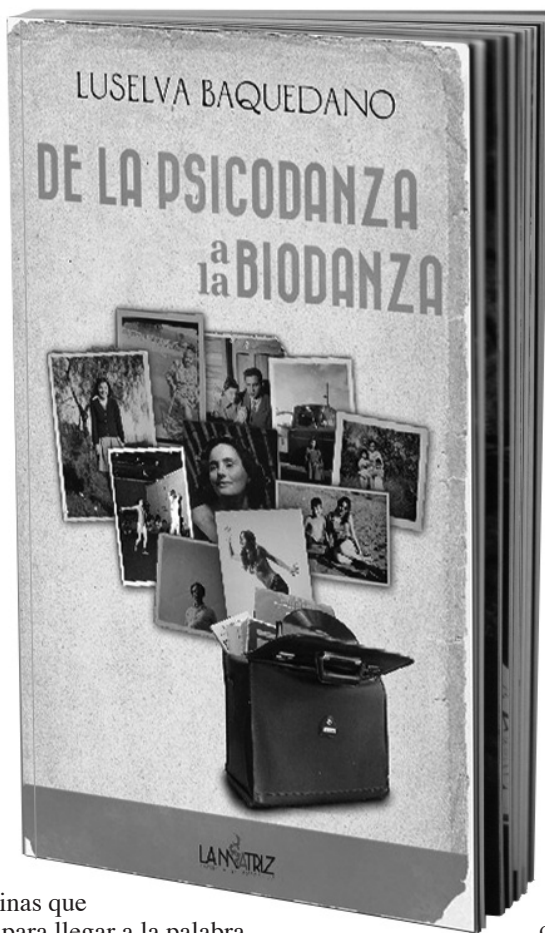
conocimiento del sentido que desde el origen empapó a la Biodanza. Comparte con sus primos Pilar y Rolando, el privilegio único de haber sido formada por Rolando Toro Araneda, primero en el contexto del espectáculo *Juegos de Psicodanza*, estrenado en Santiago de Chile a inicios de la década de los '70, que circuló por muchos teatros del país y de la que era una de las protagonistas; y más tarde como facilitadora y didacta una vez que el Sistema ya estaba consolidado tal como lo conocemos hoy día. Con más de

cuarenta años de trayectoria se ha convertido en una de las personas con más experiencia en Biodanza en el mundo, manteniendo su práctica siempre fiel al enfoque de la Acción Social. Tiene a su haber el desarrollo de una metodología de trabajo de Biodanza con Niños, proceso supervisado por el propio Rolando Toro Araneda, además de la creación de las Extensiones Biodanza y Teatro y de Biodanza con Adultos Mayores. Ha publicado *Danzando, contando y actuando*, texto de Biodanza y Teatro Infantil; *De la Psicodanza a la Biodanza* (primera edición), texto de crónicas y memorias de su vida vinculada a la familia Toro-Acuña, y *Manual de Biodanza Infantil*. Es co-autora junto a Verónica Aravena, del manual *Biodanza para no videntes*.

El lugar en el que la vida la situó, como testigo de una época llena de cambios sociales, políticos y culturales, y en una familia de inagotables inquietudes intelectuales y artísticas –en la que nació lo que hoy conocemos como Biodanza– se refleja en cada

una de sus actividades, en su visión acerca de la práctica y el destino de este sistema de desarrollo humano, y en el trabajo que realiza en la Escuela Social de Biodanza La Matriz de la que es fundadora y directora. Este libro es muestra de ello, al mismo tiempo que una invitación a adentrarnos en la comprensión sensible de unas razones, pasiones y obsesiones que dieron como fruto fecundo este legado que nos alienta a danzar la vida.

En esta segunda edición corregida, aumentada y renacida, se han sumado cuatro cuentos que complementan estos particulares retratos que nos presenta la autora, de una época, unas gentes y unas vivencias vistas siempre desde la emoción pura y subjetiva de alguien que, a medida que crecía en el atañor, en la matriz donde se gestó la Biodanza, fue asumiendo orgánicamente la visión hacia la que su tío



Rolando Toro se encaminaba.

La belleza de estos relatos es múltiple. Está en las voces que al narrar se están narrando a sí mismas, está en el mosaico de seres que aman profundamente la vida y, sobre todo, está en la manera cómo se construyen (como si fueran un palimpsesto o tal vez un cuadro cubista) los retratos de los personajes que gravitan poderosamente en esta historia: los de la tía Pilar y del tío Rolando. Y también el propio autorretrato de Luselva, que nos revela un alma que en su recordar, en su hacerlos pasar nuevamente por el corazón, acaricia a estos personajes iluminando a un tiempo sus perfiles y sus zonas oscuras.



Este libro tiene algo que conmueve, que intriga y que abre un apetito por conocer más de la humanidad de los personajes que lo habitan. Su poética nos transporta más allá de las historias oficiales o las postales que de ellos circulan, llevándonos a su intimidad, a su cotidiano, y permitiéndonos atisbar en un origen y un camino que aún hoy continúa escribiéndose.

** Editor del libro "De la Psicodanza a la Biodanza, de Luselva Baquedano".*

Las capas de la cebolla

o... la Biodanza en mí

Algo nuevo estaba pasando en mí.

No era sólo bailar,
ni soltar el cuerpo,
ni estar con otros.

Sensaciones nuevas:
placer, comodidad,
sentirme relajado y suelto
con una vibración interna
inasible... y grata!

También,
emoción y ternura.
Todo eso?
Todo eso... y más.

Abrí, primero, mis ojos
para "entender"
qué pasaba.

Los otros -indiferentes
a mis inquietudes-
"hacían la suya"
y, sin embargo,
cada uno en su espacio

emitía su propia energía
hacia el grupo:
amorosa, cálida,
amable... y respetuosa.

Así fue que un día
-ni sé en cuál-
sentí una conexión
fuerte, vibrante...
y serena y también grata
en una dimensión
ni frecuente,
ni conocida.

Había descubierto
así, de pronto,
cómo era
el centro vital de la emoción:
placentero y sanador.

Primero, fue al mirar
-con el temor, también-
a que "me" miraran.

Pero... poco a poco,
se fueron abriendo capas:
una a una
a un ritmo y secuencia
que no dependían
de mi estructura
ni de mi razonamiento
sino de una energía
estimulada por la música,
el movimiento,

y la caricia en la mirada
de ellos,
los ahora mis amigos,
compañeros de esta ruta
de mi vida.

No fue ni fácil ni rápido
-a veces sentía, sorprendido,
que no era ni "bueno"
ni "lindo"
lo que se me aparecía!-
pero... sin apuro,
sin presiones,
fue al ritmo y tiempo
"... de lo posible"
que fui llegando
al corazón de "la cebolla".

Así fue "siendo",
como las capas de la cebolla
poniendo a prueba
mi ansiedad y mi impaciencia...
una a una,
liberando, soltando,
para poder re-encontrarme
con mi esencia,
con quien quiero ser.

Así,
en cada encuentro,
siempre...
volviendo a empezar.

Orlando V. Gutiérrez

Masculinidad Sagrada:

La reconciliación con el padre

Gastón Andino

Cronos es el modelo de padre de la cultura patriarcal, por eso es que tenemos tantos conflictos con nuestro genitor masculino.

Padre Cronos

Que sin piedad devora a sus hijos

Eterna convulsión por miedo a ser sustituido

Antropofagia infernal que sustenta al patriarca en el poder

Paranoia enloquecida que no permite al ciclo de la vida desarrollarse

Uróboros de muerte y venganza

Dos caras de una misma moneda:

El asesinato y la venganza

Padre Cronos con tus acciones tú creas tu propio asesino

Libérate

Gastón Andino

El mito de Cronos relata la relación Padre-Hijo, donde el vínculo afectivo no existe. Es en este contexto de competición y muerte es que se da esta relación tan frágil; este tipo de relación es la que prima en nuestra sociedad desde hace mucho tiempo, como resultado de la cultura patriarcal en la cual vivimos.

“El Patriarcado es mucho más que el gobierno o autoridad de un Padre que manda sobre su familia. Es un sistema de relaciones mucho más profundo, que abarca lo emocional, los valores, lo corporal, y va mas allá de ciertas características que podemos relacionar con el machismo”

Juan Carlos Kreimer

El hombre que ha resultado de esta cultura patriarcal es un hombre fuerte, agresivo, competitivo; que no se permite tener miedo, dudas, angustia, que está preocupado por tener el poder y que emocionalmente es débil. Todo esto me llevo a una reflexión: si un hombre vive dentro de los parámetros que la cultura patriarcal le determina, terminara adquiriendo una conducta violenta porque adquirió un comportamiento donde la manipulación por tener el control y el “poder” de la relación será su objetivo de vida; minimizando sus actos violentos o culpabilizando a los otros por su conducta, de esa manera someterá a la mujer, su familia y a los otros/as a su dominio. Este dominio se da a través de lo que se le llama de micromachismo que son pequeñas acciones cotidianas de descalificación que tiene por objetivo minar la autoestima de la persona, de la mujer para poder controlarla, tiene un efecto por reiteración, como la gota de agua que tanto insistir termina haciendo un hueco en la piedra.

Estas son algunas reflexiones que surgieron en los

grupos de reflexión de género masculino sobre estos Padres Cronos:

“Padre autoritario que hacía a los hijos pelearse entre ellos para que el mas fuerte prevalezca”.

“Cuando el padre entraba en la pelea era para valer, era en serio, no midiendo el impacto de lo que decía y hacia; que percibía el daño que esto podía causar en el otro. Obligando a su hijo a salir de casa para no pelear mas, lo que era sentido por el hijo que se va como una derrota”.

“También despertaba en sus hijos por su despotismo con que se manejaba un deseo de matar a su padre”.

Rolando Toro hablaba de cuatro modelos de padre:

a) El padre ausente – el modelo lo ofrece un tío, un maestro, un amigo de la casa. Es un cierto problema, sobre todo si la madre es castradora y no permite al hijo expresarse.

b) Padre violento – descalifica al hijo, es odiado.

c) Padre rígido – Preconceptuoso, presente mas ausente, no habla, no estimula, es indiferente, no establece vinculo afectivo con el hijo, se limita a dar dinero comprar alimentos, pagar la ropa y pagar la escuela.

d) También agrega que muchas veces cuando el padre estaba ausente, esta imagen fue transmitida por la madre: Tu padre es..., dándole un lugar a ese padre ausente, permitiendo que esa referencia o pilar importante en la Identidad de los seres humanos, de alguna manera este presente.

Somos una combinación biológica, energética, existencial de un hombre y una mujer negar uno de ellos es negar una parte de nosotros y no la podremos desarrollarla.

*Sanar ese
vínculo fundante
de nuestra
identidad nos
permitirá amar a
nuestro padre dándole
dentro de nuestro
corazón un lugar.*

“En una sola acción con el padre”

Joseph Campbell

Nuestra existencia solo es permitida por la presencia biológica de los gametos masculino y femenino. Padre y madre son pilares fundamentales de nuestro ser, de nuestra Identidad; más allá de su ausencia o presencia en nuestro cotidiano, para caminar en la vida se hace necesario que le demos a ambos un lugar, en nuestro corazón, que reconozcamos y agradezcamos nuestra existencia a ellos, sin ellos no estaríamos viviendo todo lo que estamos viviendo.

“Encontrar al padre tiene que ver con el encuentro de su propio carácter y de su propio destino. Se cree que el carácter sea heredado del padre y el cuerpo; y muchas veces la mente de la madre”

Joseph Campbell

Cada movimiento, una posibilidad...

Cada movimiento una posibilidad,
un hallazgo, un encuentro,
encontrar, encontrarse
instante infinito
percepción que se abre
lugar donde volver, volver a uno,
esencia, cuerpo, emoción.
Recordarme con otros
regresar al origen, remontar vuelo,
reparar juntos dolores antiguos,
renacer en la alegría
sustancia vital en nuestras células,
coraje de danzar, expresar el amor
venerar la vida, tu vida,
mi vida, nuestras vidas
cada movimiento una posibilidad...

Marcela Ramos

La vivencia

La vivencia deambula sinuosa
ondula su cuerpo flotante ante el pensamiento
que queda mareado, tildado
desnudo
de razones.

La razón es una corbata
brillosa, lisita, planchada,
la vivencia solo un tramo de piel
invitando a ser cubierta por otra.

Aunque nuestros sentidos, “pegajeados” de rutina,
no advierten sus pasos cercanos,
la vivencia se mueve en todo momento:
nos habla al oído
nos roza las yemas de los dedos
nos moja la lengua
nos toca con plumas la espalda.

En medio del ruido, del tiempo partido,
de apuros, de gritos, de angustias,
la vivencia nos llama desde el brillo de un sauce
recorre mi cara con un viento fresco
me toma las manos, las pone en su cuerpo,
convoca al abrazo
invita al encuentro.

Esteban Langhi

Como relataba un participante regular de los trabajos de género masculino, que cada vez que su padre le daba un abrazo él busca que fuera de frente, de pecho con pecho, de corazón con corazón, porque su papa se lo daba siempre de costado; resaltando la importancia de que sea un abrazo sentido.

Sin lugar a dudas nuestra primera referencia masculina fue nuestro padre o alguien que cumplió con ese rol, que puede ser un familiar, amigo de la familia, un profesor; el hombre se convierte en hombre con otros hombres.

“El Padre es el símbolo de la generación de la vida, de la pose, de la dominación, del valor. En este sentido él es una figura inhibidora; castradora en los términos del psicoanálisis. Él es una representación de toda forma de autoridad: jefe, patrón, profesor, protector, dios”.

Jean Chevalier-Alain Gheerbrant

Sanar ese vínculo fundante de nuestra Identidad nos permitirá amar a nuestro padre dándole dentro de nuestro corazón un lugar, restableciendo así un vínculo afectivo interno y eterno, donde la gratitud, el perdón y la aceptación son una fuerza integradora de salud, bienestar y realización existencial.

“El renacimiento puede darse a través del masculino”

Joseph Campbell

Este proceso de rescate y de integración de la figura paterna, su presencia energética (me refiero que aunque este fallecido o sea desconocido), sabemos que para que nuestra existencia se realizara, se necesita de su presencia y por eso tenemos que darle su lugar dentro de nosotros.

En la metodología de Biodanza se hace ese rescate de ese vínculo, a través de vivencias de reparentalización las cuales nos permite recrear nuestro padre internamente, en estas vivencias ya sea en la regresión donde cuidamos de nuestro niño interior, o en un nacimiento, en rondas y/o en las vivencias de conciencia ampliada de sí mismo donde nos califican, nos dan aliento y motivación o en abrazos con otros hombres; la reparentalización se da también porque en estas vivencias entramos en Kairós, en el tiempo mítico del no tiempo y ahí la vivencia se convierte en un hecho real vivido en el aquí ahora, pudiendo muchas veces traer experiencias de la infancia al presente y desde las sensaciones y emociones resignificándolas. La reparentalización es la posibilidad de “nacer de nuevo” dentro de un contexto de amor y cuidado; donde un hombre se hace cargo de otro hombre a través del vínculo afectivo, que se genera se integra una parte del sí que no estaba integrada.

Paradigma y concepción, confluencia para la acción

R. Gómez Mederos y Emilce Merlo

Pensar la danza desde la sensibilidad biocéntrica, recurrir, desde esa sensibilidad a lo íntimo de nuestro ser para salvar el pequeño mundo interior, que salve el mundo de todos. La Biodanza, cimentada en esa concepción paradigmática es motor e impulso de cambio. La acción es transformación, es la rúbrica de la necesidad de un cambio profundo y duradero, esa acción no es una forma vacía, su geografía es sutil y poderosa.

El camino de entrada por el cual empezamos a transitar este proceso personal, grupal y comunitario puede ser diverso. Una mirada, un gesto pleno de sentido, la tibieza del abrazo generan el cambio, los ancestros que palpitan en nuestros pies y nuestro corazón cuando el ritmo avanza por cada célula...muchos puntos de partida de un devenir que nos lleva a una conexión necesaria para descubrir la vida en el microespacio, en el macroespacio, la vida en mis límites, en los abismos, en el entramado grupal que pulsa como útero, que la ve gestarse, la cuida, y la deja parirse cuando llega su tiempo.

