

**MONOGRAFÍA PARA OPTAR  
AL TÍTULO DE  
FACILITADOR DE BIODANZA  
SISTEMA ROLANDO TORO – IBF**

**TÍTULOS PROPUESTOS:**

**“LA VIDA, UNA NARRACIÓN EN ETERNO DESARROLLO”**

UNA PROPUESTA PERSONAL PARA LA ELABORACIÓN DE SESIONES DE  
BIODANZA DESDE ANALOGÍAS CONSTRUCTIVAS DEL RELATO DRAMATÚRGICO



*SISTEMA ROLANDO TORO*

**Autor:**  
Ricardo Pastene B.

**Profesora Guía:**  
Fernanda Morixe  
(Directora Escuela)

**ESCUELA DE BIODANZA DE SANTIAGO DE CHILE**

**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 su autor 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>**

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

<b>Mi Relato de Vivencia:</b> .....	3
<b>I. INTRODUCCIÓN</b> .....	4
<b>II. OBJETIVOS e HIPÓTESIS</b> .....	8
Objetivo General:.....	8
Objetivos Específicos: .....	8
Hipótesis: .....	8
<b>III. MARCO TEÓRICO</b> .....	9
<b>1. EL RELATO DRAMATÚRGICO:</b> El continuo histórico-existencial de la narración ....	9
1.1. Concepto y Función de Diseño de un relato dramático:.....	10
1.2. La Estructura del Relato Dramatúrgico o Guión audiovisual .....	12
1.3. Metodología constructiva del relato dramatúrgico .....	16
1.4. Elementos constructivos para la Elaboración del Relato dramatúrgico .....	19
1.5. Compendio resumido de las Escenas estructurantes del relato dramatúrgico	23
1.6. Criterios Constructivos de un Guión .....	28
1.7. Criterios de depuración/evaluación de un guión terminado.....	30
1.8. Efecto buscado ó factores de mérito de un guión: .....	34
<b>2. LA SESIÓN DE BIODANZA</b> .....	36
2.1. Definiciones y Objetivos .....	36
2.2. Estructura de la Vivencia de Biodanza: .....	37
2.3. Elementos constructivos de la Sesión .....	40
2.4. Metodología constructiva de la Sesión de Biodanza .....	42
2.5. Criterios Constructivos de una Sesión de Biodanza .....	47
2.6. Compendio de recomendaciones constructivas .....	48
2.7. Criterios de depuración/evaluación del Diseño acabado de una Sesión.....	50

<b>IV. EXTRACCIÓN DE LAS ANALOGÍAS CONSTRUCTIVAS DEL RELATO DRAMATÚRGICO PARA LA ELABORACIÓN DE UNA SESIÓN DE BIODANZA.....</b>	<b>52</b>
1. Principales diferencias entre los modelos constructivos .....	52
2. Principales analogías entre ambos modelos constructivos .....	54
3. Elementos estructurales y constructivos: Tablas Asociativas .....	58
4. Comentarios sobre la composición de las Tablas asociativas .....	63
<b>V. ANÁLISIS DE LA APLICACIÓN DE LA PROPUESTA DE MODELO POR ANALOGÍAS CONSTRUCTIVAS .....</b>	<b>66</b>
<b>VI. CONCLUSIONES.....</b>	<b>86</b>
<b>VII. DISCUSIÓN DE CIERRE .....</b>	<b>88</b>
<b>VIII. BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>90</b>
<b>IX. ANEXOS.....</b>	<b>91</b>
ANEXO I: ejemplo plantilla de sesión.....	91
ANEXO II: sesiones analizadas .....	92

**Mi Relato de Vivencia:**

*Me empezó a pasar que de pronto sentí que las clases regulares las empecé a construir, aunque siempre conectado con el grupo, de una manera automática,... la ronda, el caminar, los juegos, la sincronización, la fluidez, los segmentarios, la ronda de mecimiento, el ejercicio central, los encuentros y la ronda final,... ¡todo perfecto!*

*Pero poco a poco empezó a ser cada vez más difícil el armar la siguiente, y la siguiente. ¿Cómo hacer única cada clase? Aun cuando sé que es parte del trabajo y que a muchos le ha pasado, para mí resultaba en un escollo que pronto tomó forma de desafío. En mi caso, me di cuenta que el preparar una clase no podía convertirse en una mera aplicación de los conocimientos teórico-prácticos aprendidos en la Escuela, ni tampoco podía caer en el error de simplemente “inventar” o “improvisar” experimentos. Debía ser algo más, algo que me conectara con lo que a mí me había y me seguía pasando con la Biodanza: el conectarme con el embrujo feliz del estar vivo.*

*Para eso me dije que el preparar las clases fuera más allá del simple concebir la serie de ejercicios desde el interpretar el estado de crecimiento de los alumnos, de las personas que conforman el grupo. Necesitaba que ese proceso y las vivencias que deflagrara en ellos, arrancaran como propuestas de pequeños, pero profundos viajes. Porque esa es la manera como yo he vivido la Biodanza y de esa forma resuena en mí. Debía ser coherente con esa dinámica, para poder transmitir y construir mis clases a partir de lo que soy: un ser en viaje, el viaje de la experiencia del amor.*

*Y para mí, los más emocionantes viajes de mi vida me los han brindado las grandes historias del cine. Desde ahí se me metió esta loca idea de acoplar amorosamente su estructura narrativa, a la de las sesiones de Biodanza. Y así ocurrió el milagro. Cada cual podrá ver el suyo. Éste fue el mío.*

## I. INTRODUCCIÓN

Para los que hayan tenido la maravillosa posibilidad de encontrarse con algún texto del gran Joseph Campbell<sup>1</sup>, podrán compartir conmigo la sensación de haber soñado, escrito, o quizás vivido alguno de los cientos de cuentos o leyendas que inundan la mitología universal. Narraciones que se han anidado, como lo planteara C.G Jung en la memoria e inconsciente colectivos, generación tras generación, desde que el hombre surgió como especie. El hallazgo más importante de Campbell a mi juicio es su planteamiento de que para cada época de la historia, subyace un mito que la sustenta como su narración fundacional, y que explica el abordaje existencial de las sociedades que consciente o inconscientemente la comparten.

