

INTERNATIONAL BIOCENTRIC FOUNDATION

Escuela de Biodanza Sistema Rolando Toro, Chile



SISTEMA ROLANDO TORO

**TESIS PARA OBTENCIÓN DE TÍTULO
“PROFESOR DE BIODANZA”**

**Mi Vivencia de Integración entre Abundancia
Económica y Biodanza**

Alumna: Patricia Maturana V.

Profesora Guía: Cecilia Vera

Santiago, Agosto 2011.

Esta tesis se publica bajo licencia Creative Commons “Reconocimiento-No Comercial-Compartir igual” (Código BY-NC-SA 3.0), permitiéndose su copia y distribución por cualquier medio siempre que mantenga el reconocimiento de sus autores y no haga uso comercial de la obra y “Compartir Igual”, esto es, si usted altera, transforma, o crea sobre esta obra, sólo podrá distribuir la obra derivada resultante bajo una licencia idéntica a ésta.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/legalcode>

Agradecimientos

Gracias a mis padres que me trajeron a este mundo con amor y con el propósito de iniciar una linda familia, la cual ha ido creciendo y sumando afectos cada día

Gracias a mis abuelos paternos que me recibieron como un verdadero milagro de vida

Gracias a mis preciosos hijos Macarena y Alejandro que han sido el motor de mi existencia

Gracias a Rolando por su maravillosa creación y a quien tuve la suerte de conocer en sus inicios con Psicodanza

Gracias a Cecilia y Sergio por ser mis guías y amigos que siempre me apoyaron y sacaron lo mejor de mí

Gracias a Basera que me recibió como alumna en su grupo de profundización y a mis compañeros a quienes todavía conservo como los mejores amigos

Gracias a mis queridos compañeras y compañeros de Biodanza por las hermosas vivencias compartidas

Gracias a mis ex compañeros de trabajo quienes siempre me han apoyado y los cuales aún son queridísimos amigos

¡Gracias a la vida!

Índice

- 1. INTRODUCCIÓN***
- 2. EL SISTEMA BIODANZA***
- 3. DEFINICIÓN Y ANÁLISIS DEL CONCEPTO DE DINERO***
- 4. PROPUESTA DE INTEGRACIÓN DEL DINERO EN BIODANZA***
- 5. CONCLUSIONES***
- 6. BIBLIOGRAFÍA***

Prólogo

Pensé en muchos temas para esta tesis gracias a la creatividad infinita que me ha dado el sistema biodanza. Me decidí por este ya que el aprendizaje principal que me ha dado esta disciplina es que puedo aportar más a partir de mi propia esencia y así integrarme cada vez más como ser humano en este planeta.

Esta monografía es el resultado de la integración de mis dos profesiones: el Sistema Biodanza que alimenta mi espíritu y mi profesión de ingeniero comercial que ha generado el dinero para mi propia sustentación y para alimentar y educar a mis hijos. Esto no siempre fue así ya que después de mi separación quedé en una precaria situación anímica y económica, donde me tuve que rearmar para recuperar mi salud y dos propiedades que perdí.

En la actualidad me encuentro con mi misión cumplida ya que mis dos hijos son exitosos profesionales, lo que me llena de orgullo. También he recuperado con creces mi situación patrimonial, lo que también me hace sentir bien conmigo misma.

Cuando miro en retrospectiva los factores que apoyaron mi resiliencia para salir de una situación de crisis, concluyo que:

- Mi motivación y deseo de sacar adelante a mis hijos fue el punto de partida
- Esto gatilló mi creatividad para la búsqueda de oportunidades que me ayudaran a conseguir el objetivo que yo visualizaba como misión de vida, conseguí un traslado a la ciudad de Rancagua donde pude ahorrar para el pie de un departamento.
- Cuando volvía a Santiago mi amigo Eugenio me invitó a integrarme al grupo de Biodanza de Alejandro Boric (Baserá).

Biodanza ha sido para mí un camino de sanación y conexión no sólo conmigo misma, sino con los otros seres humanos que considero mis hermanos y todos uno con la divinidad.

El dinero, por otra parte, es un medio para el logro de objetivos importantes y muchas veces una motivación. La administración de este no sólo ha sido objeto de estudio sino que incluso se han creado empresas que se dedican a él (instituciones financieras, lotería, casinos etc.). Estos no

sólo generan empleo a las personas que laboran en estas empresas sino que a la vez se producen intercambios de recursos que movilizan diferentes aspectos de la vida, tanto en el mundo material como en el campo de las emociones que provocan la tenencia o esperanza de abundancia económica.

¿Qué relación tienen Biodanza y Dinero?

El dinero es energía que se puede materializar si contamos con los “poderes” necesarios para ello y que forman parte de nuestro potencial genético como seres humanos.