Ese gestar parte de un nuevo inicio, un punto de arranque que encalla en una concepción que hace paz en la vida, que desanda intersticios cotidianos; repeticiones cíclicas y monó-tonas fragmentarias del ser, un punto de partida hacia el encuentro con uno mismo, pero también con ese mundo exterior que a bocanadas pide nuevas pulsaciones de cambio y transformación.

El biocentrismo como modo de transitar la vida nos enfrenta a nuestras viejas y lúgubres sensaciones de vacío y desolación. Se encarama como un nuevo ciclo de esperanza y cobijo.

La catabasis busca siempre el nuevo ciclo de luz, descensos múltiples, círculos que nos llevan a encrucijadas donde la pregunta ¿por dónde nos pasa la vida? se convierte en un eco persistente que nos permite ir y venir sin perder el rumbo. Las anabasis y catabasis, círculos que van dando

lugar a las transtasis nos recuerdan que los ciclos de vida-muerte-vida presentes en nuestras historias y la de los pueblos develan la poderosa energía que hace que los nuevos brotes resurjan de los campos de guerra, resilientes, poderosos destellos de luz, transforman las formas y los contenidos.

Brote verde y presuroso de la savia fresca y liviana, de ríos y de vientos nuevos.

Ahí mismo en ese espacio donde el ancla soterrada por la lógica misma de los territorios vacíos del mundo, vuelve a nacer el nacimiento; renacimiento: todo empieza nuevamente desde la dermis de un lenguaje erótico del cuerpo y el alma.

El encuentro y el sostén se fortalecen por los brazos fuertes del amor que ronda en el círculo concéntrico, en la simbiosis metabólica.

Sinergia, equilibrio, fortaleza, seguridad, lucha; todos los caminos confluyendo en torno de un profundo paradigma que nos vuelve a la madre.

Esta vuelta paulatina y decidida, renacida en cada danza, que nos lleva a reconocer, aceptar y agradecer a nuestra madre, es la vuelta a la vida que anida en cada célula, en cada piedra y en las estrellas; vuela en la música que siempre nos abre los caminos para el encuentro con el origen. Llegamos con historias de silencios y abandonos, fragmentos de un ser desolado o casi moribundo; heridas que nos encierran; volvemos una y otra vez a la tierra madre de



“Retornos”. Edith Avellá, Prof. de Artes Visuales, alumna de 3er año Esc. Biodanza SRT, San Juan Xiatianen

todos para sanar.

Biodanza se encarama en el concepto, la concepción y el paradigma biocéntrico, se llena de sensibilidad y naturaleza, para hacerse carne en el pueblo, que sea acción y sanación, anuda el afuera como territorio propio, la exploración telúrica de nuestra dermis; la pulsación con el otro sucumbe al plácido sentir del cuerpo y la música.

Ahí comienza todo, el desquicio del tiempo y las distancias de lo establecido como norma entre los seres, se diluye en ese tránsito hacia la integralidad del ser con su entorno; espacio-tiempo, cadencia y decantación, procesos



*Celebrando la vida con Milo y los brotes nuevos y listos para la acción...
profesoras de Biodanza Stella, Silvina, Ofelia, Ana (mamá de Milo) y Carolina.*

de un solo tiempo que vuelve y establece un puerto nuevo. Ahí comienza todo.

Un puerto piel que exploramos hacia los cuatro puntos cardinales en el adentro y el afuera. Un nosotros entramado, tejido en cada clase de Biodanza con su curva metodológica. Un devenir, la vivencia a pleno que reasegura el tránsito por los inconscientes (vital, personal, colectivo y numinoso) y nos lleva al tiempo circular, al tiempo sin tiempo; palpar al unísono con el corazón de la tierra y el cielo.

Somos tierra y comunidad, confluencia de territorios dispares y disimiles que se conjugan en una sinergia concéntrica; todo vuelve al principio, el otro ya no es solo el otro humano; el Principio Biocéntrico decanta en una aproximación del desandar de un tiempo antropomorfo y antropocéntrico, nos mixtura de otros seres, nos abre el camino a la lucha por un solo mundo, sano y entero, un solo territorio, casa única, hábitat colectivo y minimalista, casa única destello de lo nuevo, principio y fin.

En el laberinto

He desatado, uno a uno,
los nudos de la trama invisible que te cubre.
He abierto, desgranando,
los cerrojos de tus cien mil puertas,
cruzado tus fronteras interiores.
Me sumergí en la profundidad de tus pasillos
corrí eufórico detrás de cada mítico reflejo.
El brazo se hizo piedra,
empuñando la espada,
la mano se agarrota en el cordón de plata,
que misteriosa Ariadna me ha donado,
a cambio de mi sexo.
¿Dónde te ocultas monstruo?
¡Devórame demonio!
¡Corroe mis entrañas!
¡Demuéstrame que aún estoy vivo!
No quiero más vagar eternamente
prendido de este hilo que me castra.

Al fin...
Encontraré la puerta única,
la cámara inviolable,
primera madriguera,
con el espejo al centro.
El rayo de luz develará el secreto.
Mi vida: el laberinto.
Mi rostro: el suyo.
Mi identidad en la bestia.
¿Cómo temerte?
Si me temo.
¿Cómo enfrentarte?
Si me enfrento.
¿Cómo matarte?
Si se me va la vida.

Lidia Izquierdo

El abandono de Ariadna

Myrthes Gonzalez

Ariadna se despertó aquel día con una brisa suave que entraba por la ventana.

El sol ya había surgido en el horizonte y, como pasaba siempre en los últimos días, se oía el sonido sordo que parecía un débil llanto que venía del subsuelo.

Asterión... Ariadna recordó con dolor el extraño niño que su madre cuidaba, con un mixto de celo y repudio, pero su padre, a pesar de detestar, toleraba, desde que se mantuviera escondido de todos. Pero, a medida que él crecía se hizo imposible controlar su sed de movimiento y vitalidad. A fin de cuentas aquel extraño ser, su hermano por parte de madre, no se parecía a nadie de la familia. Tenía aquella cabeza bovina que, con la manifestación precoz de la adolescencia, empezó a brotar pequeños cuernos.

Ella era una niña cuando todo pasó.

Recuerda que, después de lo ocurrido, el palacio jamás volvió a ser el mismo.

Su padre, Minos, rey de Creta, hasta aquel entonces lo tenían como hombre justo, equilibrado y honesto. En aquellos años idos, Creta estaba en guerra con Atenas.

Todo empezó porque su hermano Androgeo se salió muy bien en las competencias de los juegos en Atenas. Egeo, rey de aquella ciudad y promotor del evento, envidioso del resultado y amargado por la derrota, decide engendrar una emboscada de la cual el joven, hijo preferido de Minos, sale muerto.

El odio y el resentimiento llegan a un punto que estalló una guerra. Minos oró para el dios de los mares, Poseidón, que lo ayudara a derrotar Atenas. Poseidón, entonces, hizo que saliera del mar el más bello ejemplar toro blanco que Minos jamás vio. Poseidón le dijo a Minos que tan pronto venciera la guerra debería sacrificar el toro sagrado en su homenaje.

Minos salió vencedor, pero intentó engañar al dios, pues quería mantener el toro blanco como reproductor de su rebaño. Entonces sacrificó a otro toro, muy bello por señal, pero no lo suficiente para Poseidón, que decide vengarse del rey ingrato.

Poseidón hechiza a Pasífae, la siempre fiel esposa de Minos y madre de sus hijos.

Ariadna recuerda a la madre obcecada por aquel animal.

El toro, por su vez, parecía no percibir la existencia de aquella mujer, dedicaba la vida a pastar y preñar las vacas del rebaño.

Desesperada, Pasífae pide ayuda a Dédalo, un científico excéntrico que servía al rey y que tenía la capacidad de crear solución para los problemas de cualquier persona, sin cuestionar razones o métodos.

Él crea una vaca artificial y hueca, que Pasífae utiliza

para engañar y seducir al animal sagrado. Encaja sus partes íntimas en las partes de la vaquita, Pasífae recibe al toro.

Nadie jamás se olvidaría de aquel día que los gritos alucinados de la reina se oyeron por toda la isla.

Pero la vergüenza del rey solamente empezaba allí.

Nueve meses después nació aquel niño que en su pequeño cuerpecito hacía recordar todo el tiempo todo lo que a Minos le gustaría olvidar.

La reina lo nombró Asterión, pues le agradaba pensar que venía de los astros y no del toro.

Pero no había manera, la cabeza y una pequeña cola anunciaban que solamente mitad de aquel ser era humana.

Para empeorar, la población le dio a Asterión el apodo de Minotauro, de esta forma demostraban que, por más que el rey escondiera, el toro era de Minos, fruto de su ganancia.

Minos ya no podía soportar la vergüenza. Pide, entonces, para el siempre disponible Dédalo, que construya en los subsuelos del palacio un intrincado laberinto de donde aquel ser no pudiera salir jamás.

Ariadna llegó a pensar que el rey no había mandado matar a aquel niño con miedo de otra venganza de Poseidón.

Fue cuando, a aquel niño con cabeza de toro, lo empujaron para dentro del laberinto subterráneo, de donde nunca más salió. De él solamente se oía aquel llanto de soledad, que dejaba a Minos furioso.

En los primeros días de aquel lamento Minos tuvo la macabra idea: si él está solo vamos a darle compañía. Entonces exigió que la perdedora Atenas enviara catorce jóvenes púberes, siete varones y siete doncellas. Al desembarcar en Creta fueron empujados para dentro del laberinto, y no se supo más noticias de ellos.

En los días sucesivos el llanto pasó. La paz se instaló en el palacio por algunos años. Pero alrededor de siete años más tarde, nuevamente empezaron aquellas manifestaciones, y nuevos jóvenes fueron enviados. La tercera vez que hubo el pedido de envío, Atenas ya no soportaba el dolor de perder a sus jóvenes.

Fue entonces que Egeo pidió que su hijo, Teseo, fuera uno de los varones que sería introducido al laberinto, con la misión de matar al monstruo.

Fue en aquella mañana soleada que Ariadna fue al puerto a ver el barco de velas negras que se aproximaba cruzando el mar turquesa.

Su padre exigía de Atenas los jóvenes más bonitos y saludables para el sacrificio, esperaba de ese modo que aquel monstruo no lo molestara y que Poseidón lo perdonara.

Por otro lado, imaginaba que el destino de los jóvenes estaba vinculado a la lujuria y no a la muerte. Siempre entraban al laberinto cargando ricos alimentos, frutas y vino, pero lo que pasaba dentro de las galerías nadie lo sabía.

Entre los jóvenes que salían del barco aquella mañana,

*“Él era su
primer hombre
y la promesa
de una
nueva vida,
pero ahora ya no
sabía si realmente
podría ser feliz.”*

vestidos con túnicas cortas blancas, estaba Teseo, que todos sabían, pretendía solucionar el problema. Minos no creía que esto fuera posible, pero pensó que si Teseo realizara su tarea Poseidón no podría acusarlo de participación en el asesinato del monstruo.

A Ariadna le gustó aquel joven esbelto y musculoso, de piel suave y bronceada, que contrastaba con la túnica alba. Sabía que el gran enemigo de él no sería exactamente Asterión, pero el laberinto, de donde jamás lograría salir.

No se sabe si por gustarle el joven o por ganas de conocer el mundo, ella le ofreció a Teseo una salida, desde que se casara con ella y la llevara para Atenas. Teseo, aunque no viera en Ariadna su futura esposa decide aceptar la ayuda, comprendió que era su única posibilidad.



Ella entrega en las manos del héroe un novillo de hilo de lino, que ella promete sostener la punta, mientras él lo desenrolla dentro de las galerías. _Así tú vas a encontrar el camino de retorno - le susurró Ariadna al oído del joven, a la hora de la despedida.

Con el novillo en una mano y una espada en la otra fue que Teseo entro al laberinto, con sus compañeros.

Inmediatamente después de la entrada, él pasó a ignorar la presencia de los demás, fue tomado por las más distintas sensaciones. No tenía más seguridad de donde estaba y a medida que recorría las entrañas del laberinto visitaba escenas de su infancia, veía los deseos de los cuales había olvidado y también sus miedos más ocultos.

Lo que le recordaba que tenía que salir de allí era aquel

hilo, que se desenrollaba lentamente a medida que caminaba con pasos vacilantes.

Oía, a veces, el sonido de cascos y un bufido que parecía venir de inmensas narinas. Esto lo asustaba y al la vez le portaba placer, parecía un juego de escondite. Subió y bajó escaleras, pasó por pasillos que daban a grandes salones donde jóvenes desnudos se deleitaban con frutas y vinos, alumbrados por hogueras. Ya no sabía cuánto tiempo llevaba allí, podía ser algunos minutos o algunos años.

En ese entonces entró a aquel salón oscuro y cuadrado de paredes altas de ladrillo. Allí encontró a un espejo. Mientras miraba su reflejo vio materializarse delante de él el más horrendo monstruo que jamás pudiera imaginar. Aterrorizado, tiró la espalda al espejo, que se astilló. Salió

corriendo sujetando el hilo con miedo de enloquecerse. Fue cuando se tiró llorando a los brazos de Ariadna. El laberinto parecía derrumbarse detrás de él.

En aquella misma noche embarcaron rumbo a Atenas. Ariadna se vio en compañía de aquel hombre, que parecía trastornado. A pesar de haber cumplido su tarea, él tenía el sueño entrecortado por gritos y no parecía satisfecho de compartir su lecho con ella.

El era su primer hombre y la promesa de una nueva vida, pero ahora ya no sabía si realmente podría ser feliz.

En un final de tarde, aportaron en Naxos, donde Teseo invitó a Ariadna para un paseo. La última cosa que ella recuerda es de haber estado con Teseo sentada en una playa de arenas blancas y que él le ofreció un dulce vino.

Se despertó sola en la playa, el sol parecía nacer en

el horizonte, y el barco de velas negras ya iba lejos, apenas un punto oscuro y triste en el infinito azul del mar.

Cuando ella comprendió lo que había pasado un dolor fuertísimo en la boca del estómago la hizo vomitar. Un llanto de un dolor agudo salía de lo más hondo: el abandono... ella fue abandonada... ella abandonó y traicionó a Asterión, su hermano. ¿Qué haría ahora, lejos de casa, en aquella playa olvidada?

En ese instante oyó el sonido de canciones y risas, vio una presencia masculina imponente y alegre que estaba en el medio de aquella turba. Venían bebiendo vino y bailando. El ser colosal y radiante le extendió la mano y dijo:

-Bienvenida a Naxos bella dama! Soy Dionisio, ¿acepta participar de nuestra fiesta?

Agradecer

Angeles González

Alguien dijo una vez: “Las gracias son cuerpos sutiles” y se refería a dar las gracias, a agradecer...

Me llevó tiempo comprender algo que mi madre, -refiriéndose a su hermana, mi tía- decía: hay que tenerle paciencia, no sabe agradecer, ya aprenderá. Yo primero supuse que encubría el mal carácter de su hermana y luego me pregunté ¿es tan importante no saber agradecer?, lejos estaba en ese momento de comprender su verdadera dimensión.

La palabra *gracia* tiene muchos significados. En lo religioso se habla de recibir la *gracia divina* o ser tocado por ella, también el don de ser graciosos (referido al sentido del humor) de algunas personas, o cuando los niños aprenden algo nuevo y lo muestran, allí hacen su gracia.

Pero cuando se trata de agradecer se la nombra en plural “dar las gracias”, algo que nos enseñan de pequeños al recibir el primer caramelo y queda inscripto en la buena educación, muy útil en la convivencia, pero todavía alejado de la posición existencial de agradecimiento.

Durante muchos años agradecer se me confundía con “quedar en deuda”, con algunos maestros. Armé internamente verdaderas hipotecas afectivas, haciendo una vectorización al revés, muy similar a la que se practica con los padres al querer “devolverles lo recibido”, que no es la responsabilidad de ocuparse de ellos en la vejez o enfermedad, sino la sensación de que nada es suficiente para retornarles.