Desde Campbell (siglo XX), la narrativa universal, incluidos la dramaturgia y el guión audiovisual, hicieron conciencia de la connotación existencial que desnuda el esfuerzo de cada autor/narrador a lo largo de la historia, por volver a contar “esa” historia esencial de mil formas distintas, o como tan bellamente dijera Campbell, a través del “héroe de las mil caras”.

Por otro lado, y desde mi experiencia como egresado de la Escuela de Biodanza de Santiago (2009), he tenido hasta el día de hoy, agosto de 2011, la oportunidad de elaborar para al menos cuatro grupos diferentes, más de 50 sesiones de Biodanza junto a mi pareja Paola Ossandón, egresada de la hermana Escuela de Biodanza Cordillera. Dada la metodología de enseñanza que nuestra directora, Fernanda Morixe, instaló en el proceso final del Tercer Año, pude ya tener la posibilidad de abordar junto a otros compañeros, la elaboración de 5 sesiones, supervisadas y corregidas en aula. Este acercamiento temprano a la creación de sesiones tuvo en mí un impacto muy concreto, cual fue el poder comparar en un estadio de

---

<sup>1</sup> CAMPBELL, JOSEPH, el más grande estudioso de los mitos de la humanidad. “El viaje del Héroe: Psicoanálisis del mito”, “El poder del Mito”, “El héroe de las mil caras”, “Tú eres eso”.

aprendizaje y de análisis académico, la fuerte relación que tiene su estructura constructiva con la de la estructura del relato dramático.

Debido a mi trabajo como guionista profesional, no pude sino asombrarme de las maravillosas “analogías” estructurales que sustentan a ambas propuestas, tanto en sus objetivos como por el tipo de interconexiones y transiciones que poseen cada una de sus fases constructivas. Desde este acercamiento me propuse indagar en estas ‘benditas’ analogías. Descubrí a poco andar que no sólo había una dinámica existencial compartida, en tanto ambas estructuras son el contexto de un camino de búsqueda y desarrollo de “la identidad”, sino que además y por lo mismo, tenían semejanzas desde lo constructivo.

La primera analogía que aparece es que ambas poseen un desarrollo temporal orgánico, es decir, sus estructuras pueden subdividirse en un principio, un desarrollo y un final.

La segunda analogía es respecto de los “actores” centrales sobre los que ambas se diseñan y construyen. En la sesión de Biodanza tenemos al participante, al grupo; en el relato dramático tenemos la figura del protagonista. En esta perspectiva se puede sostener en términos generales, pero muy concretos, que el biodanzante experimenta una sesión de Biodanza del mismo modo que el protagonista “agoniza” en su peripecia existencial al interior del relato dramático que da vida a un film o a una obra de teatro. En ambos se está ante una experiencia del “aquí y el ahora”. En ese sentido, incluyo también al espectador de dichas obras, pues éste, junto al protagonista, “experimenta” la peripecia (por eso vamos al cine o al teatro), dado el efecto de identificación emocional con el que se diseña un relato dramático. En Biodanza, llamamos “vivencia” a lo que experimenta el participante y el grupo; en el caso del cine o el teatro, se le llama “catársis”.

El propósito de realizar la presente Monografía sobre este tema, radica en responder de una forma concreta a la necesidad personal aludida en el Relato de vivencia que inicia este trabajo. Esa respuesta la encontré a través de enriquecer el proceso de construcción de mis

sesiones de Biodanza desde el ámbito narrativo y dramatúrgico. El contexto de estudio lo circunscribo por el momento al de un grupo semanal, especialmente orientado para el proceso de profundización, aun cuando los planteamientos que acá hago, los he instalado mayoritariamente en mi experiencia con grupos de inicio, con las restricciones que ello implica. De allí que ésta sea una propuesta muy personal, puesto que implica asumir la construcción/vivencia de cada sesión como si fuera el relato/audiovisionado de una película, aportando a ésta (sesión), la gran unidad temática y emocional del relato dramatúrgico, pero desde nuestro abordaje biocéntrico.

La hipótesis que subyace entonces a la presente propuesta es que las partes y/o funciones constructivas de ambas estructuras pueden asociarse por analogía, obteniéndose con ello, herramientas auxiliares, útiles y eficientes, para construir y sostener creativamente las sesiones de Biodanza a lo largo del programa regular de un grupo semanal.

Por razones de tiempo y espacio, pero por sobre todo por unificar una sola línea de estudio, el objeto de análisis y asociación por analogía que se propondrá en este trabajo se restringirá al soporte narrativo del relato audiovisual, y que se conoce como **guión audiovisual**, (en adelante sólo “guión”), sustentado ciertamente en la “dramaturgia”, el arte de construir textos o relatos dramáticos.

Para hacer comprensible esta propuesta constructiva, se describirá de una manera sencilla y lo más asequible al lector ajeno al diseño dramatúrgico, los componentes estructurales y constructivos del relato dramático. A su vez se describirán, los objetivos y elementos constructivos de una sesión de Biodanza. Con ambos marcos teóricos referenciados, se establecerán las principales diferencias y afinidades de ambos mundos constructivos. Desde estos antecedentes primordiales, se propondrán las asociaciones por analogía de los principales elementos constructivos del relato dramático en relación a los componentes estructurales de una sesión de Biodanza. A partir de esas convergencias constructivas determinadas, se describirán y analizarán dos sesiones con la propuesta de construcción que

ocupa este trabajo. Finalmente, se establecerán las principales conclusiones que han surgido tras su aplicación práctica, tanto en términos de sus aportes como herramienta constructiva como el de su impacto concreto.