¿Cuáles son estos poderes?

Principalmente contar con una motivación que pueden manifestarse en sueños, deseos, metas, objetivos e incluso misiones de vida. También requerimos vitalidad para tomar las acciones necesarias para la obtención de los recursos financieros que precisamos. Muchas veces esta motivación surge del deseo de entregar a nuestros seres queridos las herramientas para que ellos también puedan lograr sus metas y deseos más profundos, es decir nos movilizan los afectos. Necesitamos también de pasión para atraer la abundancia económica a nuestras vidas y de creatividad para así generar y agregar valor a las actividades que realicemos para obtener dinero. Finalmente, si somos exitosos en este ámbito, nuestra autoestima crece y nos sentimos parte integrante de un mundo que provee oportunidades para todos, una tribu donde cada uno tiene su espacio.

La biodanza es un sistema de integración humana, renovación orgánica, reeducación afectiva y reaprendizaje de las funciones originarias de vida y como tal facilita y provee la motivación que se requiere para el logro de nuestros deseos más profundos.

¿Cómo? La biodanza propone 5 líneas de vivencia que constituyen los pilares de la motivación humana y que son:

- Vitalidad
- Afectividad
- Sexualidad

- Creatividad
- Trascendencia

En las sesiones de biodanza se “trabajan” estas líneas de vivencia, fortaleciendo la autoestima que nos hace “valorarnos” y ser merecedores de la vida que queremos.

Estas líneas de vivencia son las que nos empoderan para la obtención de la abundancia económica que deseamos.

Si el dinero (ya sea en forma directa o como medio) está dentro de nuestros deseos, la biodanza contribuye al logro de este, tanto por los aspectos generales antes señalados, como de los métodos específicos que señalo más adelante.

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad vivimos insertos en una sociedad que, querámoslo o no, gira en torno al dinero tanto por lo que representa como por las cosas que se pueden comprar con él. Estas cosas se traducen en estados emocionales que se logran al tenerlo (principalmente seguridad y satisfacción por el logro de deseos y sueños que todos tenemos).

Me interesa dejar en claro que cuando hablo de dinero para los efectos de esta tesis, me focalizo en los aspectos positivos asociados a la abundancia económica y no al consumismo sin sentido ni a la acumulación sin límite de este como un fin en sí mismo.

Me refiero a los siguientes conceptos asociados al dinero y a la biodanza:

- **valor** como apreciación positiva relacionada con la **identidad** y la **autoestima**
- **circulante** como sinónimo de **fluidez**
- **interés** por **trascender** en el logro de mis sueños y sentirme uno con el Universo
- **ahorro** asociado al concepto de **autorregulación** energética
- **inversión** como proceso de **crecimiento** y **aumento de valor**

Me encantaría que los profesores de biodanza pudiéramos ser ejemplo de una vida abundante, no sólo en afectos sino también en los recursos necesarios para poder dar una respuesta integral a las preguntas de cómo, donde y con quien quiero vivir, que hace nuestro querido Rolando Toro cuando funda la Biodanza.

Sería inspirador también poder aportar con un granito de arena para que nuestros alumnos puedan fortalecer su identidad como seres integrales y exitosos en todos los ámbitos de la vida.

En este trabajo postulo que la Biodanza, creada por Rolando Toro, plantea una propuesta coherente con abundancia económica y que su práctica la favorece.

2. EL SISTEMA BIODANZA

Biodanza es un sistema de integración afectiva, renovación orgánica y reaprendizaje de las funciones originarias de vida, basada en vivencias inducidas por la danza, el canto y situaciones de encuentro en grupo.

Semánticamente es la danza de la vida, donde danza es movimiento integrado pleno de vida.

Principio Biocéntrico

Es la organización del Universo en torno a la vida, con un profundo respeto por ella, lo que se ha denominado como sacralidad de la vida.

El principio biocéntrico surge como una propuesta anterior a la cultura y se nutre de los impulsos que generan procesos vivientes.

El principio biocéntrico propone la potenciación de la vida y la expresión de sus poderes evolutivos. Biodanza es, desde ese punto de vista, una poética de lo viviente que está fundada en las leyes universales que conservan y permiten la evolución de la vida.

Biodanza emplea una metodología vivencial, dando énfasis a la experiencia vivida más que la información verbal, permite comenzar la transformación interna sin la intervención de los procesos mentales de represión.

El Principio Biocéntrico pone su interés en un universo comprendido como un sistema vivo. El reino de la vida abarca mucho más que los vegetales, los animales y el hombre. En este sistema el hombre sería un holograma viviente donde este existe por que existe la vida, y no al contrario.