Agradecer a sido un proceso progresivo en mí, muchas veces el sentimiento no respaldaba enteramente las palabras, sabía que debía hacerlo, que eso era ser una persona considerada, pero no garantizaba habitar el acto de agradecer, que descubrí luego tiene distintas intensidades.

En la naturaleza, el mar -que siempre me conmueve- me deja en un lugar de profundo silencio, paz y plenitud, esa quietud me trae agradecimiento...

En el movimiento y la danza también hay trascendentes momentos de agradecer la vida, a veces inducidos como en la danza de agradecimiento a los ancestros, y otras por el simple y organico placer cenestesico de mover.

Describo distintas intensidades porque al principio es un bienestar, son momentos que van adquiriendo grados de profundidad inspirados por personas, lugares y circunstancias de la vida.

A veces para ponderar, (en el sentido de valorar algo de nuestra existencia), necesitamos perderlo o que este amenazado, ejemplo la pérdida de un ser querido, un espacio, o un bien material; como si existiera un supuesto interno que hay personas, objetos o lugares “que tienen que estar”, algo estatico fuera del dinamismo de la vida y que solo se sacude frente al drama o la tragedia.

Vuelve aquí mi madre y su compasivo trabajo social, que nos hacía agradecer el techo, la comida calentita y el trabajo, nos decía: “solo miren a su alrededor”, y creo dejó en mis hermanos y en mí la semilla del agradecimiento, que no siempre esta presente, pero muchas mañanas me asiste al despertarme.

Visite otro confusión y fue reemplazar agradecimiento por querer agradar, algo natural en todos, pero una parte de mí se ponía dependiente sintiéndose obligada a complacer, allí la inseguridad y ausencia de merecimiento tuvieron gran protagonismo.

Hay un estado de quietud, paz y plenitud en el que todo esta bien, hay presencia, hay sentido, una deliciosa mansedumbre que a veces siento y me dan ganas de quedarme; se parece a lo que de niña le llamaba contentura, expresaba: “me vino la conten-

tura”, no era por nada especial, intuyo que fue la raíz de mi agradecimiento.

Creo que AGRADE-CER es un sentir, un estado, una posición existencial, una potencia en la que somos visitados por los “cuerpos sutiles de las gracias” y ojala permanezcamos allí ...

Muchas gracias.



La afectividad es una fuerza interior que todo lo ordena

Lucía Bottaro

*“La afectividad,
Llave maestra,
Compañera ideal,
Mujer apasionada,
Entusiasta, carismática y febril,
Es una gran captadora de atención y abridora de puertas
La afectividad escucha, espera, perdona, acepta, recibe
y da,
Descubre y aclara,
Contempla y goza con la verdad.
La afectividad confía aún sin ver
y ensaya con pasos dulces nuestra grandeza
y vulnerabilidad.
La afectividad cuida, perdura, acoge y es compasiva,
Cree en la bondad de la vida
Y su fé en la humanidad no tiene ni principio ni fin,
Es amiga de los niños y juega a las escondidas
con todos nosotros.”*

Muchas veces nos preguntamos como facilitadores ¿hasta que punto podemos/debemos/deseamos relacionarnos afectivamente con los participantes de un grupo regular?

Quizas resulte difícil encontrar una respuesta, de hecho no es mi intención hacerlo. A veces, nos cuesta imprimir el punto exacto de afectividad aún en nuestros vínculos más cercanos, imagínense entonces, si no nos va a costar con nuestros participantes de grupos. Hay quienes sostienen la conveniencia de mantener una distancia óptima, hay quienes no, hay quienes dicen depende de cada persona, intuyo que cuanto más nos comprometamos afectivamente con nuestra tarea de facilitar amorosamente, mayor es el compromiso de los participantes con su proceso.

Siento que la afectividad que podemos regalar quizás despierte en algunas personas cierto entusiasmo hacia la vida, ese entusiasmo (sentir a dios dentro de uno) es precisamente el terreno fértil sobre el que se cultiva y recrea la identidad personal, que a su vez es multiplicadora y potenciadora de la identidad grupal. Entonces, tal vez se pueda ir gestando muy despacito una preciosa red de amor donde abunden las calificaciones positivas, las ganas de vivir y compartir con los demás e infinidad de ecofactores positivos que pueden visualizarse como un gran útero donde crecer pleno de calma y ternura.

Y porque creo que el amor es una fuerza superior que ordena los tiempos, los espacios y las realidades, llegando incluso a precindir de todas ellas para manifestarse entre nosotros, es que necesité llevar Biodanza y Educación

Biocéntrica a los niños y jóvenes, a las escuelas, a los polideportivos, centros culturales, centros de salud, refugios de mujeres, colegios secundarios, docentes, profesores, porque la afectividad es la compañera ideal de los procesos de aprendizaje-desarrollo.

Esta convicción la compartimos muchos facilitadores de biodanza, didactas, directores de escuelas y personas que no hacen biodanza, entonces hace ya varios años nos atrevimos a concretarla a través de los proyectos de Desarrollo Humano y Educación Afectiva en los que venimos trabajando colectivamente desde el año 2012 en la Ciudad de Buenos Aires.

(Ver Proyectos en www.biodanzaactiva.org.ar y en nuestro canal de youtube “biodanzaactiva”)

Nuestra búsqueda es que la afectividad sea la trama viva sobre la cual los niños y jóvenes se despliegan con absoluto permiso. Por esto es que además de los proyectos donde damos clases de biodanza y educación biocéntrica en lugares concretos, decidimos junto a Ricardo Spreafico y Franco Luciani brindar desde hace unos años los **Laboratorios de prácticas en la aplicación de la Educación Biocéntrica** donde ofrecemos compartir nuestra experiencia y la transferencia de herramientas concretas que colaboran y dan ideas a quienes dirigen o coordinan grupos. La propuesta está destinada a docentes, trabajadores sociales, psicólogos comunitarios, comunicadores sociales, trabajadores de la salud, promotores culturales y toda persona que trabaje con grupos, movimientos sociales, instituciones, etc.

Trabajamos con la Educación Biocéntrica como

propuesta pedagógica que ofrece al participante nuevas pautas para el diseño de un espacio donde **la afectividad tenga un lugar principal como estrategia para captar la atención y despertar los vínculos afectivos** para facilitar el aprendizaje-desarrollo de una forma más fluida donde el interés y el entusiasmo sean los que traccionan la atención, dejando de lado patrones de imposición u obligación.

Según Henry Wallon, profesor en la Sorbona y en el Colegio de Francia, especialista en psiquiatría

infantil, los gestos afectivos que recibimos desde la cuna son determinantes para las estructuras nerviosas y para la evolución mental. En este sentido sostiene: “*Las influencias afectivas que, desde la cuna, rodean al niño no dejan de tener una acción determinante sobre su evolución mental. No porque éstas puedan crear en el niño sus actitudes y sus maneras de sentir, sino precisamente al contrario, porque a medida que se despiertan, se dirigen a automatismos que tiene en potencia el desarrollo espontáneo de las estructuras nerviosas y, a través de ellos, se dirigen a reacciones de orden íntimo y fundamental. Así, lo social se amalgama con*

*Siento que la
afectividad
que podemos
regalar quizás
despierte en algunas
personas cierto
entusiasmo hacia
la vida.*

lo orgánico.”

En cuanto a los beneficios de un grupo de pertenencia afectivo, Pichon Riviere expresó “...*el ser humano es un ser de necesidades que sólo se satisfacen en grupo...*” y en igual sentido Rolando Toro Araneda, a lo largo de su vida y experiencia en grupos de Biodanza, sostuvo que: “*el grupo es una matriz de renacimiento*”. Podríamos citar varios autores que resuenan con estas ideas y profundizan en la visión del grupo como un espacio de crecimiento, nutrición y resiliencia, en donde la identidad se constituye a través del otro y el entorno.

Nuestra propuesta es brindar a los participantes pautas internas para fortalecer su rol de “cuidador” de grupos, otorgándole herramientas para que su acción como líder contribuya a generar un espacio de contención y estímulo, a recrear y co-construir junto a su grupo una matriz de afectividad, de factores ambientales positivos que estimulen a cada integrante en su proceso de aprendizaje-desarrollo.

Podemos asumir que la escuela, el club, el centro cultural es el espacio primordial de socialización de los niños y jóvenes, donde comienzan a internalizar ciertos modos de comportamiento social que les permitirán establecer vínculos con su entorno. En este proceso, la escuela o el club es un espacio que enseña, contiene, cuida y respeta la vida en comunidad.

Desde este enfoque, lo vincular y lo cognitivo están en un mismo plano ontológico, de desarrollo de la identidad plena, integrada. Es por esto, que como abordaje pedagógico, la Educación Biocéntrica ofrece novedosos e invaluables aportes para promover vivencias de empatía y generar espacios de reflexión y diálogo.

La propuesta es “aprender haciendo”, “aprender vivenciando”. Por ello, los encuentros son en formato laboratorio; cuentan con espacios teóricos-reflexivos, espacios dialógicos de construcción colectiva del saber y espacios vivenciales de internalización.

Los principales objetivos de los Laboratorios son:

- Transferir herramientas pedagógicas que potencien el trabajo en grupos, para desarrollar una praxis que facilite: la construcción de un espacio de aprendizaje-desarrollo estimulante, la expresión de la identidad, el fortalecimiento



de vínculos saludables, la integración grupal, la iniciativa para la acción, la presencia plena y la participación democrática en grupos de niños y jóvenes.

- Abordar la Inteligencia Afectiva de forma vivencial y metodológica desde el desarrollo de la Educación Biocéntrica, para una práctica pedagógica que integre la afectividad en el proceso de aprendizaje- desarrollo de los niños y jóvenes:

El próximo Laboratorio se realizará el sábado 30 de septiembre de 2017 en Puente Infinito de 9 a 17hs. Por información y consultas: fan page de “Biodanza Activa” en facebook. <https://www.facebook.com/biodanzaactiva/>

Bibliografía utilizada

Toro A. Rolando. “La inteligencia afectiva”, Editorial Cuarto Propio, 2011.

Wallon, Henri. “La evolución psicológica del niño”, Editorial Ares y Mares, 2007. Vygotsky Lev.

Riviére-Pichon. El proceso grupal, Editorial Nueva Visión, 1985.

Voces

Las mil voces de los mil personajes
que nos integran
quieren ser escuchadas por el
escriba del universo
él sabe traducir los mensajes
que se esconden
en nuestras acciones confusas
nuestros mares de pensamientos
en torbellino
y nuestra palabra de viento
que se pulveriza en los recónditos
ocultos de nuestra oscuridad
oscuridad infinita que puede llevarnos
eternas vidas para ser develada
por los que realmente quieren
ver
por los que realmente quieren escuchar
por los que realmente quieren
por los sinceros y soñadores
caminantes de las rutas
que sus pasos son
huellas en el asfalto
del concreto petrificado
del más allá.
aquí solo un paso más en
el camino sin fin.

Lucia Souilla

El Camino del Alma

Carlos Manuel Dias, Nenei

**Taller vivencial de Biodanza sobre los Arquetipos
Universales del Tarot**

¿Qué es el Tarot?

Es un arte de adivinación
Es una ilustración de las fuerzas de la Naturaleza
Es un instrumento de auto-conocimiento
Es una visión simbólica del Cosmos
Es un compendio de conocimientos esotéricos
Es un legado de otras civilizaciones
Es un camino de conocimiento espiritual
Es una representación simbólica del árbol de la vida

Es una baraja de 78 cartas, compuesta por 22 Arcanos Mayores, 16 cartas de la corte y 40 Arcanos menores

El Gran Viaje

Las veintidós cartas denominadas Arcanos Mayores del Tarot componen una serie de imágenes que describen diferentes estadios de un viaje. Este viaje está identificado en varios mitos, leyendas y cuentos de hadas. Además de ser encontrado también en las grandes enseñanzas religiosas de todo el mundo. Es el viaje de la vida que todos los hombres hacen desde su nacimiento en el cual recorren la infancia bajo la protección de los padres, después en la adolescencia con los amores, conflictos y rebeldías, más tarde, la madurez con sus desafíos éticos, morales, sus pérdidas y crisis, desesperación y transformación para en seguida despertar con la esperanza renovada hasta llegar a la victoria y la realización del objetivo que, a su vez, conducen al hombre a



otro viaje. Este ciclo no es sólo cronológico sino que sucede varias veces en la vida del hombre, ya que todo lo que acontece tiene un comienzo, un desarrollo y un fin. Así, el viaje descrito por los Arcanos Mayores es arquetípico lo cual significa que, a pesar de los detalles específicos que una vida pudiera tener, larga o corta, banal o dramática, buena o mala, ciertos estadios de desarrollo psicológico serán atravesados por todos nosotros indistintamente. Todos fuimos ya niños, ya tuvimos a nuestros padres y cargamos dentro de nosotros a esa criatura que está dispuesta a comenzar todo nuevamente. Ya pasamos por fracasos o triunfos, grandes o pequeños y todos nosotros crecemos muchas veces contra nuestra voluntad. De esta manera, el viaje arquetípico de la vida, que en realidad es nuestro gran viaje interior, acontece en varios niveles diferentes y puede encontrarse en innumerables manifestaciones artísticas a lo largo de la historia. La antigua épica babilónica de Gilgamesh con su héroe que lucha contra las fuerzas oscuras del mal no es muy diferente al héroe de la Guerra de las Galaxias, Luke Skywalker.

Los cambios internos precipitan acontecimientos externos y a su vez los acontecimientos estimulan los cambios internos. Es difícil decir a veces si fue un romance o una historia de amor lo que provocó una explosión creativa y una nueva perspectiva artística o si fue tal vez la nueva perspectiva como una nueva manera de contemplar la vida con creatividad la responsable de la nueva historia de amor. Es difícil decir también si el fracaso de un negocio provoca amargura o sospecha en relación a otras personas o si fueron la sospecha y la desconfianza las que precipitaron el fracaso de un negocio. De este modo, los arcanos mayores describen tanto el momento interior de un determinado individuo en un tramo de la vida como el tipo de experiencia que él podrá encontrar en la vida en el plano externo. Los planos externos e internos están siempre muy juntos porque el mismo individuo está en el centro de ambas. La adivinación y el insight psicológico corren lado a lado con los Arcanos Mayores del Tarot porque aquello que acontece externamente está ligado a lo que sucede en nuestro fuero íntimo.

El viaje de los arcanos mayores es en verdad el viaje del Loco, la primera de las 22 cartas. Acompañamos al Loco y de alguna forma más profunda también lo somos en la medida en que él emerge de la oscuridad de la caverna materna y se lanza a lo desconocido. En las cartas encontramos las experiencias fundamentales de la infancia – los padres desconocidos y los padres interiores del espíritu y la imaginación – las cartas del Mago, de la Sacerdotisa, de la Emperatriz, del Emperador y del Hierofante. Podemos



reconocer las pasiones y conflictos del adolescente dentro de nosotros en las figuras del Carro y de los Amantes. Luego encontramos los tribunales de la vida con los juicios, grandes desafíos y decisiones en las cartas de la Justicia, del Arte, de la Fuerza y del Ermitaño. Atravesamos crisis, pérdidas y súbitos cambios de vida en la carta de la Rueda de la Fortuna y sufrimos el desaliento y desesperación en las cartas del Ahorcado y de la Muerte. Acompañamos al Loco cuando se confronta a sí mismo en calidad de arquitecto de su propia vida en las cartas del Diablo y la Torre. Y de las tinieblas profundas nace la esperanza a través de las cartas de la Estrella, la

Luna y del Sol cuando la luz vence a la oscuridad y nos reconciliamos con el mundo en las cartas del Juicio y el Mundo.

Las imágenes de las cartas del Tarot son símbolos antiguos y evocan experiencias de vida pertenecientes a la propia condición humana y al propio destino.

Y esos símbolos dan más sentido y dignidad a la vida ya que es por medio de ellos que nos damos cuenta de que muchos otros antes que nosotros ya estuvieron aquí en este mundo y que, de un modo u otro, consiguieron alcanzar sus objetivos a medida que conseguían sobrepasar todos los obstáculos en el proceso de crecimiento y se enriquecían como seres humanos.