No sé a cuántos de mis compañeros facilitadores podrá serles útil esta personal “propuesta constructiva”. Yo sólo puedo dar fe que a mí sí. Con ella, la “tensión de la sesión siguiente” recibió un nuevo apoyo, como una herramienta creativa a la mano, con nuevos recursos y múltiples posibilidades.

## II. OBJETIVOS e HIPÓTESIS

### **Objetivo General:**

Presentar y Proponer la asociación por analogía de los elementos constructivos del diseño de relato dramático con aquellos propios de la sesión de Biodanza, para brindar una herramienta auxiliar al Facilitador de Biodanza, que le proporcione una mayor unidad creativa y eficiencia en la elaboración de las sesiones semanales de su Grupo regular.

### **Objetivos Específicos:**

- Establecer las analogías constructivas y estructurales del Relato Dramático posibles de asociar tanto al modelo de elaboración como a momentos/ejercicios concretos de una Sesión de Biodanza.
- Describir y analizar la aplicación del modelo constructivo de analogías estructurales con el relato dramático propuesto, en la construcción de dos sesiones de Biodanza para un grupo de semanal.

### **Hipótesis:**

Incorporar por asociación de analogías constructivas, los elementos y criterios del diseño del relato dramático a los de la Sesión de Biodanza, constituye una herramienta eficaz para los facilitadores, brindándoles alta coherencia y unidad constructiva en el diseño de las sesiones de su grupo semanal.

### III. MARCO TEÓRICO

Para enfrentar el abordaje de este trabajo, he decidido desarrollar de manera independiente y autónoma, el enunciado de los aspectos teóricos tanto del relato dramático como el de la sesión de Biodanza, de manera de hacer entendible su lectura para el lector ajeno a la escritura dramática. En este sentido, los invito a abrirse, por algunas páginas a este ámbito quizás desconocido. Instalar consistentemente los referentes principales de la construcción dramaturgica es indispensable para comprender el modelo constructivo que quiero proponer y presentar. Por ello, los temas seleccionados en los párrafos que siguen son los rudimentos básicos, y cada uno de ellos se corresponderá luego, en mayor o menor grado, por analogía con algún elemento de la sesión de Biodanza. Para facilitar la lectura, cada cierto tiempo, instalaré referencias concretas respecto a la sesión, y así mantener la “conexión” con ella.

#### 1. EL RELATO DRAMATÚRGICO: El continuo histórico-existencial de la narración

Narrar historias con palabras, con signos o imágenes, es quizás el más cavernario y atávico rastro sociocultural de la humanidad. Es fundacional a la especie y posee cualidades identificadoras respecto de quienes oyeron y siguen oyendo dichos relatos, portadores de visión de mundo, de identidad social y pertenencia. Los primeros de ellos, nos remiten a la quietud centellante y cálida del primer fuego en una caverna, en cuyo interior los sonidos de aquellos primeras narraciones se entremezclaban con las sombras inquietantes y las experiencias desconocidas de quienes las relataban. Las mujeres y hombres tribales vivieron así gran parte de sus vidas bajo una sensual organización auditiva (oral) de sus experiencias cotidianas.

Con la aparición del alfabeto y el lenguaje escrito, la oralidad de los primeros relatos, quedó conminada por el racionalismo emergente al ámbito de las artes, especialmente al teatro y la danza. Tuvo entonces limitaciones formales, pero que al contrario del ámbito filosófico, el

medio artístico y poético mantuvo como parte de su elementos y propósitos constructivos, aquella inspiración ética para transmitir valores y emociones, a través de los personajes de aquellos mitos cosmogónicos, propios de los hombres y mujeres que los (re)crearon, y que la filosofía rechazó. Los textos dramáticos y narrativos siguieron acogiendo en cambio, aquella simiente existencial y misteriosa de aquellos relatos tras la búsqueda de la identidad del hombre, la existencia humana y el sentido de la vida.

Es así como las bases históricas y constructivas del relato dramático, en tanto arte mayor, han permanecido casi invariables en el tiempo desde que Aristóteles las enunciara en uno de sus escritos más imperecederos y polisémicos: “La Poética”. En él, el gran clásico griego no sólo aborda la metodología de construcción dramática, sino que se encarga de delinear en profunda síntesis, los objetivos de la narración, los ámbitos que le son propios y por sobre todo, la manera de optimizar y embellecer su impacto emocional en los espectadores.

### **1.1. Concepto y Función de Diseño de un relato dramático:**

Para Aristóteles la función creacional de una obra dramática consistía en exponer a los personajes sobre los que trataba, al apremio de situaciones y decisiones de alto contenido emocional. Es lo que se denomina el efecto catártico o catarsis. Estas situaciones o acciones debían conminarlos desde el miedo y/o la compasión para que durante su enfrentamiento pudieran aflorar, ante los espectadores, sus verdaderas pasiones y caracteres, en un proceso siempre evolutivo desde el punto de vista existencial, ético y psicológico. Ciertamente las grandes narraciones a lo largo de la historia hasta el día de hoy siguen operando desde esta misma función: conectar con nuestro mundo emocional a través de situaciones de conflicto.

Para cumplir esta función, las acciones de los personajes que conforman un relato dramático deben siempre instalarse en su estructura con una estricta relación de verosimilitud o de necesidad de las motivaciones o decisiones de los personajes. Para Aristóteles, la verosimilitud de las acciones narradas no tiene que ver con que si los hechos

relatados ocurrieron o no, si no que si sería posible que ocurriesen. De ahí que una secuencialidad verosímil de las acciones será aquella que los presente en una precisa relación de causa-efecto, y no producto del azar o la casualidad. En ello estriba precisamente “la belleza de un buen argumento”, dirá él.