Definición de Biodanza

El prefijo “Bio” deriva del término “Bios”, que significa “vida”. La palabra “danza” en la acepción francesa, significa “movimiento integrado pleno de sentido”. La metáfora planteada por Rolando Toro es :

“Biodanza, Danza de la Vida”

Biodanza es un sistema de integración afectiva, renovación orgánica y reaprendizaje de las funciones originarias que conservan y protegen la vida, basada en vivencias inducidas por la danza, el canto y situaciones de encuentro en grupo.

- Integración afectiva como el restablecimiento de la unidad perdida entre el Hombre y la Naturaleza. El núcleo integrador es la afectividad que finalmente influye en los instintos, vivencias y emociones.
- Renovación orgánica es la acción sobre la autorregulación inducida por estados de trance y regresión que activan los procesos de reparación celular y regulación global de las funciones biológicas, disminuyendo los factores de desorganización y estrés.
- Reaprendizaje de las funciones originarias de la vida: aprender a vivir a partir de los instintos. El estilo de vida debe tener coherencia con los impulsos primordiales de la vida. Los instintos tienen por objeto conservar la vida y permitir su evolución”.
- Vivencias: Rolando Toro la define como “una experiencia vivida con gran intensidad por un individuo en un lapso de tiempo aquí-ahora, abarcando las funciones emocionales, cenestésicas y orgánicas. La inducción de vivencias constituye la base de la metodología de Biodanza, que da prioridad a la vivencia sobre la conciencia, pues la vivencia tiene un efecto integrador en sí misma, no es necesario elaborarlas en el ámbito de conciencia

En Biodanza la relación interpersonal se da en permanente retroalimentación, basado en perfecta coherencia con las necesidades de proximidad de cada persona.

Biodanza tiene por finalidad activar, a través de la danza y ejercicios de comunicación en grupo, profundas vivencias armonizadoras.

Biodanza promueve un sentimiento de intimidad, de trascendencia, de vinculación gozosa, de empoderamiento y de “sentirse bien”.

La Biodanza es un método preciso que provoca, vivencias integradoras, capaces de expresar la identidad, modificar el estilo de vida y restablecer el orden biológico.

BIODANZA trabaja con los orígenes más primitivos de la danza. Es un movimiento vivencial, abordado como un movimiento profundo que surge de lo más entrañable del ser humano. Es un movimiento de vida, ritmo biológico, ritmo del corazón y de la respiración, un impulso de vinculación con la especie.

Inconsciente Vital

El concepto de Inconsciente Vital ha sido propuesto por el profesor Rolando Toro para referirse a la cognición celular, que crea regularidades y tiende a mantener funciones estables.

Existe una forma de psiquismo de los órganos, tejidos y células que obedece a un sentido global de autoconservación. El Inconsciente Vital da origen a fenómenos de solidaridad celular, creación de tejidos, defensa inmunológica y en suma, al acontecer exitoso del sistema viviente. Este “psiquismo” coordina las funciones de regulación orgánica y homeostasis; posee una gran autonomía respecto a la conciencia y al comportamiento humano.

Las manifestaciones del Inconsciente Vital en el escenario de la conciencia cotidiana son: el humor endógeno y el estado cenestésico de bienestar o malestar.

El concepto de Inconsciente Vital permite comprender con profundidad el Principio Biocéntrico como “tendencia” cósmica que genera vida. El Inconsciente Vital está en sintonía con la esencia viviente del universo. Cuando esta sintonía se perturba, se inicia la enfermedad. El acto de curación será comprendido entonces como un movimiento para recuperar esa sintonía vital con el Universo.

La Vivencia

La sesión de BIODANZA es una ceremonia de transformación interna mediante la vivencia. Consiste en un proceso de integración de la identidad en sus aspectos viscerales y de comportamiento, estimulando los cinco potenciales humanos; vitalidad, creatividad, afectividad, sexualidad y trascendencia.

La vivencia comprende movimientos y ceremonias de encuentro acompañadas con música, capaces de modificar el organismo y la existencia humana a niveles orgánico, afectivo-motor y existencial.

La descripción de las vivencias posee un valor científico, a pesar de acontecer en el interior de un individuo. En Biodanza se utiliza el “Relato de Vivencias” para tener acceso al conocimiento fenomenológico de las vivencias.