Todas las cartas poseen un significado ambivalente e indican tanto las dimensiones positivas como las negativas de la experiencia. De los arcanos mayores ninguna de las 22 cartas puede ser considerada como total o absolutamente mala. En realidad podemos considerarlas más fáciles o más difíciles dependiendo del tipo de experiencia que estamos retratando en ese momento.

Todas las cartas de los Arcanos Mayores son ritos de pasaje. Son estadios y procesos dinámicos y no simplemente resultados y cuadros estáticos que permanecen inalterables. Cada estadio de vida conduce a otro y por más que nos esforcemos muchas veces por mantener las cosas o por detener el tiempo para poder disfrutar aún más de una situación cómoda, jamás lo conseguiremos ya que no disponemos del poder de retener en nuestras manos aquello que más nos agrada. Y así, al final de la gran jornada, el Loco comienza nuevamente otra ya que en cada objetivo logrado, en cada meta alcanzada podemos ver que más adelante existe otra propuesta a ser seguida y que siempre tendremos que perseguir un nuevo ideal o batallar por un sueño más. De modo que cada finalización, cada cierre, cada culminación de ciclo se torna en verdad una preparación para algo más grande y el nuevo ciclo se inicia otra vez.

Nuestro abordaje es danzar cada uno de los arquetipos, adentro del Sistema Biodanza..

Crear o reventar

More

*El mayor acto político que existe es el abrazo.
Si la gente anduviera de la mano por las calles,
solidarios, encontrándose, abrazándose,
estarían haciendo política.*
(Rolando Toro, creador de la Biodanza)

Hace más de muchos meses que doy vueltas, nunca estérilmente, alrededor de una idea: cada vez que pienso en eso se me acelera el corazón porque siento que estoy descubriendo la pólvora y nunca me acostumbro y siempre es nuevo y así toda mi vida -y esa capacidad de asombro que conservo como si tuviera cinco años-.

Acordemos algo: nuestra hermosa existencia se enmarca en una coyuntura que -oficial y hegemónica- construye sobre el individualismo la clave de éxitos, que invita al delivery sin tener que escuchar una voz al otro lado de la línea, a ver una película sin habitar la butaca, a poder *informarse* sin conversar con otros y otras. Un mundo que insiste en vendar la historia, sugestionarnos de muerte, borrar la rabia, alentar la deserción, colonizar el deseo... en ese mundo, aquí y ahora mismo estamos decidiendo tomarnos de las manos, mirarnos a los ojos, imprimir ternura, besarnos, acariciarnos, desearnos, entrar en el ámbito de la afectividad y el erotismo, de la trascendencia y la empatía.

Ah, la empatía. Ese territorio prohibido entre las personas trazado por las grandes estructuras de poder, terreno arduo si los hay, el atributo más subversivo en los tiempos que respiramos, la cualidad más noble que pudiera tener el ser humano con su propia especie. La empatía es el arma más peligrosa en los tiempos que corren. Qué gran problema para aquellos y aquellas que buscan segregar, categorizar, indexar y organizar: que las personas entren en contacto íntimo entre ellas, tan diferentes en apariencia, sólo para darse cuenta -y sin que medien las palabras- que son exacta, ordinaria y maravillosamente iguales en todo lo que el lenguaje no sabe describir. Y que así podrían llegar a comunicarse, conocerse, entenderse y amarse. Bienvenidos y bienvenidas: somos un cáncer para el capitalismo salvaje. Propongo que lo asumamos y no le temamos a la bravura.

Y aún, mientras nos preguntamos si nuestro sistema tiene

intrínsecamente un mensaje político, con dispersa frescura nos tomamos palma a palma cada semana para danzar en ronda. Me encanta. Me encanta que nos hagamos un poquito los tontos y las tontas, que lo hagamos como quien no quiere la cosa, como si no fueran pequeños instantes en los que uno/a hace una declaración de principios fuerte y clara: "acá no hay nadie más importante que nadie y acá nadie se queda afuera, estamos juntos/as porque no *podemos queremos sabemos* pensar otra manera de estar" -una de las frases que escucho en off recurrentemente cuando entro a una ronda inicial-. Entonces, ya no le temo a lo político. Estoy atravesada y mi amor es político. Mi forma de entender la Biodanza es política y así como es política, es erótica. Redundancias.

Desafiamos el frío, los quejidos, el fino polvo que se nos va instalando en los ojos y crea filtros -esos mezquinos instrumentos- que nos cuentan cómo debemos ver a las personas en la vida, a quién desear y a quién no, a quién

amar y a quién no, a quién comprender y a quién no, cómo cuándo dónde y por qué. Y lenta y semanalmente vamos formando una acuarela vital llena de colores, diversa, en capas -porque la intimidad tiene capas, le escuché decir a Lu Rocha y jamás lo olvidé-. Y nos vamos convirtiendo en soplo húmedo deviniendo ventolera que sacude prejuicios e ideas aprendidas. Y nos arrebatamos de éxtasis cuando nos damos



cuenta de que no tenemos ni la más puta idea de a qué se dedica esa personas con la que nos abrazamos como con nadie nunca jamás en la vida. Cada vez que nos encontramos en una ronda lo hacemos para reconstruir algo y para reconstruirnos un poco, creo. Por eso dejamos Cvs, títulos y declaraciones de Afip del otro lado de la puerta. Y a nadie le importa nada más que encontrarse. Y para construir o reconstruir se me ocurre que hay que deconstruir -curioso que el procesador de textos no me reconozca la palabra-.

Entonces, como les decía, hace más de muchos meses que doy vueltas, nunca estérilmente, alrededor de una idea que es: ¿somos realmente conscientes de lo que hacemos cuando decidimos, cada semana, iniciar un ritual en ronda, tomados/as de las manos?

Propongo no atracar en riberas ingenuas: cambiamos un poco el mundo.

Crear o reventar.

De presencias, ausencias, vivencias y aprendizaje en Bahía Blanca



Marta Sesma

El sábado 26 de agosto de 2017, en la Escuela de Biodanza de Bahía Blanca se titularon los diez primeros egresados facilitadores del Sistema Rolando Toro.

Fue un día anhelado, soñado, de encuentros, pensamientos, emociones ambivalentes, cierre-inicio, alegría, lágrimas, tristeza, todo esto junto.

La ausencia de su directora, Ana María Romero, debido a una prolongada enfermedad, hizo de esta celebración un momento altamente emotivo... desde Buenos Aires -a la misma hora en que comenzaba la presentación de las tesinas- dos facilitadoras estaban con Ana María, para que desde la distancia se tejiera ese encuentro en red, esa resonancia empática que habla de hacernos presentes como podemos. La directora de la Escuela de Biodanza de Olavarría Ivana Fernández Treviño, coordinó y propuso para la apertura, que se prendiera una vela como representación de su estar, de su presencia. Y estuvo ahí en cada tesina, gesto, recuerdo, imagen, flyer, carta de cada egresado, en donde entregaron su saber vivencial en cada presentación. Todos los concurrentes pudimos reconocer el recorrido de sus propios procesos de todos estos años.

Rolando Toro, el creador del sistema, dijo hace muchísimos años, que quienes empezábamos a tomar clases de biodanza, nos convertíamos en agentes de salud! Y aclaró diciendo que esto se origina porque entonces nos volvíamos menos tóxicos! Un sacudón al ego y una experiencia más tarde vivenciada en cada uno de nosotros. Brillante... aportar con nuestros sentidos y en actos, vivenciándonos mejores seres humanos!

Todo esto y mucho más fuimos compartiendo, el logro de seguir en este proceso lento y gradual para ser cada vez mejor nosotros mismos, sentirnos en la vida, estar en ella y tomarla en nuestras manos. Es esto un proceso vivencial de aprendizaje y reaprendizaje permanente.

Hoy me siento recordando y digiriendo lo vivido, como

así también con los que me fui comunicando. Imagino que todos los demás están en este mismo proceso de digestión...

La enfermedad de la directora, la suspensión temporal de la Escuela, me deja y nos deja una posibilidad de poder aprender de tantas situaciones vividas

Cada uno de nosotros hizo lo mejor que pudo. En este caso, el tiempo y la distancia nos dará la posibilidad de internalizar nuevas formas, más saludables.

En un sistema todos los que pertenecen tienen su lugar, su función. También los que pertenecieron fueron parte, estamos todos conectados y sabemos que sólo con el movimiento de uno de los integrantes, el sistema se mueve y la foto es otra.

La afectividad tiene origen en el vínculo, el amor es compartir. Desde la mirada biocéntrica, desde la educación biocéntrica en donde se trata -además del conocimiento intelectual- de que todos tenemos un saber, y éste saber es aprender a través de las intuiciones, emociones, sentimientos y vivencias.

Tomo y tomaremos esto como una oportunidad para replantearnos movimientos distintos, reflexionando nuestras posibilidades y límites. Tomo y tomaremos esto como un logro. Los egresados, con todos los desafíos, llegaron al objetivo de titularse. Algunos otros continuarán su proceso con otro formato. Sin embargo, con todos los alumnos -regulares y no, esto hay que decirlo- se llegó por la resonancia empática de cada alumno, facilitadores, didactas, directores de escuela, familia, amigos, colaboradores, para que esto se concrete.

Todavía estamos acá, hoy, aquí y ahora, digiriendo esta experiencia, para tomar la vida como es, como la oportunidad de seguir danzándola en sus distintos ritmos y ocasiones.

Gracias a todos y a todas por todo y por tanto.

Gracias Ana María Romero, amiga y directora de la Escuela de Bahía Blanca "Todos somos uno"



Grupo Danzas de la Tierra

El taller de Arteidentidad “**Danzas de la Tierra**” (Resistencia-Chaco) es un espacio que invita a recorrer en cada clase por diferentes danzas de nuestro suelo y de todo Latinoamérica. Utiliza la metodología de la Educación Biocéntrica y está avalado por la Escuela de Biodanza GUÁCARAS de la provincia de Corrientes. Actualmente se dicta en la Ciudad de Resistencia, Chaco.

El taller pretende habilitar las danzas folklóricas para todos sin distinción de edad, géneros ni capacidades técnicas especiales, transmitir las danzas tradicionales y sus patrones de movimientos y facilitar la composición de danza individuales, en pareja y en grupo.

En el 2012 nace “Danzas de la Tierra”, de la construcción colectiva de un grupo de artistas: músicos y bailarines populares, entusiastas creadores con necesidad de compartir y apoyarse unos a otros en sus proyectos, y a partir de la necesidad de descubrir formas alternativas de investigar, aprender, construir y apropiarse del saber popular que habitaba en cada uno. El nombre fue propuesto por Anahi Collet (música, docente y psicóloga social) para resignificar las danzas folklóricas e indígenas, no solo de Argentina, sino de Latinoamérica. Lo más trascendente fue que músicos y bailarines compartían este espacio, en ocasiones con música en vivo.

Con el correr del tiempo Laura Chavez (Profesora de Arte en Danza con Orientación en Danzas Folklóricas Argentina y Tango; Técnica en Educación Artística y Facilitadora en Danza Integrada) ofrece darle continuidad a este taller y hoy nos cuenta: “-Sentí la necesidad de encontrar una herramienta que organice el cúmulo de conocimiento que se iba tejiendo, que sistematice esta manera particular de abordar la transmisión de las danzas folklóricas, y busqué apoyo en otras disciplinas (expresión corporal, eutonía, danza integrada, danza comunitaria y danzaterapia). Lo cierto es que recién con la educación

biocéntrica y recursos metodológicos de la Biodanza encontré un modo adecuado para sostener un encuadre que permita acompañar a los participantes dando continente a todo lo que se va gestando en cada uno y en el colectivo. Haciendo la formación de Biodanza en la Escuela Guacararas me encontré con Elvira Sorribes (Profesora de Danza Contemporánea; Profesora de Expresión Corporal y Educadora Biocéntrica) y Teresita Echauri, (Profesora de Danza Contemporánea) y nos invitamos a formar un Equipo biocéntrico para llevar adelante la construcción del Taller. Laura Del Piano, directora de la Escuela de Biodanza Guacararas, acogió nuestro entusiasmo y nos propuso supervisar el trabajo del equipo y su implementación con el aval de la Escuela, dentro del marco de la Educación Biocéntrica”.

Nos cuentan las facilitadoras del taller: - De nuestra formación como profesoras de Biodanza, tomamos varias herramientas para la construcción del taller y el diseño de las clases. El inicio y final de **cada clase sucede con una ronda**. Seleccionamos y programamos las músicas respetando la **curva orgánica** (similar a la de una clase de Biodanza), el **modo de consignar** para convidar a los movimiento propuestos, la invitación a **autorregular la intensidad** de las danzas así como la **recuperación orgánica de la respiración**. Los encuentros se proponen con **danzas individuales, con un compañero** (con cambios de parejas), en **pequeños grupos**, y con la **totalidad de los participantes** (tres dimensiones del encuentro humano), e invitando a la expresión de la creatividad (individual, en pares y en grupo). Tenemos en cuenta al momento de la selección del material musical la presencia de las cualidades de los 4 elementos, y en cuanto al contenido de las letras de las músicas priorizamos que sean de carácter biocéntrico, que inviten a conectar con la maravilla de la vida. Todas estas características permiten la generación de vivencias de encuentros, de miradas, de piel, y los condimentos necesarios que generan confianza para iniciar

juntos el viaje hacia la exploración de mundos internos, que evocan la memoria colectiva, el saber popular de cada uno y del grupo. En el taller se invita además a descubrir desde la improvisación las posibilidades que esperan ser descubiertas al darse permiso de liberar movimientos danzados haciendo que cada uno descubra su propia danza. En el proceso habilitamos un espacio virtual en que los participantes del taller puedan compartir sus relatos, nos conmovieron profundamente. Compartimos algunos:

Diana: - “Sentir nuestra música, es conectar con nuestras raíces, nuestra historia personal y comunitaria. Entender el porque de cada danza, el significado de cada movimiento nos permite vivenciar lo de nuestros ancestros. Mientras danzamos manifestamos nuestro sentir, explorando posibilidades y descubriendo todo un universo de formas de expresión y comunicación.”

Lili: - “Conectar con la Madre Tierra, con nuestra música, con nuestros orígenes, de la mano de grandes maestras, por su sabiduría y calidez. Una hermosa mezcla de fuerza y amor. En lo vivencial impresionante la energía que surgió espontáneamente, tus manos en las mías, recordando de dónde vinimos y poder hacerlo juntos desde el amor.”

Charo: “Pude expresar la sensación de libertad en los desplazamiento. El gusto por escuchar nuestra música, en el aquí y ahora”.

Adriana: “-La clase maravillosa...me faltaba ese fuego..., así que desde ahora seré un carboncito.”

El sentido personal de las facilitadoras del Taller: Dice Laury: “ Este proyecto me conectó por un lado con mi energía vital, que al ser compartida se expande más, y con mi espíritu inquieto de explorar nuevos espacios y transmitir a otros este camino de vivencias, que tanto me integra. Ver los rostros luminosos de los asistentes, en cada encuentro, escuchar sus palabras sentidas me da la pauta que hay un saber genuino que está latente y vivo, que cada uno devuelve con familiaridad en la experiencia comunitaria: cantando y bailando, y se manifiesta como “ritual cotidiano”. Nos despierta las formas mas primitivas de ser con uno mismo y con el otro, donde el saber que se ofrece a la rueda se recrea. Y surge natural la confianza en la energía abundante y nutricia de la Madre Tierra, que al ser compartida es arrulladora y liberadora.”

Dice Teresita: “- Con este taller sentí que algo nuevo y poderoso se abrió dentro mío, algo que ahí estaba, y está, sólo que ahora lo puedo ver, sentir. La danza, con todo lo que ello implica: como expresión de quién soy, voy siendo y lo que siento.

Dice Elvira: “-En lo personal este taller es la concreción de un sueño donde el centro es mi pasión por danzar la música folclórica y habito la maravilla de hacerlo con amigas, utilizando la Educación Biocéntrica y avaladas por nuestra querida Escuela Guácaras.”