Desde la perspectiva estructural, Aristóteles plantea primeramente que un argumento (la propuesta desarrollada de un conflicto), debe ser “completo y de cierta extensión”. Por “completo” se refiere a que el argumento debe tener un principio, un desarrollo y un final. Es a lo largo de estas tres partes, en la que debe existir una secuencialidad coherente (verosímil) entre las acciones, desde el inicio hasta el final de la obra. Por “cierta extensión”, él implica que la duración de cada parte y del todo no debe ser azarosa, ni muy extensa ni muy breve, para no perder la contemplación de unidad y totalidad, y así no hacerlo inentendible al espectador. Lo ideal es que la extensión del argumento sea “abarcable por la memoria.” La principal manera de lograr este límite apropiado es componer precisamente las acciones de acuerdo a una sucesión verosímil y natural de acontecimientos, por lo que verosimilitud y extensión se refuerzan entre sí.

Finalmente, para generar la necesaria unidad en el relato dramático, éste debe tender a centrarse sobre una sola acción o eje narrativo, aquel principal del personaje o protagonista de la historia. El desarrollo y atención sobre esa acción debe ser completa, de modo tal que el orden de las acciones o ejes secundarios que los conforman y estructuran, opere de tal modo, que no se pueda prescindir de ninguna de ellas, conformando cada parte del argumento, un todo narrativo.

Hasta acá, la verosimilitud, la estructura y su extensión claramente nos plantea para la sesión de Biodanza una clara analogía que nos augura un camino a seguir. La verosimilitud ciertamente nos habla de la necesaria progresión orgánica de la línea de ejercicios. Respecto de la extensión creo que es un llamado a atender, puesto que la longitud de una sesión

también dice relación a con la capacidad de retener y disposición a la vivencia de nuestros participantes.

Desde la perspectiva contemporánea del relato dramático, la visión y la estructura argumental de Aristóteles se le ha terminado por clasificar bajo el nombre “estrategia dramática de conflicto central”. Este conflicto central, que en el relato cinematográfico se desarrolla progresivamente como “una crónica audiovisual de una Perturbación”, tiene dos fases narrativas muy claras: la **Pre**-Perturbación y la **Post**-Perturbación. La Pre-Perturbación es el contexto de equilibrio precario del universo íntimo del protagonista antes del advenimiento del conflicto. La Post-Perturbación es el estado existencial resultante a su acometimiento enfrentado a una Crisis concreta que rompió aquel equilibrio, y que lo instala frente a un conflicto desatado. Se constituye así un contexto de lucha por superarlo. Esa lucha devendrá en un tránsito, ya sea hacia la dicha o a la desgracia. En términos de las acciones, en la derrota o la victoria frente a quien o a lo que provocó la crisis en el contexto inicial.

## **1.2. La Estructura del Relato Dramatúrgico o Estructura Dramática del Guión audiovisual**

La estructura dramática se define como “una **progresión** lineal de incidentes, episodios y acontecimientos relacionados entre sí, que le ocurren a uno o más personajes y que los conducen a una resolución dramática”.<sup>2</sup> Etimológicamente, estructura, posee como raíz ‘*estruc*’, que significa “combinar”. En otras palabras, una estructura es la relación entre las partes y el todo del sistema o modelo que representa. De aquí, podemos decir que un guión es una historia que está contada en “imágenes, diálogos y descripciones” (partes), pero dentro del contexto de la estructura dramática (todo). Asimismo, cada estructura se sustenta en un paradigma constructivo. El guión tiene uno y de naturaleza orgánica al igual que la Sesión de Biodanza tiene el propio: el Modelo Teórico de Biodanza.

---

<sup>2</sup> “El Manual del guionista”, de Syd Field, de los más masivos libros de escritura guionística del mercado.

### Descripción del Paradigma Dramático

El paradigma en el guión es la estructura dramática propiamente tal. El paradigma es así el esquema conceptual del aspecto formal que tiene un guión, Fig. 1.

El Paradigma estructural de un guión distribuye el relato en tres partes: El Planteamiento o Acto I, la Confrontación o Acto II y la Resolución o Acto III.



Fig. 1 - Paradigma de la Estructura Dramática

La extensión de un guión dice relación con la longitud del metraje de la película, ya sea corto-, medio-, o largometraje. Éste último va mayoritariamente entre los 90 minutos a los 120 minutos. En la industria cinematográfica se ha llegado a asociar una página de guión por cada minuto de película aproximadamente. La extensión de cada Acto es diversa también, pero ésta tiende a establecerse en una relación de proporción entre las tres partes o Actos alrededor de 1:2:1, respectivamente.

El **Acto I**, “el principio”, es una unidad o bloque de acciones descritas en escenas, que comienza en la página uno y se prolonga hasta el primer *plot point* del final del Acto I y su entorno inmediato posterior. Se enmarca en el contexto dramático conocido como el **Planteamiento**.

El **Punto de Giro o Crisis**<sup>3</sup> (*plot point*, en inglés) del final del Acto I genera *suspense* e impulsa la acción dramática central de la historia hacia adelante: “¿Que irá a suceder después de esto con el protagonista? ¿Qué decisión tomará?” Su emergencia ocurre, porque la necesidad dramática del protagonista se ve obstaculizada de tal modo que aparece una crisis de muy difícil solución, a tal punto que se establece y emerge un **conflicto abierto** entre él y su entorno, o con otra persona, o consigo mismo, o con la sociedad, y/o con una combinación de éstos. Esta crisis lo moviliza inminentemente a emprender una **acción de alto acometimiento personal** que lo resuelva, pero en un sentido contrario al que tenía antes de que acaeciera la crisis.

El **Acto II**, “medio”, es una unidad o bloque de acciones descritas en escenas, que se inicia tras el cierre de las acciones del Acto I hasta el segundo *plot point* del final del mismo acto y su entorno inmediato posterior. Se enmarca en el contexto dramático conocido como **Confrontación y/o Conflicto**. En esta parte del guión, el o los protagonistas harán frente a obstáculos y otras crisis de mayor impacto, que deben ser resueltos y superados para que pueda(n) satisfacer su necesidad dramática.