Mecanismos de Acción de BIODANZA

Los mecanismos de acción que utiliza la BIODANZA actúan desde cuatro factores de cambio:

1. Integración Sensitivo-Motora, Afectiva Motora y Expresiva por medio de ejercicios que estimulan las vías de coherencia entre el individuo y su ambiente, estimulando básicamente la adaptación al ritmo, la afectividad, la expresión y la creatividad.
2. Situaciones de encuentro y contacto que estimulan el vínculo trascendente con el otro (empatía), elevan la inteligencia afectiva y aumentan la autoestima.
3. Efectos de la música en sí sobre el sistema nervioso y el inconsciente vital. La música es un puente que permite conectar e integrar cuerpo, mente, corazón y espíritu.
4. Ejercicios de trance y regresión. Los de regresión permiten retornar a etapas inmediatamente anteriores o posteriores al nacimiento y que tienen carácter renovador-integrativo, de reparación y compensación psico-biológica y los de trance actúan como un vehículo de ampliación de conciencia y de percepción de la unidad cósmica.

El elemento operativo fundamental de Biodanza es la estimulación de vivencias, entendidas como la sensación intensa de estar vivo “aquí y ahora”, la intuición del instante de vida. Se habla de “instante vivido”. Las vivencias se estimulan mediante la música y la consigna en danzas individuales y de encuentro en pares y en grupo, en las cuales se utilizan ejercicios de identidad y de regresión.

Biodanza prioriza las vivencias por sobre el pensamiento conceptual o las programaciones conductuales. Las vivencias tienen efectos sobre la identidad, sobre los procesos de integración afectiva, la rehabilitación existencial y los estados de conciencia.

La secuencia de ejercicios utilizados en la sesión de Biodanza se realiza en orden progresivo para alcanzar niveles evolutivos superiores y generar un proceso de cambio.

Identidad e Integración

Identidad es el conjunto de cualidades esenciales de un individuo que le confieren su singularidad y es la que determina que un sujeto sea único e irrepetible.

La identidad hace consciente mi cuerpo como fuente de placer y de dolor y al contactarme con los “otros” me revela que soy diferente al resto. Desde ahí surge mi percepción de ser único y construyo mi autoimagen. Al valorarme y ser aceptado como soy refuerzo mi autoestima.

En Biodanza definimos identidad como el conjunto de cualidades inherentes al individuo. Estas cualidades están agrupadas en cinco potenciales genéticos afectividad, trascendencia, creatividad, sexualidad, y vitalidad. Cada potencial tiene una intensidad particular para cada ser humano y la combinación de ellas conforma la propia identidad.

El objetivo central de Biodanza es la integración de la identidad mediante la expresión de los potenciales genéticos estimulados en las Cinco Líneas de vivencia. El concepto de integración de la identidad se resume en la posibilidad de integrar en el propio comportamiento, la expresión de uno o más potenciales genéticos.

En Biodanza, la identidad se manifiesta en presencia del otro. Se aborda con la convicción de que el proceso de desenvolvimiento de la identidad depende de la interacción con otras personas.

Niveles de Acción de Biodanza

Biodanza es un proceso de desenvolvimiento y transformación que abarca todos los niveles de la vida:

1. Nivel Celular e Inmunológico
2. Nivel Neurovegetativo
3. Nivel Homeostático
4. Nivel Motor

5. Nivel Afectivo
6. Nivel Mental
7. Nivel de Comunicación
8. Nivel de Calidad de Vida
9. Nivel Existencial
10. Nivel de Conciencia
11. Nivel Transpersonal y de Conciencia Ética

Efectos del Sistema Biodanza

La Biodanza tiene una serie de efectos basados en la activación del Inconsciente Vital mediante los mecanismos de acción.

- Biodanza activa, mediante danzas, potenciales afectivos y de comunicación, vivencias que nos conectan con nosotros mismos, con el semejante, con la naturaleza. Cambia el mundo cambiando nosotros.
- Biodanza estimula el sistema neurovegetativo y restaura el equilibrio interno a pesar de los cambios externos (homeostasis), restaura el instinto de conservación, la energía para la acción y la resistencia inmunológica.
- Promueve un sentimiento de intimidad, de trascendencia, de vinculación gozosa y de estimulante dicha, necesidades naturales en los que ha puesto sus objetivos.
- El movimiento generado con la danza nos hace encontrar puntos de bifurcación, la Biodanza es un sistema para crear mundos. No impone direcciones, sino que crea condiciones.
- Las vivencias integradoras propuesto por Biodanza conducen a una elevación de la vitalidad y la salud
- Biodanza propone el cuidado de todos nuestros vínculos sensibles, bajo la percepción de que no somos individuos, sino un tejido de relaciones.
- Biodanza estimula el impulso de vinculación originaria de la especie como totalidad biológica. Es el punto de partida indispensable para la supervivencia.
- Reeduca afectivamente por medio de ceremonias de encuentro, rituales de vínculo y danzas de solidaridad, abriendo el acceso a la amistad y el amor.