Un universo diferenciado puede ser amistoso

Fernando Luis Tort

1- Levanté la mirada de la Net donde leía a Morris Berman y contemplé por la ventana el habitual desfile de niños saliendo de la escuela a mitad de cuadra. La tarde gris, junto con una repentina vivencia de ya no poder volver a casa se confabularon y, de las brumas de la memoria, surgió mi primer momento consciente: tendría yo tres años cuando miré hacia fuera desde la pieza que compartíamos con mi hermana, vi pasar gente y me pregunté, literalmente, “¿por qué yo soy yo, y no otro?”... Reviví entonces el cimbronazo que me provocó constatar por primera vez que existían personas que yo no era acompañada, al mismo tiempo, por el golpe de la certeza de vivirla como una impresión incompatible. A partir de ese momento estaría aislado, cortado por los cuatro costados.

Qué es lo que cada uno de nosotros somos resulta una pregunta imposible de responder sino en relación. No sólo porque esencialmente no somos nada y tenemos trabajosamente que hacernos, sino porque sólo con otros podemos inventarnos, dejar de ser gozosamente algo fijo y ser en un sentido relativo: apenas para tal o cual. Presos de la impresión de ser mirados socialmente como una cosa por los demás, sin embargo, en nuestra cultura no nos resignamos a concebirnos simplemente como tal o cual si los demás no empiezan primero... Una contención afectiva semejante, donde el amor tendría esta paradójica función de servir como ley, será la característica principal de esa asociación lícita que tan apropiadamente llamamos entonces, con Rolando Toro, ‘matriz de renacimiento’.

Enseña Carlos García que hay al menos cuatro nombres a tener en cuenta cuando hablamos de la importancia de la afectividad en el crecimiento y desarrollo del ser humano:

John Bowlby, con su estudio de los huérfanos que provocó la guerra mundial y su desarrollo de la ‘teoría del apego’ y ‘base segura’ (la función materna) en tanto condición indispensable para una maduración integral.

Jean Liedloff, quien de su convivencia con tribus venezolanas propone el concepto de ‘continuum’ para nombrar esa necesidad de contención física, concreta y constante que debiera recibir un niño para sostener su bienestar y capacidad de resiliencia.

Michael Balint, quien discute la teoría edípica, y entiende que el conflicto del ser humano se centra en el protagonismo de la ‘falta básica’ en tanto vacío que provoca, no un complejo, sino el descuido padecido en algún período infantil.

Morris Berman, finalmente, quien articula los conceptos de ‘base segura’, ‘continuum’ y ‘falta básica’ con la pérdida del contacto kinestésico de sí, responsable de que nuestros actos estén por él concebidos, entonces, sólo para tapar el vacío interior.

Puede sorprender que un trabajo sobre la corporalidad como el que propone Biodanza precise hacer mención a un vacío interior. Pero no se puede abordar verdaderamente ni al cuerpo ni a la afectividad sino como un re-aprender la

posibilidad de ser desde y para la plenitud. Pues ¿qué viene a ser en la práctica amar, sino mitigar la amenaza que dicho vacío representa, pudiendo así dejar de buscar, con la ilusión de llenarlo, esos falsos y por lo tanto inútiles elementos que Bergman llama *de satisfacción secundaria*?

Para entender la naturaleza del vacío interior hay que comprender el surgimiento del ego, dice M. Berman, no tanto como un mero endurecimiento arbitrario sino, mas bien, como una traumática ruptura en la continuidad con el entorno exterior:

“*hay un rasgón de la tela... y Uno Mismo Vs. Otro será la oposición de la que tendremos que valernos el resto de nuestra existencia*”.

La responsabilidad de ese rasgón o vacío la tiene el entorno – al que llamará la *función materna*– cuando el ego en formación recibe rupturas en la continuidad innecesarias. Berman habla así de una *reflexión defectuosa*, refiriéndose con ello a la imagen distorsionada de sí que el infante recibe cuando se refleja de manera distorsionada en la madre: el yo se estructura así a partir de la *falta básica*.

2- Resumiendo. El alumbramiento de o a la conciencia produce una discontinuidad, y el cuidado que ponga el entorno afectivo en este proceso hará que el encuentro con el Otro sea entonces mucho menos traumático. Como el propio sí mismo está ligado a la percepción mental del cuerpo, Bergman dirá que la *falta básica* es un proceso somático, no meramente intelectual, y señala para la corporalidad, entonces, dos instancias absolutamente diferentes: a) desde el punto de vista *kinestésico* – vivencial – expresa al sentimiento de sí pero, b) desde el punto de vista de la mirada – la imagen especular-, va a representar la fachada o imagen de sí recibida a partir de los otros.

Al perder el punto de apoyo vivencial, la imagen del propio cuerpo se convierte en aquello que los otros ven de uno, con lo que el sí mismo *kinestésico* se oculta entonces por el visual, lo que soy para los otros:

El shock – dirá entonces Bergman - *no consiste en que haya otros, sino en ser otro para otros*.

El sí vivido – *kinestésico* - queda ocultado por el sí social, alienación que tiene como inmediato resultado la inseguridad psicológica. Lacan dirá por eso que la estructura del sí mismo es paranoide: el yo en formación experimenta que puede ser invadido siempre por el otro, y lo que llamamos el ego no es sino eso que surge para defenderse de esta probable invasión.

La paradoja de la conciencia de sí consiste en que la energía que debe ser movilizada para alejar al ‘intruso’ – nombre que acá recibe el prójimo, en última instancia - es un gasto no sólo inútil sino tremendamente contraproducente: este sistema por el cual el sí se enfrasca en él mismo fracasa porque el compromiso con el otro, negado en forma sistemática por conflictivo, es sin embargo lo que todos



deseamos somáticamente.

Y por eso Bergman insiste en señalar que una individuación sin violencia resulta, no sólo posible, sino indispensable:

La distinción sí mismo/otro – dice – puede existir sin que se torne en la oposición sí mismo/otro. Dicho en otra forma, un universo diferenciado puede ser amistoso.

Desarrollar la afectividad resulta, en la práctica, invertir no sólo la habitual manipulación a los demás, sino por sobre todas las cosas vencer la sensación de ser nosotros objeto de los demás. ¿Y cómo invertir esa sensación, obviamente, sino viendo a los demás como nuestros hermanos, religándonos así nosotros mismos a la especie entendida ahora no ya como género próximo y diferencia específica, sino como *matriz*, es decir, como ese lugar de contención, de *base segura*, de *continuum existencial*, que viene a reparar las consecuencias de la falta de amor primario al reparar nuestra *falta básica*?

El grupo de Biodanza integra a sus participantes de una manera, dice Rolando Toro, que lo diferencia radicalmente de la dinámica de grupo tradicional. Y lo que hace esta diferencia no es otra cosa que su posibilidad de constituirse como una ‘matriz de renacimiento’ a partir justamente del deseo de cada uno por renacer. La comunión que lo caracteriza no es entonces ni producto de una fe ni de un deseo de hallar en él lo que no hallamos luego en la vida de todos los días, sino resultado del coraje para volver a empezar a constituirnos idénticos a partir de los demás.

3- En *Cuerpo y Espíritu*, Berman dice que el recuerdo del primer momento consciente es algo muy común entre las personas. Pero si yo, cuando niño, me hubiese animado a compartir mi temor y asombro por no ser otro: ¿qué hubiesen podido contestarme mis padres?... Ser uno mismo carece de

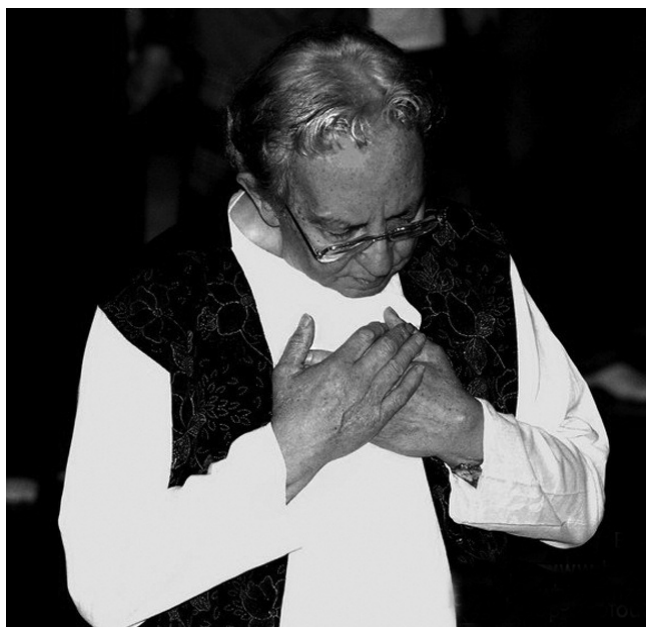
respuesta. O mejor: nuestra entera vida debería poder ser interpretada y revalorada como el propio intento – explícito o no – de responder qué misterio representa ser, en este sentido, nosotros mismos... Porque ¿cómo aco-mo-darnos, sin excesivo conflicto, a esa separación que inevitablemente supone ser?

La respuesta a dicha separación, brindada tanto por la filosofía clásica como la religión institucional, consiste en entender a la propia identidad en sí misma como un error, es decir, propiamente pecado. El uso más difundido que se ha hecho del concepto de ‘trascendencia’ lamentablemente estuvo ligado así a una concepción empírica de la culpa abonada por este sinsabor heredado del primer momento consciente. Todo lo que tuviera que ver con lo sensual debía ser necesariamente reprimido cuando hasta el mero hecho de vivir se consideraba entonces sensual: más allá de lo que alguien hiciera, el hecho simple de ser lo tornaba a uno inmediatamente culpable.

Felizmente, hoy tenemos una respuesta a la separación inherente al hecho de ser uno mismo que diametralmente diferente y revolucionaria: danzarla. Obviamente, danzar nuestra separación supone, nada mas y nada menos, enfrentar nuestro miedo a la soledad esencial. Pero es recién pudiendo convivir con este miedo como de pronto advertimos que precisamos de los demás para ser y entonces – sólo entonces – todo comienza a recomponerse.

En mi caso particular, poder decir que hoy danzo mi vida es así poder decir, al mismo tiempo, que hoy honro la vida. Pero no sólo que la reverencio sino, sobre todo, que vivencio como un don, o sea: como algo que no me pertenece propiamente hablando, sino que recibo sin merecimiento ninguno. Poder decir que danzo mi vida, en conclusión, es poder decir entonces que ya no vivo, simplemente, sino que me maravilla la vida y, por sobre todo, que finalmente agradezco ser yo.

Caminando con Rolando...



Elena Lucca

Un amigo me pregunta, ¿qué es el Principio Biocéntrico?

Mi inmediata respuesta:

El Principio Biocéntrico cambia el eje de lo homocéntrico a la totalidad de los organismos vivos y sus procesos para sostener la vida.

Este es un pequeño escrito sobre las preguntas que aparecen en este tema.

¿Qué significa desplazar el eje de lo sociocéntrico a la biocéntrico?

¿Cómo nos relacionamos con el 'otro', medio que nos rodea y sustenta nuestra vida?

No hay vida humana posible sin interrelacionarnos con ese 'otro', aunque actualmente nuestra vida se basa en las extracciones que hacemos de ese medio, sin reconocerlo y dejándolo exhausto.

¿Cómo es nuestra relación con él?

Hemos aprendido que nuestras relaciones con el otro son de 'dar y recibir'.

¿Lo hacemos con el medio que nos rodea?

¿Cómo podemos aprender de ese 'otro'?

Una vez, estando en un encuentro, paseaba por un parque y a cada paso me detenía a observar ciertos fenómenos de relación que aparecían a mi percepción. Sin que yo lo advirtiera, Rolando había estado observándome y sabiendo él que trabajaba en medio ambiente, se acerca y me dice, "¿qué miras?"

Mi respuesta fue señalarle lo que estaba ocurriendo delante de nuestros ojos y que si no enfocábamos en ello no lo tomábamos en cuenta. Después de un rato le pregunto, "¿qué ves?" y me responde "la relación de colaboración

entre insectos y flores", y agrego, "sí, y esa colaboración es posible porque en el silencio del parque el insecto se orienta por las vibraciones de los pistilos de la flor que se abrió por el sol y lanza su perfume que funciona como atractor que lleva el viento", "mira acá esta misma flor en la sombra" "su danza es distinta para poder interrelacionarse" y continuó, "y sabes porque es posible este contacto de beneficio mutuo? porque hay una situación que lo favorece, los elementos que sostienen la vida que en este pequeño lugar están presentes, la estructura del bosquecillo con árboles altos, medianos, pasto sin cortar que retiene humedad, el aire retenido por el follaje, etc. La estructura de lo natural está organizada para sobrevivir y multiplicarse."

Nuestra pregunta conjunta: como hacemos para incorporar y transmitir esto?

Creo que hay mucho por aprender empezando por desplazar nuestra atención sobre nosotros mismos y dirigirla hacia nuestro entorno.

Cuando caminamos, ¿lo hacemos pensando en nuestros propios temas? ¿pensando en hacer ejercicio para nuestro cuerpo? o ¿caminamos conectados con lo que nos rodea?

¿Cómo se reproduce la vida mas allá de nuestra especie? ¿Cómo nos alimentamos y se alimentan las otras especies? ¿Cómo se protegen? ¿Cómo gestionamos nuestro hábitat?

¿Cómo mirar en nuestro cotidiano cada lugar como una totalidad de especies en interrelación?

La biodanza nos muestra un recorrido hacia nuestra sensibilidad con nosotros como organismos vivos sensibles.

¿Cómo abrimos al reconocimiento y aprendizaje de lo que sucede a nuestro alrededor?

¿Cómo aprender de ese medio que nos muestra sus procesos para mantenerse viviente?

¿Cómo buscar la diversidad que genera vida?

¿Cómo pensar en las necesidades de los elementos, por ejemplo el descanso necesario para la tierra?

¿Cómo registrar las interdependencias, las redes, ciclos, bucles que existen en todo lo viviente?

¿Cómo contactar con la autopoiesis, la capacidad de los organismos vivos de autogenerarse y de auto-organización, del acoplamiento estructural con el ambiente?

¿Cómo aprender de la co-evolución de las especies?

Tenemos algunos instrumentos regios para esta tarea:

- 1) abrir nuestros canales sensitivos y perceptivos y
- 2) ecoalfabetizarse, es decir re-aprender lo que sucede a nuestro alrededor y preguntarse.

El Principio Biocéntrico nos implica con nuestra sensibilidad, inteligencia y astucia para RESTABLECER y CONVIVIR con la cadena que genera la vida

Ese, día, con Rolando, seguimos aprendiendo de lo que nos rodeaba, lo tomamos como nuestro maestro. Y cuando salimos del parque y nos internamos en un salón, íbamos sonrientes y repletos de vida, habíamos aprendido de la danza de la vida!

En Cuento y Alma: Biodanza y el arte de contar cuentos



Paula Martín

“El hombre es un animal poético, un poema inconcluso, cada individuo está desenvolviendo, a través de su existencia el poema de su identidad”.

Rolando Toro Araneda

Contar cuentos es un arte milenario, que ha servido para relatar la historia, para reunir a la tribu alrededor del fuego, para divertirse, compartir sensaciones, comunicar hechos, para transmitir una cultura y sostener la memoria colectiva. También es un arte que a través de los años se utilizó para dormir a los niños y para despertar a los adultos, para divulgar mitos, transmitir valores, reconstruir el pasado y proyectar el futuro. Contar es dialogar, compartir, humanizar... es encender la posibilidad de encontrar el sentido y la poética de la existencia humana. Escuchar es abrir los ojos y el alma a nuestra propia e inagotable imaginación estimulada por el narrador y su relato.

Desde el mismísimo comienzo de la vida, las personas nos contamos cuentos. Esos cuentos hacen que el mundo, por más caótico y complejo que sea, cobre sentido para nosotros. Así como nuestra identidad es la experiencia de nosotros mismos como centro de percepción del mundo, nuestros relatos son las palabras con las que contamos esa experiencia. Por medio de los cuentos comprendemos no simplemente lo que el mundo o las cosas son, sino lo que significan. Y hay allí, una historia personal, privada, íntima que nos habla de quiénes somos. Y ese relato que hacemos sobre nosotros mismos conforma nuestra identidad narrativa. La trama de nuestra historia y las valoraciones referidas a lo que nos sucede son pequeños cuentos, pequeñas unidades de sentido, con un comienzo y un fin tal como tienen los cuentos. Así, con el lenguaje, podemos captar nuestra experiencia y tomar conciencia de ella.