El **Punto de Giro** del final del Acto II se trata de una escena o acción de confrontación que profundiza, intensifica y hace escalar el conflicto del protagonista hacia su punto climático, sin retorno (como todo punto de giro), pero sin develar ni anticipar de antemano la manera de cómo podrá resolverlo. Lo único que aparece claro es que no tiene más que un solo camino y se debe entregar a él.

El **Acto III** es la una unidad final de acción descrita en escenas y va desde el cierre de las acciones tras el Acto II hasta el final del guión. Se enmarca en el contexto dramático conocido como **Resolución**.

---

<sup>3</sup> Un Punto de Crisis o de Giro es un eslabón fundamental de la estructura del relato dramático y los encontramos reproducidos fractalmente a lo largo de todo el guión. Su presencia en él, provoca el avance del relato, generando lo que se conoce como “**tensión dramática**”, y que hace mantener **la atención del espectador**.

La **Crisis climática del Acto III o Clímax de la historia** es la culminación del conflicto central de la historia y corresponde a una secuencia o escena donde se visualiza y da pie a la Resolución de la historia, resolviéndose en satisfacción o insatisfacción para con la necesidad dramática del protagonista. En muchos relatos corresponde a la batalla final, el enfrentamiento culminante entre las dos fuerzas/personajes antagónicas, al encuentro o separación definitiva de los amantes, etc. Es la fase de mayor tensión/intensidad dramática del Relato. Es un punto de **catarsis** colectiva, tanto para los personajes como para los espectadores.

La visión que nos plantea el paradigma dramático en relación a la sesión de Biodanza, es la comprensión de la estructura global de la misma, nos plantea la necesidad de concebirla instalándole “hitos” constructivos claros, a través de los cuales se genera una coherencia y unidad temática.

Ésta es entonces la estructura básica de construcción de un guión. El abordaje y modelo de construcción implica copar los espacios vacíos de acción que éste deja y para ello es necesario contar con una metodología constructiva.

### 1.3. Metodología constructiva del relato dramático

A pesar de que existan diversas formas de arranque constructivo, todas deben arribar a un mismo lugar:

#### Una Historia de Soporte

Una línea lógica de secuencias de acciones, de causas y efectos relacionados desde la primera escena o su proximidad, hasta la última escena o su proximidad, relacionadas a una sola gran acción compleja.

Retomando los planteamientos de la introducción sobre aquel relato único que descubrió Campbell, y que ha coexistido a lo largo de la historia, replanteado incesantemente en cada tradición narrativa de los pueblos de la humanidad, dejo esbozada en su más sintética expresión lo que podríamos llamar **la** Historia (universal) de Soporte: “el mito del héroe”, nuestro mito clásico:

#### EL VIAJE DEL HÉROE

1. **Mundo ordinario** – El mundo normal del héroe antes de que la historia comience.
2. **La llamada de la Aventura** al héroe. Al héroe se le presenta un problema, desafío o aventura. Puede ser el apresamiento del rey (la víctima), padre de la amada, por parte del villano (antagonista<sup>4</sup>).
3. **Reticencia del héroe o rechazo del llamado** – El héroe rechaza el desafío o aventura, generalmente porque tiene miedo.
4. **Encuentro con el mentor o ayuda sobrenatural** – El héroe encuentra un mentor que lo hace aceptar el llamado y lo informa y entrena para su aventura. Las posibilidades se abren.
5. **Cruce del primer umbral** – El héroe (protagonista) sale de su casa al rescate del rey. El héroe abandona el mundo ordinario para entrar en el mundo especial o mágico. Se interna en un territorio desconocido.
6. El rescate es un viaje iniciático de largo e intrincado aprendizaje. Se le conoce como el **Camino de las pruebas o La panza de la ballena** – El héroe enfrenta pruebas,

---

<sup>4</sup> **Antagonista:** personaje o grupo de personajes o fuerza que se opone al protagonista y/o su necesidad dramática.

encuentra aliados y confronta enemigos, de forma que aprende las reglas del mundo especial.

7. **Acercamiento** – El héroe tiene éxitos durante algunas pruebas.
8. **El triunfo aparente del villano** - es la prueba más importante, se le conoce como la reconciliación con el padre, que lo lleva a tomar una salida/decisión definitiva;
9. **Prueba difícil o traumática** – La crisis más grande de la aventura, de vida o muerte.
10. **El cruce del umbral del regreso o la Recompensa** – El héroe ha enfrentado a la muerte, se sobrepone a su miedo y ahora gana una recompensa: el encuentro del santo grial.
11. **El camino de vuelta** – El héroe debe volver al mundo ordinario.
12. **El enfrentamiento del villano: la lucha o Resurrección del héroe** – La última prueba donde el héroe enfrenta la muerte, y debe usar todo lo aprendido. De su triunfo depende la redención definitiva del rey,...
13. La vuelta a casa o el Regreso con el elixir (Santo grial) – El héroe regresa a casa con el “elixir”, y para ayudar a todos en el mundo ordinario.

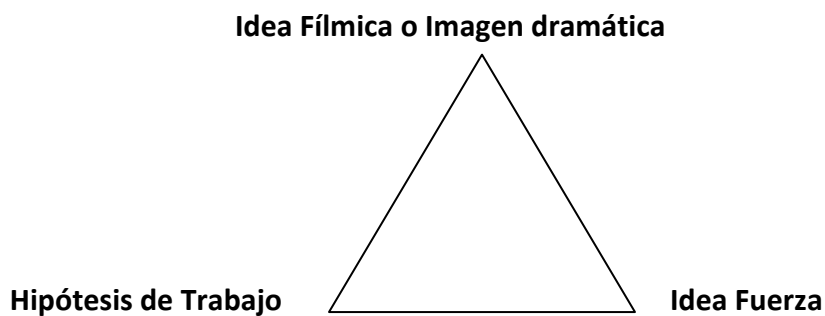
Esta historia tiene muchas variaciones e interpretaciones, pero como estructura, es la base de todas las historias que conocemos. “La vuelta a casa” por ejemplo puede que en algunos relatos se omita, porque el tipo de historia sólo quiera conocer si “rescatan al rey o no”. En otros, quizás el clímax mayor está precisamente en “el regreso”: donde las cosas han cambiado, y al rey y/o al héroe los esperan “otros” enemigos, o al héroe ya no sea bienvenido, etc. etc.