- Restaura los movimientos vinculantes, logrando una visión diferente, buscando acceso a un nuevo modo de vivir, despertando nuestra sensibilidad dormida.
- Provoca el acceso a lo maravilloso a través de las vivencias de estados de conciencia superior, liberándonos de hábitos mentales que nos han “desligado” y logrando la experiencia de la totalidad.
- Las vivencias de afectividad y trascendencia modifican la percepción de “el otro”. En la medida que nuestra identidad se ilumina, percibimos a nuestros semejantes con otra luz.
- Crea sentimientos nuevos frente al mundo, al despertar una acción combativa de defensa ecológica y de justicia social. El amor se convierte en acción.
- Permite redescubrir el erotismo, despertando la fuente del deseo y superando la represión sexual.
- Potencia la creatividad a través del estímulo de los impulsos expresivos y de innovación, desde la creatividad artística hasta la creatividad existencial.
- Despeja el vínculo con la armonía universal, despertando la actitud ecológica y el acceso a la conciencia cósmica.
- Conecta con la consistencia existencial que proviene de las vivencias en acción y no a partir de una ideología.
- Disminuye del estrés por medio de la optimización de la homeostasis (estabilidad del equilibrio interno).
- La Biodanza tiene una dimensión social, que se inicia en un vasto sentimiento de fraternidad, activando de los núcleos innatos de vinculación lo que permite una profunda modificación social.

3. DEFINICIÓN Y ANÁLISIS DEL CONCEPTO DE DINERO

¿Qué significan para ti el dinero y la prosperidad?

Algunas personas se enfadan cuando sus creencias sobre el dinero son puestas a prueba – especialmente aquellas que están en el camino espiritual. Piensan que en lugar de ser espiritual, el desear dinero es pura codicia. Otros piensan que el dinero es el diablo. Muchas veces, estas creencias se originan a muy temprana edad, a partir de nuestros padres (que ellos aprendieron a su vez de sus propios padres), o a partir de otras personas que nos influyen. Mantenemos estas creencias durante toda nuestra vida, las cuales afectan nuestras experiencias relativas a la prosperidad y el dinero. Para poder crear prosperidad en nuestras vidas, tenemos que reemplazar TODAS nuestras creencias limitadoras. No hay otro camino. Esto significa ser responsables de nuestra vida. Significa estar dispuesto a cambiar.

Puede que hayas oído opiniones y comentarios sobre como "el dinero es algo sucio", "una moneda ahorrada es una moneda ganada", "los artistas tienen que luchar para ganar dinero", "tienes que trabajar duro para ganar dinero", "no me merezco tener dinero", etcétera.

Nuestras creencias verdaderamente crean nuestras experiencias y esta es la razón por la que desearía que examinaras cuidadosamente tus propias creencias acerca del dinero y la prosperidad.

He aprendido que es nuestro derecho de nacimiento el tener abundancia, prosperidad y dinero. Se supone que debemos tenerlo. He aprendido que estamos en el proceso de recordar quienes somos realmente. Somos en verdad poderosos chamanes, maestros, dioses, magos y creadores. Todos nosotros. Solamente lo hemos olvidado.

El dinero es un medio de intercambio. El dinero es energía e información que tiene un efecto "multiplicador" y muchas veces la prosperidad se basa en el bien que eres capaz de dar al mundo. Por otra parte, el éxito es crear algo cuando lo necesitas, es amar y respetar a otros y a ti mismo, es crecer y aprender de todas tus experiencias, el éxito se mide por la calidad y por la

felicidad que hay en tu vida. Ser rico es tener dinero para realizar el trabajo de tu vida. Y otra vez, el dinero es energía. Por tanto, es importante asegurarse de que la energía fluye siempre en todas las áreas de tu vida, para poder crear tu vida ideal. ¿Cómo fluye tu energía?

Para realizar un diagnóstico de tu relación con el dinero, te propongo el siguiente ejercicio: toma el billete o moneda de mayor valor que tengas en tu billetera. Con la música que voy a poner (“Money Money”) te invito a bailar con tu dinero.

Una vez que termina la música por favor toma conciencia de tu vivencia ¿Qué sentiste? ¿Fue agradable o desagradable tu danza?

Para ayudarte en esta reflexión, voy a exponer los **principales arquetipos** que existen acerca del dinero:

- **Inocente:** La persona no gana dinero y es mantenida económicamente. Estas personas no quieren crecer.
- **Víctima:** La persona no quiere hacerse cargo y desea ser rescatada. Expresa que lo ha intentado todo para tener dinero y no es capaz.
- **Guerrero:** Es una persona con mucha fuerza y piensa que para ganar dinero se debe hacer un esfuerzo agotador. La sanación para este arquetipo es aquietarse y abrir el corazón.
- **Mártir:** Es una persona que gana dinero pero lo gasta en los demás. Su sanación consiste en gastar sin culpa.
- **Loco:** Es una persona que gasta más de lo que tiene y deja que “El Universo” se encargue de los detalles. Al igual que el Inocente habla de inmadurez.
- **Espiritual o Artista:** Son personas que piensan que lo terrenal no va con lo espiritual, artístico y desarrollo personal. El crecimiento personal debería ser gratis. Las personas deben cobrar por su trabajo, la suma que corresponde pues de lo contrario, la persona que recibe el servicio u objeto, queda en deuda. Existe una máxima: **lo que pago se multiplica por 7.**
- **Tirano:** Manipula y controla a través del dinero.
- **Mago:** Son personas que tienen un poder creativo interno y que cocrean abundancia pues se lo merecen. **Este es el arquetipo a potenciar.** Para esto es necesario elevar la autoestima.

En las mujeres, aparte de estos arquetipos existen los siguientes fantasmas asociados al dinero:

- Prostituta
- De dudosa feminidad
- Mala madre

El Dinero es Energía e Información

1. Se asocia principalmente al **segundo chakra**, donde se localiza también la rabia, la creatividad y la **sexualidad**. Para desbloquear, es necesario mover la pelvis. A nivel psicológico: poner límites. Este es el chakra de los deseos y por lo tanto donde se realiza la cocreación..

El deseo sexual es el más poderoso de los deseos humanos. Cuando las personas se ven impulsados por él, desarrollan agudeza de imaginación, valor, fuerza de voluntad, perseverancia y habilidad creativa. El deseo del contacto sexual es tan fuerte e impulsor, que algunos llegan a arriesgar su propia vida y su reputación para calmarlo. Esta fuerza motivadora, cuando es controlada y dirigida hacia otras líneas, conserva todos sus atributos de agudeza de imaginación, valor, etc., que pueden ser utilizados entonces como poderosas fuerzas creativas en la literatura, en el arte o en cualquier profesión o empresa, incluyendo, desde luego, la acumulación de riquezas.

Si se eliminan las glándulas sexuales, ya sea en el hombre o en el animal irracional, se elimina la mayor fuente de acción. Como prueba de ello, observe lo que sucede con cualquier animal que haya sido castrado. Después de haber sido sexualmente alterado, un toro bravo se convierte en un animal tan dócil como una vaca. La alteración sexual le priva al macho, ya sea hombre o bestia, de toda la capacidad de lucha que lleva dentro. La alteración sexual de la hembra tiene el mismo efecto.

¡La mente humana responde al estímulo!

Entre los más grandes y poderosos estímulos se encuentra el del sexo. Cuando se la controla y se la transmuta, esta fuerza impulsora es capaz de elevar a los hombres a esa más alta cota de pensamiento que les permite dominar las fuentes de la preocupación y las pequeñas molestias que se interponen en su camino en el plano inferior.

La sexualidad es la energía creativa de todos los genios. Nunca ha existido, ni existirá, un gran líder, constructor o artista al que le falte esa fuerza impulsora del sexo.

El factor de la personalidad conocido como «magnetismo personal» no es ni más ni menos que energía sexual. Las personas de elevada naturaleza sexual poseen siempre una gran reserva de magnetismo. Esta fuerza vital puede ser utilizada, a través del cultivo y la

comprensión de la misma, como un elemento de gran ventaja en las relaciones entre las personas.

El sexo, por sí solo, es un poderoso estímulo para la acción, pero sus fuerzas son como las de un ciclón, y a menudo resultan incontrolables. Cuando la emoción del amor empieza a mezclarse con la emoción del sexo, el resultado es la calma de propósito, la adopción de la postura, la exactitud del juicio, y el equilibrio.

No cabe la menor duda de que el amor es la experiencia más grande de la vida. Permite entrar en comunión con la Inteligencia Infinita. Cuando se mezcla con las emociones del romanticismo y del sexo, puede conducir también al esfuerzo creativo. Las emociones del amor, el sexo y el romanticismo son los lados del eterno triángulo del genio con capacidad para lograr y construir.

2. Para tener dinero se debe desarrollar la capacidad de sostener la abundancia económica. Nunca decir “no tengo dinero” y actuar como si lo tuviera : **Hablarle al subconsciente con determinación.**
3. El dinero es bueno y hay que **eliminar las creencias negativas** sobre él. Creencias generales:
 - Es sucio
 - Es malo
 - Requiere una enorme cantidad de trabajo y esfuerzo
 - Se obtiene con mentiras, mafia o robo

Las creencias negativas se contrarrestan con creencias positivas. Ej. En vez de decir sólo hago este trabajo por necesidad económica, decir: amo este trabajo

Para el logro de abundancia económica, los autores de *Atrévete a Ganar*, proponen trabajar los siguientes conceptos:

1. Los problemas son oportunidades disfrazadas.
2. Expandir la imaginación acerca de lo que es posible.
3. Concentrar la energía.
4. Afirmarse a sí mismo.
5. La vida es un acto de equilibrio.
6. Se puede hacer con amor.
7. La dicha del matrimonio y familia.