El lenguaje nos hizo humanos, las palabras nos diferencian de otras especies animales. Somos seres de

palabras. Las palabras nos definen y nos identifican ya desde nuestros primeros días. Cuando un bebé llora su madre lee este llanto y lo traduce en palabras: “tiene hambre”, “está sucio”, “le duele la panza”. Al crecer vamos conociendo y nombrando al mundo que nos rodea: “sol”, “agua”, “mamá”... y llega un día en el que podemos contar y ponerle palabras a lo que nos sucede, lo que sentimos, lo que pensamos y lo que deseamos. Luchamos o amamos con palabras. Lloramos, reímos, vivimos con palabras. Y cuando dejamos este mundo lo que queda de nosotros son nuestras historias. No es del polvo de dónde venimos y hacia dónde vamos, sino de las palabras.

El lenguaje hizo explícita nuestra conciencia, nos permitió vincularnos con los demás a través del diálogo y con él ampliamos nuestra imaginación para que podamos crear belleza y sueños. Me imagino a nuestros ancestros, sentados alrededor de algún fuego, contando las primeras historias que fueron contadas. Me los imagino mirando las estrellas, pensando en la maravilla y la magia, compartiendo temores y anhelos. Quizás a pesar de toda el agua que corrió en los ríos, de todas las lluvias que cayeron, de todos los amaneceres y eclipses, las guerras y las evoluciones, quizás aun así, las historias de ellos y las nuestras tengan los mismos ingredientes. Juan Rulfo decía que no hay más que tres temas: el amor, la vida y la muerte¹. Con los mismos temas o no, cada vez que contamos un cuento hoy, nos transformamos en un eslabón más de una cadena humana de historias que tiene ya miles de años. El pensamiento analítico nos permite decodificar el mundo, descomponerlo en partes, separar los distintos elementos para verlos y estudiarlos detenidamente de manera aislada. Sin embargo, son las narraciones las que vuelven a codificarlo todo, vinculando y relacionando unos elementos con otros. Cuando este proceso sucede, es que nos apropiamos de lo que antes analizamos y lo transformamos en aprendizaje.

Además de estos relatos cotidianos, esta manera de



La gente se reunía para atender al que iba a narrar sobre el origen.

El orador, que por razones de tiempo y sensatez era un anciano, había realizado meticulosamente los pasos del rito porque de ninguna otra forma hubiese enfrentado la tarea de decir palabras ante su pueblo, las mismas palabras que muchos habían dicho antes que él y, sin embargo, eran palabras nuevas.

El anciano se sentía cansado, las piernas y el pecho se quejaban. Pero sabía de sobra que una vez que comenzara a hablar todo cambiaría. Cuando él se transformara en columna de la voz, las fuerzas de la juventud regresarían. Y eso se debía a que la Palabra era anterior, y así como los había creado podía regresarles el vigor.²

contar quiénes somos a través de nuestras historias, están las historias de todos. Los mitos, las leyendas, los cuentos populares, los cuentos literarios, las historias de otras vidas, que pueden ser tanto **espejos** donde reflejarnos como **ventanas** que se abren a otros mundos, a otras realidades que nos trascienden.

La autora de *Mujeres que corren con los lobos*, Clarissa Pinkolas Estéss observa:

“Cuando utilizamos los cuentos manejamos una energía arquetípica que podríamos describir metafóricamente como una especie de electricidad...”

El arquetipo nos hace cambiar. El arquetipo nos infunde una integridad y una resistencia reconocibles... tenemos que cerciorarnos de que las personas estén total y absolutamente conectadas con la electricidad de los cuentos que llevan consigo y narran a los demás.”

Eso que la autora define como “electricidad”, es esa chispa que perdura en los cuentos a través de los años, de las culturas y de las generaciones. Es una chispa que se ha transmitido de boca en oreja y de oreja en boca y que aún hoy, lo sigue haciendo. Resuenan en nosotros tanto las palabras nuevas como las antiguas, las de nuestros ancestros.

En muchas culturas, la narración oral ha sido asociada al arte de curar y al de enseñar. Tanto los chamanes como las curanderas eran quienes tenían el don de la palabra, quienes contaban los cuentos que los identificaban como grupo y eran también los cuentos y las palabras las que tenían el poder de sanar. Las sociedades orales le confieren a la palabra rango sagrado, lo que se nombra se crea.

Los dientes estaban bien limados, había yo limado mis dientes para evitar que las palabras se lastimaran al salir de mi boca.

Y me enjuagué con agua salada para que las mentiras no prosperaran en el hueco de la garganta.

Por último me unté la lengua con savia pegajosa, lo hice para que las palabras se demoraran lo suficiente y no se enredaran en su propio sonido.

Una idea de cómo es que las palabras y las narrativas nos curan se explica a través de una zona específica del cerebro llamada justamente “el intérprete” que se encarga de monitorear todas las conductas de las distintas redes neuronales y de interpretar cada acción individual para lograr armar una idea unificada de sí mismo. No se sabe en qué zona específica del hemisferio dominante está, pero sí se sabe cómo es que actúa: el intérprete **crea historias y creencias** para explicar eventos internos y externos y de este modo darle a la persona un sentido de unidad. Es decir, durante cada día, cada momento de nuestra vida, el hemisferio izquierdo va recopilando la información que tiene (percepciones, memorias, sensaciones, acciones y la relación entre todo esto), y con todo esto adentro de la olla inventa un relato coherente para nuestra conciencia, cocinando así, nuestra narrativa personal. Esta narrativa personal está conformada tanto por **memorias verdaderas** como por **memorias falsas**, que son el resultado de la interpretación antedicha. Luego, día tras día, hay cosas que recordamos y cosas que olvidamos.

Con los recuerdos vamos armando nuestra memoria autobiográfica, que también tiene incidencia en nuestro presente, ya que al evocar estos recuerdos sentimos que volvemos a vivirlos. Las estructuras cerebrales que están involucradas en la memoria autobiográfica también alimentan circuitos neurales ligados a las emociones y esas emociones tienen un rol fundamental a la hora de evocar estos recuerdos. La forma en que recordamos un hecho en particular se relaciona directamente al **modo en que lo relatamos** la última vez sin que sea necesariamente lo que originalmente sucedió. Recordar se transforma en un acto

creativo en el que con nuestra imaginación reconstruimos aquello que evocamos.

En palabras de Jerome Bruner³ “*Hablar de nosotros a nosotros mismos es como inventar un relato acerca de quién y qué somos, qué sucedió y por qué hacemos lo que estamos haciendo*”. Este relato no es el mismo siempre, se va modificando con el correr del tiempo, con la posibilidad de resignificarlo y porque la memoria no es estática sino que tiene plasticidad y es maleable y frágil ante nuestras emociones de hoy. La narrativa personal tiene poder sobre el pasado y la memoria autobiográfica, sobre el presente respondiendo a la pregunta de quién soy y sobre el futuro, al entrar en el terreno de nuestros deseos, imaginar escenarios futuros, y motivar desde esas imágenes, nuestras acciones del presente. Citando nuevamente a Jerome Bruner, “*las narraciones son parte de nuestro bagaje para enfrentar las sorpresas, nos enseñan a imaginar qué podría ocurrir, a adentrarnos en el reino de lo posible*”.

La biodanza y los cuentos van de la mano, se entrelazan y llegan a los mismos lugares, los arquetipos humanos, la verdad profunda de nuestra identidad, las emociones humanas universales, lo que nos hace humanos y nos hermana. Ambas disciplinas requieren de lxs otrxs, ambas se inician desde el círculo humano. Hay en ambas una posibilidad de conectarnos con el mensaje profundo que hay dentro nuestro, lo que vinimos a contar. Ambas nos permiten abrir el corazón y vivenciar la red humana. Sin embargo, combinadas son poderosísimas, los cuentos se transforman en consignas y la clase, en un cuento que se vivencia.

En las clases de biodanza y cuentos, aprendemos el arte de contar cuentos a través de las posibilidades expresivas y creativas que habilita la biodanza así como practicamos biodanza incorporando y entrelazando cuentos en las consignas. Esta experiencia combinada se realiza tanto de manera continua a través de talleres mensuales que se extienden a lo largo del año, como así también como talleres únicos tales como los realizados en el marco del Encuentro Internacional de Narración Oral de la Feria del Libro de Buenos Aires (años 2015 y 2017), en los encuentros de Oralidad del Paraguay “La patria que late en mí” (años 2016 y 2017) y en el Encuentro Regional Sur de Biodanza de Piriápolis del 2016.

En nuestra vida, no podemos modificar lo que ya sucedió, pero sí podemos modificar las historias que contamos sobre lo que nos sucedió y de este modo

resignificar nuestro pasado. Eso mismo hacemos en Biodanza, contamos una nueva historia a través del proceso de reparentalización, al evocar protovivencias y al generar un ámbito con ecofactores positivos donde puedan desarrollarse los potenciales genéticos que no se hayan podido expresar en su momento. Nada está perdido para siempre, todo es posible de volver a narrarse y con esto cambiar el cuento y así, cambiar nuestra vida. Lo que contamos sobre quiénes somos hoy y sobre nuestros anhelos y proyectos futuros, también es maleable. Y ahora comprendo, porqué hay tantos mitos sobre la creación de los seres humanos que nos hacen provenir del barro. Somos una arcilla que se modela permanente. Como dice Silvio Rodríguez en su canción *Sólo el amor: Debes amar, la arcilla que está en tus manos, debes amar su arena hasta la locura... sólo el amor alumbró lo que perdura, sólo el amor convierte en milagro el barro...*

Notas

¹ *El desafío de la creación*. Juan Rulfo – Tomado de la Revista de la Universidad de México, VOL. XV, NÚM. 1, DE 1960

BODOC, Liliana: Los portavoces verdad y belleza. Compendio Volumen 3. Encuentro Internacional de Narración Oral

BRUNER, Jerome: La fábrica de historias: Derecho, literatura, vida. Buenos Aires: FCE, 2003



Biodanza es lo que vive

1
Biodanza es lo que vive
en mi cuerpo colosal
es el baile magistral
de la célula que pide
la caricia que derribe
el dolor que nos disocia
biodanza es la gloriosa
placentera certidumbre
d'estar juntis en la cumbre
d'esta vida misteriosa.

2
Es la música que toca
nuestros músculos sensibles
la que afina los fusibles
de la sangre que alborota
y despierta gota a gota
desplazando los dolores
reviviendo los colores
conectando en el cerebro
agudeza con que enhebro
a los neurotransmisores.

3
Biodanza es el cariño
la ternura y el afecto
sin perder el intelecto
es la mano con que un niño
me acaricia y yo me tiño
del color de la esperanza
es un poco *extravaganza*
aprendernos a querer
descubriendo así el valer
de la vida que nos danza.

4
De la vida *q'en* la piel
representa nuestra historia
en las células memoria
del amor que ha sido fiel
del sabor con que la miel
ha regado nuestros valles
'sin perder ningún detalle'
y que guarda en sus arcones
el placer que a los dragones
hoy espanta de mi talle.

5
Biodanza es la lujuria
excitante de beber
en la fuente del placer
sin temor a la censura
es barrer a las penurias
que navegan por mis pagos
con el éxtasis deshago

lo que a veces me atormenta
es aquello que ornamenta
mi reflejo en este lago.

6
En el lago son reflejos
de mí misma en mi compañía
pa' que se abra la mañana
en los ojos que perplejos
al mirar me llevan lejos
en su reconocimiento
al mirarnos vamos lento
suavecito entrelazando
nuestro viaje así llegando
al camino del encuentro.

7
Del encuentro hacia crear
inventando recorridos
de momentos bien vividos
para así poder sortear
los peligros al bordear
patriarcado degradante
con la fuerza que anhelante
nace desde el corazón
imagina con pasión
a la vida como un arte.

8
Como el arte de soñar
siempre con mundos mejores
aunque siempre habrá temblores
siempre podremos volar
y sin fin atravesar
multitud de dimensiones
trascender las estaciones
en el cuerpo así extasiado
dulce y arremolinado
al cantar nuestras canciones.

9
Y al querer salir del caos
tu atractor será el amor
sólo entrégate al fragor
del amar por todos lados
descubriendo anhelados
fabulosos derroteros
de los vínculos sinceros
de la fuerza del encuentro
que todas llevamos dentro
como el agua en los esteros.

10
El ambiente enriquecido
es l'alquimia de una clase
es la fuerza que te hace

despertar a tus sentidos
y sentirte hoy tan vivo
con estímulos variados
entre todas abrazados
con la música y el baile
es el agua y es el aire
al sentirnos bienamados.

11
Biodanza en su propuesta
con las cosas en su sitio
biocéntrico principio
es la ética a que apuesta
porque encuentra la respuesta
a la guerra inmemorial
es saber hoy valorar
defender siempre la vida
la valiente, decidida
libertad de amar la paz.

12
Integrando la emoción
afectivo movimiento
y sutil discernimiento
que nos lleve a la fusión
de vivir esa pasión
en vital sinceridad
lejos de la vanidad
la vivencia es el camino
la ternura es nuestro sino
y nuestra felicidad.

13
Es la percepción ampliada
percibir con sutileza
la emoción que con simpleza
hoy me tiene desbordada
los sentidos y entregada
a captar los más profundo
los destellos d'este mundo
te lo digo con candor
ya estará ebria de amor
en mi piel lo más fecundo.

Carmen Durán Carrasco
Concepción, Chile

*¹ Décimas inspiradas en
Curso de Aplicación
Educación Biocéntrica,
con Rolando Toro Araneda,*

Inconsciente Numinoso y la “alquimia” de la vivencia

Patricia Colina

La presencia de lo que Rolando Toro, llama *Inconsciente Numinoso*, “...la parte más profunda del ser humano, con potenciales extraordinarios, diferenciados y refinados...” “la energía numinosa que se relaciona con la gracia, la creatividad, con lo eterno”. Con nuestra propia luz de vida. Allí es que, desde las vivencias de la línea de Trascendencia, Las Posiciones Generatrices nos vinculan con expresiones originarias del ser humano, formas de lenguaje corporal y gestual que nos unen al cosmos y a la esencia misma de ser-humanos, por nuestros sentimientos, por nuestras actividades y peculiaridades que se evocan de nuestra humanidad, de nuestra evolución y los gestos que surgen espontáneos en ese hacer. Estas posiciones arquetípicas están impregnadas de eternidad, la infinitud dentro de la finitud.