Quizás es interesante acompañar el enunciado de este mito clásico, con las palabras con que Campbell intuye su función respecto de la identidad y existencia de las sociedades y las culturas, de la cual el individuo sólo puede ser apenas “un órgano”: “Estas formas (la del mito clásico) tienen como objeto mostrarlo a sí mismo (al individuo), no como esta personalidad u otra, sino como el guerrero, la desposada, la viuda, el sacerdote, el jefe; al mismo tiempo se representa para el resto de la comunidad, la vieja lección de las etapas arquetípicas. Todos participan en el ceremonial de acuerdo a su rango y función. La sociedad se hace visible como unidad viva e imperecedera. Pasan generaciones como células

anónimas de un cuerpo vivo; pero permanece la forma sustentante e intemporal.... y sirven para trasladar las crisis y hechos de la vida del individuo a formas clásicas e impersonales.”

A nuestra Historia de Soporte o Línea Lógica (verosímil) nos podemos aproximar a su vez desde varios caminos diferentes, los que pueden mezclarse indistintamente. En este caso plantearé el que más utilizo:

**“El Desarrollo Prospectivo en base a la creación del Triángulo de Construcción.”**



**Fig. 2 - El triángulo de Constructivo**

La descripción de los elementos que aparecen en la Fig. 2 es la siguiente:

- La **Idea Fílmica o Imagen dramática** es aquel núcleo **instintivo y espontáneo** que nos lleva a **querer** relatar una historia. Es una imagen nítida, un recuerdo, una visión, que provoca el interés de crear un relato en torno a ella. Ejs: “El balcón de La Moneda con Allende avistando junto a sus escoltas el movimiento de los militares en la calle”; “... un cruel mercenario portugués escala un acantilado en medio de la selva con todos sus objetos de guerra a la espalda,...”; “... un niño se encuentra con un extraterrestre en su closet...”.

- El **Concepto o Idea Fuerza (tema del relato)** es el valor o eje temático que subyace en la historia: sexo, violencia, libertad, fe, amor, guerra, padres e hijos, la felicidad, la paz, el poder, la grandeza humana, la miseria, etc.
- La **Hipótesis de Trabajo** es la mirada personal del autor/escritor sobre las consecuencias o implicancias del tema de la Idea Fuerza en la vida de una persona o grupo de personas, en la sociedad en la que vive. Es el criterio de fondo, para enfrentar el relato de contenidos, acontecimientos y personajes. De algún modo, el paradigma del observador/narrador.

De estos tres elementos, el más visceral y primigenio es el de la Imagen dramática. Muchas veces sólo llegamos a los otros dos, cuando ésta recién ha consolidado sus contornos. Primero es sólo una imagen, fugaz, intuitiva. Muchas veces esta imagen es en rigor una escena propiamente tal y suele transformarse en lo que se conoce como **Escena Índice (EI)**. Entendemos por escena índice a “aquella escena de mayor peso dramático, y/o atmosférico, y/o emocional, y/o estructural de la historia.”<sup>5</sup>

Acá podemos intuir para con la sesión Biodanza, que la Imagen Dramática como Escena Índice será lo más parecido a lo que son algunos de nuestros “ejercicios centrales”. El Concepto o Idea-Fuerza dice relación con el Tema de la sesión. La Hipótesis de Trabajo con la “Consigna de Central de la clase”, es decir la forma cómo trabajamos el tema.

#### **1.4. Elementos constructivos para la Elaboración del Relato dramático**

A partir de las definiciones del Triángulo de desarrollo prospectivo, podemos enunciar lo que constituye el Ciclo de Acción Central, y que en la narrativa dramática se le denomina “**Storyline**”: el primer y principal elemento constructivo.

---

<sup>5</sup> Metodología del Guión cinematográfico, CineScripto, Julio Rojas G., prolífico guionista chileno, ganador de innumerables Premios, entre ellos Goya por el guión de “La Vida de los Peces”. Mi primer maestro de guión.

Para abordar de manera asertiva el proceso de creación hacia la Historia de Soporte y el consecuente enunciado de su Storyline, se debe poder contestar el siguiente cuestionario básico:

- ¿Cómo es el Universo Narrativo de Inicio del Protagonista?
- ¿Quién se encuentra en ese Universo?
- ¿Cuál será el Evento de Alteración/Perturbación?
- ¿Cómo se desencadenará esa alteración?
- ¿Qué le sucederá al Protagonista durante la alteración?
- ¿Qué sucederá al protagonista luego de la Crisis?
- ¿En qué condiciones quedará el Universo tras la alteración o Crisis?

Este cuestionario sin duda puede ya resonar en el lector de una manera muy directa, al “pensar” el abordaje inicial de su sesión. Bastaría cambiar “Narrativo” por vivencial, “Protagonista” por grupo” y “Evento de Alteración” por vivencia o tipo de ejercicio, para comprender la profundidad relevante de acercarse a las respuestas de estas interrogantes.

El Storyline es entonces la síntesis del ciclo de Acción Principal o Central de la historia. En él se describe a grandes rasgos de qué historia se trata, cuál es el “conflicto matriz”, a quién(es) involucra, qué lo que le(s) ocurre y cómo se/lo resuelve(n). En rigor, el Storyline contiene la descripción sintética de los dos puntos de giros del paradigma dramático y su resolución, y su redacción no debiera superar las cuatro a cinco líneas.