8. El logro de la prosperidad total.
9. El logro del bienestar total.
10. Lo que importa son las personas que conocemos.
11. Fortalecer la mente.
12. El despertar del yo espiritual.

Si analizamos estos conceptos desde el punto de vista de la biodanza, veremos que todos están contenidos y asociados a las 5 líneas de vivencia que propone Rolando Toro y a los aspectos transversales que considera la sesión, lo que será relevado en el siguiente punto de Aplicación de la Biodanza.

5. APLICACIÓN DE BIODANZA PARA COCREAR ABUNDANCIA ECONÓMICA Y DINERO

¿Cómo puede la Biodanza cocrear abundancia económica?

El Sistema Biodanza facilita la integración del ser en su totalidad y en el caso específico de la abundancia económica dispone de las siguientes herramientas metodológicas a saber:

TEORÍA

Al inicio de la sesión se dispone de una instancia para abordar este tema, trabajando conceptos de desarrollo humano que facilitan la abundancia, como son los pensamientos positivos, autoestima, autovaloración, coraje y resiliencia, entre otros.

LÍNEAS DE VIVENCIA

Como ya se mencionó, existen 5 líneas de vivencia que inspiran las sesiones de biodanza y que con ejercicios específicos permitirían desarrollar individualmente las características descritas para la cocreación de abundancia económica. Estas se presentan en el siguiente cuadro:

(*) Corresponden a las características necesarias para triunfar señaladas en *Atrévete a Ganar*

Característica	Línea de Vivencia	Ejercicios
Fijación de objetivos El Despertar del Yo Espiritual (*) La vida es un acto de equilibrio (*) La dicha del matrimonio y familia (*)	Trascendencia	Formulación de las preguntas ¿Dónde quiero vivir? ¿Con quien quiero vivir? Caminar exaltando la propia presencia. Posiciones generatrices de valor, recibir, conexión con lo

		<p>primordial, magnetismo, hombre estrella, inspiración, conexión cielo y tierra</p> <p>Trance rítmico.</p>
Motivación del deseo	Sexualidad	<p>Segmentario de pelvis. Integración motora de los tres centros. Danza de extensión armónica. Elasticidad integrativa.</p> <p>Danza de los 4 animales, danza de 4 elementos</p>
<p>Focalización y determinación</p> <p>El logro del bienestar total (*)</p> <p>Fortalecer la mente (*)</p> <p>Pensamiento positivo</p> <p>Concentrar la energía (*)</p>	<p>Vitalidad</p> <p>Autorregulación</p>	<p>Caminar con determinación, danza del caballo, liberación de movimiento, danza yang.</p> <p>Respiración danzante. Serie I de Fluidez. Segmentario de cuello, hombros y cintura.</p> <p>Danza rítmica expresiva, danza en pareja con ritmos tropicales</p>
<p>Alianzas para realizar proyectos en común</p> <p>Se puede hacer con amor (*)</p> <p>Lo que importa son las personas (*)</p>	Afectividad	<p>Acariciamiento de manos , solo, en par y en grupo.</p> <p>Caminar confiando. Canto del nombre de otro. Eutonía de dedos.</p> <p>Segmentario de pecho. Ronda de solidaridad, de acariciamiento de espalda, de mecimiento. Serie II de Fluidez.</p>
<p>Los problemas son oportunidades disfrazadas (*)</p> <p>Expandir la imaginación (*)</p>	<p>Creatividad</p> <p>Resiliencia</p>	<p>Fluidez con imágenes: abrir puertas</p> <p>Danza de la semilla. Danzas de Vishnu Shiva y Brahma. Danza de extensión máxima.</p>

- Dentro de estas destaca la línea de sexualidad por su relación con el 2° chakra y como fuente de motivación del deseo.
- Afectividad como complemento de la motivación del deseo pues este deseo se fortalece cuando es en relación a un otro.
- Vitalidad que provee la fuerza y salud para focalizarse en pensamientos positivos y llevarlos a la acción. También para aplicar el concepto de autorregulación, que a nivel energético implica concentra la energía para cuidarme y para focalizar.
- Creatividad considerando la capacidad individual y grupal de innovar y expresar esa capacidad en términos concretos.
Para apoyar el proceso creativo y fijar la creencia de abundancia en el subconsciente, se puede utilizar un cuaderno de ideas donde se anotan tanto las que surgen en forma espontánea como aquellas ideas que tienen relación con la fijación de objetivos y metas.
- Trascendencia en el sentido de conciencia ampliada y el alcance de la conexión amorosa con la vida en todas sus manifestaciones.