Permitirse reciclar la energía cósmica, va siendo un camino fecundo hacia una fuente enorme de vitalidad y salud. Reconocer la fuerza grandiosa de la propia identidad, recuperando lo sagrado dentro de sí mismos, lo misterioso, lo divino de nuestra especie, asimismo Identificarnos con lo

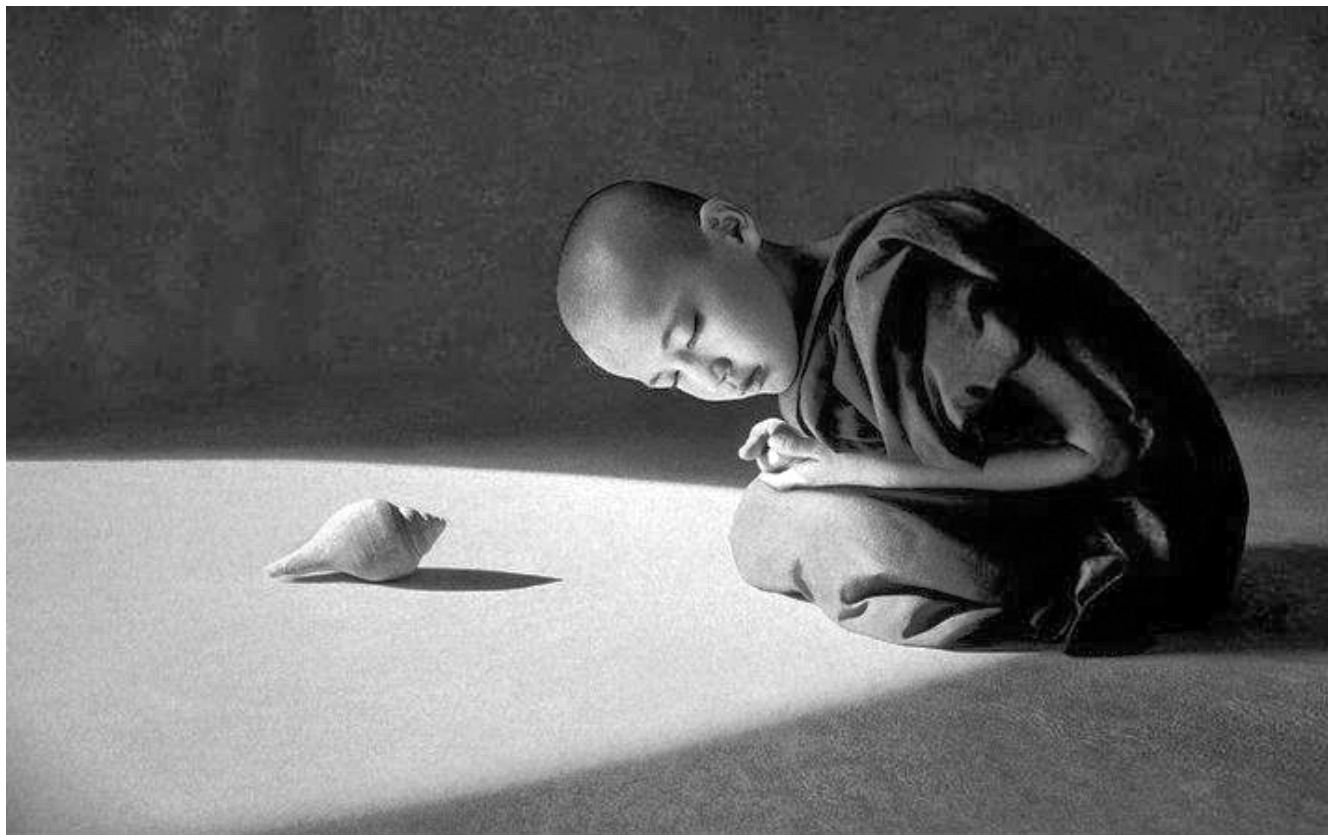
que nos rodea y la luz de vida que nos une, integrarnos y recrearnos en nuestro mundo psíquico, reconocernos humanos en relación con los otros (alteridad y mismidad), tomando este saber olvidado, hermanarnos con el cosmos, conmovernos de estar vivos y envueltos en esta asombrosa

belleza viva. En ese instante estamos abriéndonos canales de apertura de conciencia, ahí nos involucramos intensamente, para propiciar este camino en el proceso de revelar los potenciales propios de nuestra especie, para dar pequeños o grandes saltos cualitativos y desplegarlos, en distintos niveles de percepción, conocimiento e integración. Esto ocurre en un tiempo y un espacio único de vivencia intensa y acontece la “alquimia” biológica y

psicológica, renovación celular y energía psíquica que se mueve, transmutando.

Ligar el sentir al gesto, al movimiento que aparece, desde el contacto sensible y emocionado, nos habilita a bucear en nuestros profundos recovecos de intimidad, en lo vasto e inacabado de nuestra identidad, donde sucede lo inexplicable y maravilloso transformándose en sentimiento enraizado de encuentro con nuestra condición humana primordial.

“Reconocer la
fuerza grandiosa
de la propia
identidad,
recuperando lo sagrado
dentro de sí mismos





La potencia de una pregunta

Román Mazzilli

“¿Papá, a vos te gusta ganar o perder?”

La pregunta me la hizo una Miranda de 4 años, sentada en el asiento trasero del taxi que nos llevaba de Colegiales a Munro.

Era domingo de mañana y con ella y Julieta -de 5 en aquel momento- me dirigía a votar en las elecciones presidenciales que terminarían consagrando a De la Rúa. Lo que sucedía era que Julieta iba mirando los carteles políticos mientras el taxi avanzaba y me preguntaba si yo iba a votar alguno de los candidatos que aparecían en grandes imágenes en casi todas las cuadras.

-¿Vas a votar al cabezón?, empezó la indagatoria Julieta.

-No.

-¿Vas a votar a chupete?, continuó con cierto orgullo de mostrarme que conocía los apodos de cada postulante.

-No.

-Pero... ¿quien va a ganar?

-Alguno de esos dos.

-¿Y vos a quien vas a votar?

-A un candidato que va a salir entre los últimos.

Y ahí fue que vino a quemarropa la pregunta de Miranda, que hasta ese momento estaba en silencio escuchando nuestro diálogo:

-¿Papá, a vos te gusta ganar o perder?

Tardé años en contestarle. En ese momento no pude. Solo creo haber esbozado una de esas muecas estúpidas que hacemos los adultos cuando es imposible hablar o escapar.

-Nmsee, uy, este, je...

Tardé años, decía, en responderle, aunque le hice espacio a su pregunta en todo mi cuerpo. Cada día, todos los días, como un eco a veces, como un grito otras. Ya no era solamente suya la pregunta, sino que también era mía. Y no se trataba de una mera cuestión electoral, sino que interpelaba cada aspecto de mi vida.

Y sucedió que en medio de unas Jornadas de Psicodrama, varios años después, en el momento en que me tocaba intervenir en una mesa sobre vaya a saber que tema, apareció mi respuesta. En esa ocasión mi hija no tuvo mejor idea que sentarse espontáneamente a mi lado, casi como una panelista mas, y esa situación me dio pie para retomar el hilo que había dejado suelto en aquel taxi.

-Te voy a contestar, Miri, la pregunta que me hiciste hace unos años, comencé diciendo en mi exposición ante su sorpresa y la del auditorio.

-A veces se gana, a veces se pierde y eso solo son detalles. Lo que a mí me gusta es jugar, divertirme, participar, compartir, treparme, soltar, cantar, vivir... Ganar o perder no son lo mismo, pero la mayor parte de las veces...me da igual. Lo que yo celebro es estar vivo, seguir, insistir.

Le pregunté entonces si daba por respondida su pregunta y ella movió la cabeza con gesto de aprobación.

Ahí continué o mas bien empecé con el tema que iba a tratar en la mesa, pero ya no me importaba nada más. Ya no me importaba ganar o perder. Pude salir, por fin, de la captura de vivir la vida como un campeonato, como una carrera, como una competencia.

Estaba libre, aliviado y listo para seguir.

Tardé años, como dije, en responder y en aprender.

Pero tuve y tengo las mejores maestras

Lo aconsejaban Sócrates y Nietzsche: ¡bailemos!

*El baile puede revelar todo el misterio
que la música concede.*
Charles Baudelaire

Visualizar a Nietzsche o a Sócrates bailando no es la primera imagen que llegaría a la mente al pensar en ellos; el primero era un nihilista taciturno y el segundo un maestro de la dialéctica que siempre mantuvo el temple ante las discusiones entre animales políticos. Sin embargo, la imagen en sí es una de las más felices y está basada en la realidad. Nietzsche y Sócrates bailaban, y sus apologías del baile son una irresistible tentación a hacerlo.

Todos estamos familiarizados con el pronunciamiento de Nietzsche sobre Dios y el baile (“Yo sólo creería en un dios que supiera bailar”), pero su obra está repleta hasta el borde de elogios a esta práctica (bailarines dionisiacos, sátiros danzantes, hombres, mujeres y niños que bailan sin cesar) y él mismo fue un bailarín solitario. Para él la libertad nunca es más participativa, en el sentido en que podemos elegir cómo fluir con el flujo del mundo, como lo es en el baile. Bailando uno entra en el ritmo de las cosas, del viento, del pulso de la vida que siempre es el mismo pero está a disposición del libre albedrío del cuerpo. He ahí su belleza. El cuerpo puede elegir cómo participar del ritmo y la gravedad mientras la conciencia del ego está perfectamente enfocada y relajada, y el yo conduce a la totalidad de las partes en un juego libre de fuerzas.

Para el filósofo era una estupidez creer que el cuerpo material es una cosa física que existe independientemente del espíritu. Incluso pensar era para él una actividad física: “el pensar ha de ser aprendido como ha de ser aprendido el bailar, como una especie de baile... ¡Quién conoce ya por experiencia [...] ese sutil estremecimiento que los pies ligeros en lo espiritual transfunden a todos los músculos!”. No es sorprendente entonces que este amante del éxtasis físico privilegiara lo lírico sobre lo discursivo, que quisiera que sus palabras se movieran con pies ligeros -como su Zarathustra- y trascendieran sus significados convencionales. Mas fueron los movimientos de su gran maestro Sócrates los que primero le ejemplificaron ese gran baile de la razón.

En el Simposio, Jenofonte cuenta que mientras Sócrates observaba el performance de un bailarín siracusano quedó infatuado por su gracia. En la armonía de sus movimientos se veía aún más bello que estando quieto. Después, Sócrates confiesa que Cármides lo encontró bailando solo y pensó que estaba loco, pero cuando le describió su intención de hallar armonía en sus movimientos Cármides comenzó su propia práctica solitaria de boxeo con sombras (porque no sabía bailar). Esto desde luego remite a la famosa frase de Nietzsche (quien quizás la imaginó a partir de esta anécdota): “Y aquellos que fueron vistos bailando, fueron considerados locos por quienes no podían escuchar la



música”.

Para Sócrates el baile era la manera óptima de mover el cuerpo en la simetría simultánea de todas sus partes, a diferencia de otro tipo de ejercicio físico como correr o luchar. La relación entre lo bello (kalos) y lo más bello (kallion) es una de movimiento y proporción. El filósofo, al darse cuenta de que un cuerpo era mucho más hermoso en movimiento total y gracioso que en mero descanso, aprendió a bailar cuando ya era viejo, a los 70 años. Recordemos que también dijo que: “La música y el baile son dos artes que se complementan y forman la belleza y la fuerza que son la base de la felicidad”.

Ambos filósofos, característicamente solitarios además, encontraron felicidad en el baile. Una felicidad que podrá entender todo el que haya bailado solo y se haya entregado a las fuerzas dionisiacas que surgen de las profundidades a la superficie del cuerpo. Es verdad que no es necesario que el baile sea solitario, pero es más probable que en soledad

pueda disolverse la torpeza rígida de la autoconciencia y el ego quede suspendido por un momento. Entre menos se involucre el ego consciente, tanto más grande será la agilidad de movimientos y la libertad. Nosotros no creamos el flujo del mundo ni las fuerzas gravitacionales, ni jamás podremos abolirlas, pero sí podemos bailar con ellas. Esta es una de las grandes manifestaciones de libre albedrío que nos han sido dadas: es preciso sentir, aunque sea de vez en cuando, toda la libertad del cuerpo. Ya lo dijo el poeta y crítico de baile Edwin Denby: “Hay un poco de locura en el baile que hace a todo el mundo mucho bien”. Bailemos.

“Yo sólo creería
en un dios
que supiera
bailar”

Congreso Mundial - Chile 2017: “El Encuentro con lo Esencial”



Fernanda Morixe

Finalmente después de todo un año de arduo trabajo, en el que hubo que hacer frente a múltiples desafíos llego Julio y por primera vez en Chile, tierra natal de Rolando Toro, se celebró un Congreso Mundial.

Llegaron Biodanzantes de todo el mundo, de diferentes países de América y Europa, y durante 4 días fue una gran fiesta! Pero en realidad, fue mucho más que eso...

Si miramos el panorama actual de nuestro mundo occidental se evidencia que estamos en una profunda crisis que se manifiesta en diferentes niveles. Pensando específicamente en la convivencia humana, no es algo nuevo, posiblemente debamos remontarnos varios siglos hacia atrás para dar con su origen. Y es en este escenario que la Biodanza nace como una respuesta, la invitación a renacer de los gestos despedazados de dolor y carentes de sentido. La Biodanza, como bien lo dijo su creador Rolando Toro, nace de la nostalgia del Amor.

Es en este contexto mundial de crisis que invitamos a danzar, porque sabemos que la danza, como movimiento pleno de sentido, genera nuestro destino.

Fueron muchos los que sintieron ese llamado, de salir de sus rutinas laborales y familiares y comulgar con Kairos: “Dios del momento oportuno”, de la oportunidad. Viajaron atravesando océanos y montañas para llegar al sur del mundo para el “Encuentro con lo esencial”. Hermanos de Venezuela, a pesar de las tremendas dificultades que hoy viven en su país, hicieron lo imposible para llegar a Chile, viajaron días por tierra y por aire. La comunidad de Biodanza se movilizó solidariamente, amigos abrieron las puertas de sus casas y recibieron a los hermanos de este

país. Podría ir narrando muchas historias de biodanzantes que se movilizaron a un nivel donde ir al congreso fue “*una peregrinación a los brazos el hermano*”

Si bien en un congreso se ofrece la oportunidad para que los facilitadores didactas den a conocer su trabajo, se expandan laboral y profesionalmente, creo que lo más importante y significativo fue sentir que comulgábamos con una misma Fe, la Fe en el Amor.

Las vivencias activaron lo sublime del ser humano y las conferencias hicieron evidente el aporte e impacto social que está teniendo la Biodanza en diversos lugares y distintos países: Biodanza clínica, Biodanza en cárceles, Biodanza Organizacional, Biodanza en discapacidad, neurociencias, en educación, familia, bioresiliencia, acción social, etc.

De esta misma manera se inició el pre-congreso de Directores de Escuelas, quienes llegaron a trabajar con entusiasmo, dedicando dos días a fortalecer los vínculos a partir de recibir la enorme diversidad humana en su corazón. Salimos con la confianza que de esta manera podemos crecer hacia una instancia mayor e integradora como la Federación Internacional de Biodanza

Durante esos días de Julio recibimos noticias del Paraíso, personas de todas las nacionalidades y edades, niños jóvenes y abuelitos danzamos juntos! En los pasillos del hotel O'Higgins de Villa del Mar había verdaderos atochamientos de abrazos, cantamos y bailamos el sábado en la noche evocando a Dionisos.

Volvimos a nuestro hogar nutridos, sintiendo la fuerza del amor de la “Gran comunidad” en nuestro interior, inspirados para seguir creando y trabajando por un mundo mejor.