En sí mismo, el Storyline opera como una verdadera carta de navegación durante el proceso creativo de la escritura del guión, pues contiene los agentes “genéticos” de la historia. Pero ha de ser siempre contrastado con el triángulo constructivo para mantener la coherencia con él. De hecho su redacción debe evocar el tono y estilo del relato, y de algún modo el tipo de acción (sí física o emocional). En este sentido, al concebir el Storyline habremos de visualizar el género narrativo que mejor se ajusta para contar nuestra historia, si un tipo de

comedia, un drama, un thriller o una sátira, o algún otro. Ello nos anticipa desde ya “ubicarnos” dentro de los códigos narrativos que se utilizarán dentro del relato.

Si pensamos en una sesión de Biodanza, el Storyline de un guión, nos propone establecer el conjunto primordial de ejercicios para iniciar la elaboración de nuestra sesión. Ciertamente debe considerar entre ellos a su ejercicio central, que ciertamente podrá corresponder a cualquiera de los puntos dramáticos del paradigma. Y si junto al Storyline, concebimos también el género en el cual construiremos nuestra historia, podemos asociar para la sesión de Biodanza, el determinar con qué línea o líneas de vivencia trabajaremos.

Con el Storyline construido podemos pasar a redactar y crear lo que será nuestra Historia de Soporte. Como vimos, ello implica anotar los “encabezados” de las acciones, desde el inicio hasta el final de nuestro relato, es decir el trabajo que sigue es completar “los espacios vacíos” que deja el Storyline. En la sesión de Biodanza, acontece algo similar. Hemos de instalar los ejercicios que deben “acompañar” coherentemente al grupo de ejercicios principales. Para el desarrollo completo de una historia se debe entonces construir y agregar uno o más ejes narrativos secundarios (ENS), acciones secundarias. En los ENS’s no es necesario colocar todos los elementos constructivos del paradigma dramático, permitiendo omitir alguno de ellos.

Asimismo, un otro y muy importante elemento constructivo de un guión es lo que se denomina “Caracterización o Construcción de Personajes”, fundamentalmente las figuras del protagonista y el antagonista, y sus personajes asociados principales. Para no extendernos en demasía aprovecharé la paleta de caracteres arquetípicos que nos proporciona el “Viaje del Héroe” para distinguir los principales que deberían estar representados en todo relato dramático:

**El Héroe:** el personaje que emprende la gran acción compleja, y quien toma esa responsabilidad bajo sus hombros, ergo, el protagonista.

**El villano o La Sombra:** es todo lo negativo o contrario al héroe, ergo, el antagonista.

**La víctima:** puede ser la Amada, o el Rey, el personaje por el cual el héroe arriesga su vida.

**El Mentor o Mago:** figura positiva que ayuda al héroe o lo entrena.

**El Guardián del umbral:** el que no permite al héroe acercarse a su meta, puede ser aliado del antagonista o enemigo de ambos.

**El Herald:** el que le anuncia al héroe que debe iniciar su lucha.

**El Camaleón:** un personaje que no tiene carga estable puede ser negativo o positivo dependiendo de si es un aliado del héroe o del villano.

**Los Aliados:** figuras positivas parte de la personalidad del héroe.

**El bufón o truhan o duende(s):** por lo general de carácter tramposo o cómico. Pueden ser positivos o negativos. Son responsables de aliviar la trama. Por lo general, revelan información importante.

Al construirse el relato dramático, esta paleta de personajes reciben las características propias del tipo y estilo de historia que se contará, pero inspirados en las cualidades funcionales de estos arquetipos. Desde la sesión de Biodanza, podemos entenderlos por la analogía ya planteada en la introducción. El protagonista o héroe ciertamente corresponde al grupo o a cada participante de la sesión. ¿Pero qué ocurre con el resto si en las “escenas” de la sesión, esto es, los ejercicios, sólo hay consigna, música y movimiento? Acá la analogía entonces se debe asumir precisamente con estos elementos, siendo el principal de ellos, la música. Hemos de pensar pues, a los tres elementos de los ejercicios, como los

“representantes o portadores” de estos caracteres del relato dramático. En este sentido, es interesante observar cómo estos “modulan” la vivencia en cada ejercicio.

Para los alcances de este estudio bastará en lo que sigue, el plantear al lector sólo los principales tipos de escenas estructurantes que completan la historia, y que se suman a las que corresponden a los Puntos de Giro o Crisis, para tener con claridad los requerimientos básicos del modelo constructivo dramatúrgico. En este sentido debemos considerar que si los ejercicios de una sesión se corresponden a las escenas o secuencias de escenas de un guión, bastarían en rigor los diez a doce principales elementos constructivos o escenas estructurantes.

## **1.5. Compendio resumido de las Escenas estructurantes del relato dramatúrgico**

### **Del Acto I: Planteamiento**

#### **1. Opening scene o Escena de Apertura**

Esta escena opera como el detonante de la historia, por lo general a modo de metáfora del tema que enfrentará. A veces es sólo una apuesta de contextualización comparativa, en otras un elemento central de la historia a dilucidar o a explicarse en el desarrollo de la misma. Por lo general se refiere a alguna situación con el protagonista, ya sea que lo involucre directamente, o que lo vaya a afectar posteriormente. También se le conoce como Escena de Metáfora, y es de una gran importancia estética y argumental, puesto que encubren la Hipótesis de Trabajo. Sin embargo, en un estadio posterior del guión, puede existir una escena que tenga también este carácter.

Desde la Biodanza, nos podemos preguntar acá por el tono y la propuesta de inicio, de apertura de nuestra sesión. ¿Cómo debe arrancar esta sesión que está sustentada en una consigna y un tema central determinado? Si pensamos en el viaje del héroe, corresponde al

planteamiento del “mundo ordinario”, en este sentido, a la propuesta de una de las tantas formas en cómo la comunidad del grupo (con)vive.