En forma transversal, se involucran los siguientes elementos comunes de la sesión de biodanza y que facilitan la emoción de la abundancia:

- **Fluidez** individual y grupal, como energía danzante que permite que la energía de la abundancia circule y se manifieste.
- **Identidad** como simiente para fertilizar el campo de las infinitas posibilidades para facilitar la obtención de la abundancia. Dentro de la identidad se encuentra el desarrollo de la autoestima y autoafirmación.
- **Regresión** como pilar fundamental de la teoría de la biodanza para “anclar” en la mente subconsciente lo que se sembró desde la identidad.

- Mención especial le cabe a la **consigna**, como elemento esencial para facilitar la emoción de riqueza y prosperidad.
- El **grupo** como continente afectivo a la genuina expresión de los deseos de los compañeros.
- La **música** como deflagradora de la emoción que queremos generar.

LOS 4 ELEMENTOS: La motivación del deseo, fluidez, concreción y expansión que facilitan la cocreación de abundancia, las podemos encontrar en el taller de los 4 Elementos:

Fuego: Proporciona energía vital, pasión, actividad transformadora y afectividad. Si se une con el aire se facilita la sensualidad e incluso el amor universal (trascendencia).

Agua: Genera pureza y fluidez, adaptación inteligente y maleabilidad. Junto a la tierra promueve la vitalidad y junto al aire expansión y éxtasis.

Aire: Es alegría y expansión, leveza, libertad e imaginación.

Tierra: Es concreción, estabilidad, persistencia, nutrición, protección y placer cenestésico. Junto al fuego induce la afectividad que puede incluso manifestarse en pasión explosiva.

Los 4 elementos también se asocian a los siguientes 4 animales:

Serpiente (tierra), hipopótamo (agua), tigre (fuego) y garza (aire).

ELIMINAR LOS MIEDOS: De acuerdo a lo señalado por Napoleon Hill en “Piense y Hágase Rico”, uno de los elementos necesarios para la cocreación de abundancia económica es deshacerse de los miedos básicos: pobreza, crítica, enfermedad, pérdida de amor, vejez y muerte. Como diría Rolando Toro, la biodanza cuenta con una extensión que es la “vía regia” para trabajar los miedos : **EL MINOTAURO**.

5. CONCLUSIONES

Con esta tesis, me he permitido focalizar en el dinero y abundancia, los beneficios generales de la biodanza, que son múltiples y mucho más transversales que lo que se han expuesto aquí.

Sin embargo, como la biodanza lo estimula, está aquí presente mi identidad y esencia, así como la integración de un tema “transgresor” por no ser muy común su desarrollo en el sistema biodanza.

- La abundancia económica es un derecho de la humanidad y su búsqueda es legítima, siendo un paradigma las connotaciones negativas que se le atribuyen.
- Si queremos aplicar la biodanza para facilitar explícitamente la emoción de la abundancia económica, la propuesta es:
 - Poner luz a la abundancia económica y al dinero, reemplazando las creencias negativas por una apreciación de este como medio para
 - Trabajar la autoestima, el merecimiento y el empoderamiento propio, a través de mensajes a la mente subconsciente, con consignas inspiradoras.
 - Enfatizar la líneas de vitalidad y sexualidad en las sesiones con ejercicios, músicas y consignas que estimulen la abundancia económica.
 - La biodanza como sistema de integración humana facilita la abundancia en todos ámbitos ya que pone al centro la vida, una vida sagrada, placentera y sin carencias.
 - Creernos el cuento de que como facilitadores de biodanza merecemos obtener un retorno económico digno de nuestra profesión.
 - Reforzar la importancia de la resiliencia para el logro de nuestros sueños, intentando una y otra vez si no nos resultan a la primera, muriendo y renaciendo como el ave fénix.

7. BIBLIOGRAFÍA Y FUENTES

- **Rolando Toro Araneda.** “Definición y Modelo Teórico de Biodanza”
- **Rolando Toro Araneda.** “El Inconsciente Vital y Principio Biocéntrico”
- **Sergio Rivera y Cecilia Vera.** “Apuntes para el Módulo Mecanismos de Acción”
- **Seminarios Insight:** Insight I , Relaciones.
- **Talleres Pía Sartorius**
- **Chyrene Pendleton** “Creando Dinero”
- **Napoleon Hill** “ Piense y Hágase Rico”
- **Jack Canfield y Mark Victor Hansen** “Atrévete a Ganar”
- **Clara Coria** “El Sexo Oculto del Dinero”
- **Rolando Toro Araneda** “Apuntes 4 Elementos”
- **Deepak Chopra** “El Libro de la Abundancia”