Dossier fotográfico

*(Danzas,
vivencias
y encuentros
en el
Congreso
de Chile)*









GUIA DE FACILITADORES Y DE CLASES

Facilitadores	Hora	Lugar	Teléfono	Email
Lunes				
Julio Marjovsky	19.30 hs.	CABA / Almagro	15-3025-7773	juliomarjovsky@hotmail.com
Pablo Terrén y Verónica Distch	20 hs.	Bs. As. / Olivos	(0232) 649-6062	pabloterren@hotmail.com
Mariela Furman	19.30 hs.	CABA / Chacarita	15-5829-3855	marielaforman@gmail.com
Lucía Rocha y Nicolás López Meyer	20 hs.	CABA / Colegiales	15-3278-8173	Fb: biodanza poesia en movimiento
Juan M. Romero y Jorge Blomberg	10 hs.	CABA / V. Devoto	15-3859-5545	jmrgluz@hotmail.com
Agustín Terrén	20.30 hs.	Bs. As. / Hurlingham	(02326) 15-433-752	agustinterren@yahoo.com.ar
Maria Tacite y Lorena Machuca	18 hs.	Córdoba / Cba. Capital	(0351) 15-631-8431	idehas.biodanzacordoba@gmail.com
Marta Sesma	19.30 hs.	CABA / Almagro	15-6293-4633	martasesma@yahoo.com.ar
Beatriz Usátegui	18 hs.	Bs. As. / San Martín	15-3021-0811	beatrizusatogui@gmail.com
Fernanda Molina	18.30 hs.	Bs. As. / Ituzaingo Norte	11-5120-7312	
Gigi Barua	17.30 hs.	Santa Fé / Rosario	(0341) 482-0704	Fb: Gigi Barua
Josefina Sanz y Julia Manchado	19 hs.	Bs. As. / La Plata	(0221)15-3628860	
Martes				
Román Mazzilli	20 hs.	CABA / Chacarita	15-6441-4408	campogrupal@gmail.com
Darío Fatta	21 hs.	CABA / Floresta	15-3861-8821	dariofatta@hotmail.com
Marcela Enriquez	17hs.	CABA / Almagro	15-6442-3504	emache@hotmail.com
Rosana Daniele	18.30 hs.	Córdoba / Río Cuarto	(0358) 5094-151	rosana.daniele@hotmail.com
Ricardo Spreafico	19.30 hs.	CABA / Palermo	15-3678-4294	picasabiocentrica@gmail.com
Cecilia Barrios y Andrea Montaldo	19.30 hs.	CABA / Belgrano	15-6619-1000	cecibarrios76@gmail.com
Alicia Francisca - Pancha	20 hs.	Santa Fe / Rosario	(0341) 5012-538	pancha67@yahoo.com
Estela Piperno	20 hs.	Córdoba / V. Carlos Paz	(03541) 15-587-755	centroformacionvida@yahoo.com.ar
Orlando Victor Gutiérrez	18 hs.	Bahía Blanca	(0291) 6421-451	ovgutierrez@hotmail.com
Norberto Lopez	20 hs.	CABA / Almagro	15-5762-2756	norbertobiodanza@hotmail.com
Laura Del Piano	21 hs.	Chaco / Resistencia	(0379) 468-4710	lauradelpiano1@hotmail.com
Patricia Colina	19.30 hs.	Salta / Salta Capital	(0387) 505-3981	biodanzasalta@gmail.com
Silvana Correia	19.30 hs.	CABA / Villa Luro	15-6020-4528	silvanabiodanza@hotmail.com
Emilce Merlo	18.30 hs.	San Juan / S. Juan Cap	(0264) 445-4282	efmc69@hotmail.com
Rodri García y Valentino Terrén Toro	19.30 hs.	Bs. As. / Ing Maschwitz	(0348) 15-420-4490	valentino.terren.toro@gmail.com
Pablo Aguilera y Jonathan Carballo	10 hs.	CABA / Chacarita	15-3954-76015	pabloaguilera@gmail.com
Guille Retamosa y Ana María Alberti	19 hs.	Córdoba / Cba. Capital	(0351) 15-341-2279	idehas.biodanzacordoba@gmail.com
Verónica Toro	19.30 hs.	CABA / Palermo	15-4444-5423	secretaria@terrentoro.com
Olga Martínez	19 hs.	Bs. As. / Monte Grande	15-4401-5904	olismart@gmail.com
Miércoles				
Helga Lara	17 hs.	Misiones / Posadas	(03764) 630-009	helgaschultze@gmail.com
Ivana Fernandez Treviño e Inés Fitte	19.30 hs.	Bs. As. / Olavarria	(02284) 505-159	inesfitemaga@gmail.com
Pablo Terrén y Laura Rigacci	20 hs.	Bs. As. / S.A. de Areco	(0232) 649-6062	pabloterren@hotmail.com
Patricia Ghisio	20 hs.	CABA / Villa Urquiza	4522-7309	ghisiopatricia@gmail.com
Andrea Montaldo	19.30 hs.	Bs. As. / San Pedro	15-5316-6343	andremontaldo@gmail.com
Patricia Colina	19.30 hs.	Salta / Salta Capital	(0387) 505-3981	biodanzasalta@gmail.com
Betina Galante	17.45 hs.	CABA / Almagro	15-5620-0332	betinagalante@yahoo.com.ar
Mónica Souto	19.30 hs.	Bs. As. / Lincoln	(02355) 642-169	monidanza@hotmail.com
Tito Spátola	20 hs.	CABA / Almagro	15-5978-9536	titospatola@yahoo.com.ar
Norberto R. Lopez	20 hs.	CABA / Almagro	15-5762-2756	norbertobiodanza@hotmail.com
Laura del Piano	20.30 hs.	Corrientes / Capital	(0379) 468-4710	lauradelpiano1@hotmail.com
Cesar Rosental	17 hs.	Chaco / Resistencia	(0379) 459-3762	cesarhugor@hotmail.com
Emilse I. Pola	20.15 hs.	CABA / Belgrano	15-5329-1268	polaemilseines@gmail.com
Guille Retamosa y Ana María Alberti	19.30 hs.	Córdoba / Cba Capital	(0351) 15-341-2279	idehas.biodanzacordoba@gmail.com
Leandra Bonofiglio	20 hs.	Santa Fé / Rosario	(0341) 15-547-3886	leabonofiglio@hotmail.com
Emilce Merlo	18.30 hs.	San Juan / S. J. Capital	(0264) 445-4282	efmc69@hotmail.com

Sol Toro y Franco Luciani	19.30 hs.	CABA / Chacarita	15-3602-1704	tuvidaestaentusmanos@gmail.com
Hannah Szmukler	19 hs.	CABA / Caballito	15-4098-6774	biodanzamares@gmail.com
Verónica Toro y Raúl Terrén	19.30 hs.	CABA / Palermo	15-4444-5423	secretaria@terrentoro.com
Lilian Botaya	18.30 hs.	Bs. As. / San Miguel	15-3159-0294	lilianbotaya@hotmail.com
Marta Oliveri	18.30 hs.	Chubut / Cro. Rivadavia	(02945) 643-069	martaoliveri@yahoo.com.ar
Facundo Biocentrico	20.30 hs.	E. Ríos / C. del Uruguay	(3442) 548-927	
Judit Fraidenray y Poly Fernandez	20:00 hs.	Mendoza / Godoy Cruz	54-9-5514829	
Nenucha Sain	20:30 hs.	Entre Ríos / Paraná	(0343) 5183-516	

Jueves

Pablo Galimberti	18.30 hs.	Córdoba / Río Cuarto	(358) 5094-117	pablo.daniel.galimberti@gmail.com
Paula Cataldi	20 hs.	Córdoba / V. Carlos Paz	(03541) 15-587-763	centroformacionvida@yahoo.com.ar
Lorena Salas	18.30 hs.	Bs. As. / La Plata	(0221) 419-5665	biodanza.lorena@gmail.com
Ana María Vitale	20 hs.	CABA / Villa Devoto	15-5619-9341	anamvitale@uolsinectis.com.ar
Ivana Fernandez Treviño	20 hs.	Bs. As. / Olavarría	(02284) 654-616	biodanzaolavarria@yahoo.com.ar
Helga Lara	20 hs.	Misiones / Posadas	(03764) 630-009	helgaschultze@gmail.com
Victoria Rosello y Marcela Pintos	18.30 hs.	Córdoba / Cba. Capital	(03525) 15-404-650	idehas.biodanzacordoba@gmail.com
Silvana Correia	19.30 hs.	CABA / Boedo	15-6020-4528	silvanabiodanza@hotmail.com
Carolina Bentham y Marcelo Surano	19.30 hs.	CABA / Almagro	15-5639-5730	caro0707@yahoo.com
Emilse I. Pola	19 hs.	Bs. As. / Haedo	15-5329-1268	polaemilseines@gmail.com
Agustín Terrén y Fernanda Molina	18.30 hs.	Bs. As. / Luján	(02326) 15-433-752	agustinterren@yahoo.com.ar
Francisco Fatta y M. Emilia Terrén	19.30 hs.	Bs. As. / Mercedes	(02325) 472-959	fattapan@hotmail.com
Ana Trabucco	19.45 hs.	Bs. As. / Vte. López	15-4493-8636	anatrabucco@gmail.com

Viernes

Marcelo Surano y Marcela Ramos	19.30 hs.	CABA / Almagro	15-5639-5730	biodanzaintegradora@gmail.com
Leandra Bonofiglio	20 hs.	Santa Fé / Rosario	(0341) 15-547-3886	leabonofiglio@hotmail.com
Lucía Rocha y Nicolás López Meyer	10 hs.	CABA / Chacarita	15-3278-8173	fb: biodanza poesia en movimiento
Celeste Siccardi	20.30 hs.	Bs. As. / San Martín	15-6137-2347	
Ismael Blanco	19 hs.	Bs. As. / Ramos Mejía	15-5156-5195	blancojoseismael@gmail.com

Sábado

Marta Sesma	15 hs.	CABA / Caballito Norte	15-6293-4633	martasesma@yahoo.com.ar
Laura Asueta	11 hs.	Santa Fé / Rosario	(0341) 15-587-4387	laurinchi_ros@hotmail.com

Para niños

LUNES				
Paola y Alu	18 hs.	Bs. As. / Tigre	15-6324-8071	fogolinzz@gmail.com
JUEVES				
Mariana Alvarez	17.30 hs.	Santa Fé / Rosario	(0341) 628-0988	
VIERNES				
Lucía Rocha y Nicolás López Meyer	18 hs.	CABA / Villa Pueyrredón	15-3278-8173	fb: biodanza poesia en movimiento

Clases quincenales

Rita Bustillo	C/15 días	CABA / Boedo	15-3228-0581	ritabustillo55@gmail.com
---------------	-----------	--------------	--------------	--------------------------

Todo sucede. La vida es un barco más o menos bonito. ¿De qué sirve sujetarlo? Va y va. ¿Por qué digo esto? Porque lo mejor de la vida se gasta en seguridades. En puertos, abrigos y fuertes amarras. Es un puro suceso, eso digo. ¿Eh, señor Mascaró? Por lo tanto conviene pasarla en celebraciones, livianito. Todo es una celebración.

Haroldo Conti - Fragmento de "Mascaró, el cazador americano".

Trabajador Corporal Integrador

Facilitador de aprendizaje no disociado

Inscripción abierta

*Un espacio para compartir
y construir pensamiento juntos
acerca de la integración que todos tenemos,
que a veces se encuentra olvidada,
dormida o no se conoce por falta de conexión.*

Escuela de Integración Humana desde el Movimiento

Fb: Escuela de Integración Humana
desde el movimiento
info@escuelaintegracion.com.ar
www.escuelaintegracion.com.ar
4862.3225

Directora:
Prof. Angeles
Gonzalez



INTERNATIONAL BIOCENTRIC FOUNDATION

Escuela de Biodanza® Rolando Toro
San Rafael ~ Mendoza



FORMACION DE PROFESORES

- Inscripciones Abiertas -

Directores: Carolina Arévalos y David Torres

arevaloscarolina@hotmail.com - (260) 4481540 - 4392168



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



Biodanza

"La poética del encuentro"





Grupo inicial

Sábado 15 hs.

Zona Caballito

Grupo de profundización

Lunes 19.30 hs.

Zona Almagro

..... MARTA SESMA

(011) 4584-4646

116293-4633

martasesma@yahoo.com.ar

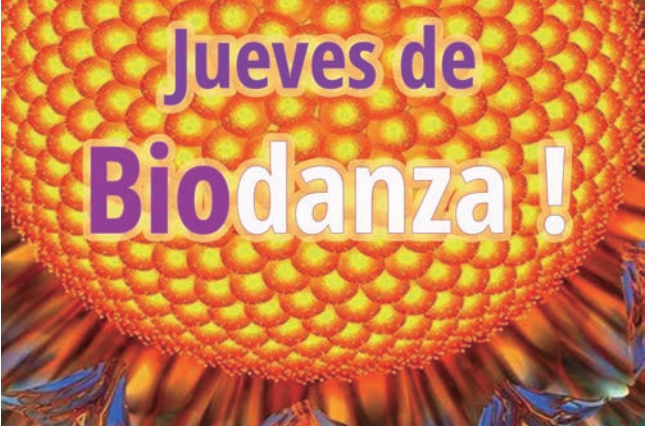
Facilitadora Didacta de Biodanza

Terapeuta Gestáltica

Constelaciones Familiares

Psicóloga Social

Jueves de Biodanza !





Especializados en la aplicación de biodanza sobre vínculos y relaciones humanas. **BIOVINCULACIONES**



Profesores didactas IBF con especialización en

- Masculino y femenino profundos
- Identidad y cuatro elementos
- Biodanza y neochamanismo
- Biodanza clínica y social
- Renacimiento en biodanza
- Proyecto minotauro . Biodanza acuática

+5411 5094 8917

Carolina Bentham

+5411 5639 5730

Marcelo Surano

Av Corrientes y Billingham - Bs As - Argentina

BIODANZA

- "El tiempo de la danza es nuestra realidad
- y el sentido del mundo se vuelve flor." Rolando Toro

Miércoles 20 hs en Almagro

Facilita José Antonio Tito Spátola

Fb: Biodanza Tito

011-5978-9536

titospatola@yahoo.com.ar






ESCUELA DE BIODANZA SALTA MUNAY KI



Estimulando los potenciales genéticos (Orgánicos, Psicológicos, Sociales)
Desarrollando conciencia ética, de cuidado afectivo, sacralizando la vida.

Visión del ser humano como un ser relacional, ecológico y cósmico,
promoviendo capacidades saludables y confiando en las infinitas
posibilidades de expansión de la identidad.

 BIODANZA SALTA


BIODANZA SALTA

— GRUPOS SEMANALES
— TALLERES

DIRECTORA: PATRICIA COLINA
Cel. 0387 - 155053981 - biodanzasalta@gmail.com

Olavarria-Argentina 2017

28-29-30/09 y 1/10

30/11 y 1-2-3/12

España

2018

*Cosmovisión
desde las
Culturas
Iniciáticas*



*Queca
Wayra Nuna*

Sara Barnatán

Autora del Primer libro de
Neochamanismo en Biodanza
"Volver a la Esencia del Alma"

fb/wayranunabiodanza

EXTENSIÓN NEOCHAMANISMO EN BIODANZA



Biodanza

Renacimiento

Clases semanales

Jorge Blomberg
Juan Manuel Romero

Lunes de 10 a 12 hs.
Chivilcoy 3860, Villa Devoto



15-3859-5545
blomvet@gmail.com
jmrgluz@hotmail.com



En cuento y alma

Taller de narración oral y biodanza

encuentoyalma@gmail.com
+54-11-6922-3463

Paula Martín



Viajar

Otra manera de conectar
con nuestra Vitalidad

viajes nacionales e internacionales
salidas grupales viajes a medida



Marcela Enriquez



marcela@atg-evt.com.ar
15-6442-3504 www.atg-evt.com.ar



Te invitamos
a despertar tu **conexión vital**
cultivando el disfrute, la alegría,
el movimiento pleno de sentido

Viernes 19.30 hs – Tucumán y S. de Bustamante
PRIMER CLASE SIN CARGO

Facilitan:

Marcela Ramos ☎ 11-3561-4497- Marcelo Surano ☎ 11-5639-5730
biodanzaintegradora@gmail.com



TIGRE

tiene Biodanza

SI LLEGAS A TIGRE
LLEGAS A UNA COMUNIDAD

Ya somos más de un centenar de danzantes

Escuela de Biodanza Tigre Formación de Facilitadores

Nuestra casa escuela te recibe para acompañarte
en tu proceso de desarrollo personal y/ o formación profesional

**Grupos Regulares de lunes a sábado
con talleres de profundización**

Tigre Centro • Pacheco • Nordelta
San Fernando • San Isidro

Informes: 15.5666.6296
www.biodanzatigre.com
Fb: Tigretienebiodanza



Escuela de Biodanza de Buenos Aires

DIRECTORES: Verónica Toro y Raúl Terrén

FORMACIÓN DE FACILITADOR DE BIODANZA Sistema Rolando Toro

Quinta Biodanza, Dique Luján - Partido de Tigre

VIVENCIAS SEMANALES

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

INFORMACIONES E INSCRIPCIONES:

Escuela, formaciones y cursos: HANNAH SZMUKLER | 1550956450 | formacion@terrentoro.com

Clases semanales y talleres: JONATHAN CARBALLO | 1544445423 | secretaria@terrentoro.com

Verónica Toro: 1558300925

2017

VERÓNICA TORO & RAÚL TERRÉN

FORMACIÓN PARA FACILITADORES DE BIODANZA
> Instintos y decisiones existenciales <

21, 22, 23 y 24 DE SEPTIEMBRE DE 2017

ESCUELA DE BIODANZA DE BUENOS AIRES, DIQUE LUJÁN, TIGRE.

DESTINADA A: Facilitadores titulados o egresados en fase de titulación
con la autorización de su escuela.