## **2. Secuencia de Apertura: el universo íntimo del protagonista y su circunstancia dramática**

En esta secuencia se presenta a los personajes principales, protagonista(s) y antagonista(s), y donde se establece la premisa dramática (relacionada a la necesidad o intención del protagonista), a través de situaciones construidas en escenas y/o secuencias de escenas que elaboren y desarrollen la información sobre la historia, el mundo ficticio, el contexto de conflictividad (si va ser con armas o no por ejemplo, o si será una acción emocional, conflictos relacionales, afectivos).

La **Secuencia de Apertura** suele estar constituida al menos por las siguientes escenas estructurantes:

**2.1. Escena de Definición de Objetivo o Necesidad del Protagonista.** El germen de su conflicto. Desde la sesión de Biodanza podemos entender esta “escena”, desde el objetivo de trabajo de la misma. ¿Cuál es la necesidad del grupo? ¿Qué se pide/propone reafirmar en ellos para abordar el objetivo de la clase?

**2.2. Escena del Universo Íntimo del Protagonista:** una afinidad concreta con el Protagonista y su entorno inmediato, sus motivaciones. Aquí nos preguntamos por las características que se pueden asociar a las distintas modalidades de movimiento o disposición personal para profundizar en el objetivo de la sesión.

**2.3. Plot de vulnerabilidad:** en general estos Plots son escenas presentes siempre antes de los Plots de Crisis principales de final de Acto. Ellos enfrentan al protagonista, por así decirlo, con su “Talón de Aquiles” frente al tipo de conflicto que se abrirá. En la sesión de Biodanza será una cierta forma de desafío, de requerimiento de expresión rítmica, de liberación de movimiento, claramente distinto al vivir cotidiano, un quiebre de patrón conductual para el grupo y/o el participante..

Acá aparece la escena o secuencia el Plot Point o Punto de Crisis del Acto I que ya describimos dentro del paradigma dramático.

3. **Escena de Cierre de Acto I:** Es una escena de transición que decanta el tempo e instalando las expectativas del resto de la historia. Da paso al Acto II.

### **Del Acto II: Confrontación**

4. **Primera Crisis de confrontación del 2do Acto:** Esta es una secuencia cuyo ciclo de acciones produce una confrontación que intensifica la crisis final del primer acto, profundizando, escalando y empujando hacia adelante la acción central del conflicto de la historia. Al interior de la sesión, instalamos acá un ejercicio que se deriva del ejercicio de Punto de giro de la sesión, como una cadena de eventos que se intensifica en el mismo eje vivencial.
  
5. **Segunda crisis de confrontación de la Mitad del Segundo Acto (Mid-point o Punto Medio):** La particularidad de la segunda crisis de confrontación del 2do Acto es que engancha la acción, la tira hacia adelante, pero al mismo tiempo le da un giro súbito y violento hacia otra dirección. *Surge de la acción dramática de la historia y sirve para otorgarle una nueva dimensión y densidad.* Una visión desde más “arriba” hace que el “conflicto” adquiere para el protagonista, una profundidad y tono existencial diferente: ahora su lucha es por honor, por dignidad, porque descubre el amor verdadero, o la traición. También se le conoce también como Plot del cambio del Opuesto o Alternativo al Objetivo inicial. Desde ahora en adelante, no se abren nuevas aristas en el conflicto Central, y el relato fluye bajo el tono de “todas las cartas tiradas”. El protagonista adquiere un nuevo “aire” de energía y empuje. En este lugar, entenderemos al objetivo de la sesión, su consigna central, desde una lectura más profunda, por lo general desde una perspectiva de la Trascendencia.

- 6. Plot de vulnerabilidad Acto II o Escena de la Máxima Expresión de la Perturbación del Protagonista:** Este plot corresponde a una secuencia de acciones donde la línea de éxito/triunfo del protagonista decae bruscamente hasta su mínima expresión: es el peor momento de su lucha. La situación instala un tono de pseudo-Resolución. Este Plot se corresponde al “Triunfo del Villano” en el relato del héroe. El protagonista queda sustancial y aparentemente sin salidas, sin algún escape.
- 7. Escena de Nudo o Giro de Cierre (Plot point #2):** Aun cuando ya describimos lo que son estos Plots principales, el del final del Acto II posee cualidades especiales, cuyo indicador dramático más claro es movilizar a la acción basal<sup>6</sup> del protagonista, en un sentido diferente a su agonismo anterior y que lo insta a una **nueva** y definitiva estrategia de solución de su conflicto. En la sesión de Biodanza, este momento marca la salida de la fase regresiva, e implica un ejercicio(s) que detone la salida desde la esencia de la consigna central, como un despertar lleno de contenido y acometimiento para el participante y/o el grupo.

### **Acto III: Resolución**

Acá la escena o secuencias más importantes es sin duda la de Clímax de la historia y que ya describimos en la sección del paradigma dramático. Las que completan este Acto III son las siguientes:

- 8. Resolución de la historia:** Tras el clímax, ¿cómo se resuelve la historia? ¿El protagonista vive o muere, triunfa o fracasa, se va de viaje o no, consigue el ascenso o no, se casa o se divorcia o no, sobrevive a la prueba o no, se pone a salvo o no? No siempre podremos ver este momento de una manera clara en la sesión. En ese sentido, la sesión dice relación más bien con relatos dramáticos abiertos.

---

<sup>6</sup> “Acción Basal” hace referencia al metabolismo basal, una suerte de actividad intuitiva, instintiva, de sobrevivencia urgente.

**9. Escena de Universo en Equilibrio:** En ella siempre se visualiza un nuevo equilibrio para el Universo narrativo, un destello de la redefinición del nuevo orden que se alcanza. Aparece como una revelación o cognición, donde todo decanta, y se produce el cierre del desarrollo de los personajes y las líneas de relato secundarios. Ocurre un giro final, como la consecuencia última del destino del héroe, y que constituye una Escena de Validación ó Refutación de la Hipótesis de trabajo del guión. Así será en adelante el universo íntimo del protagonista, ya sea que haya muerto o sobrevivido. En nuestras sesiones, podemos asociar esta escena al ejercicio de Ronda de activación lenta, un vislumbrar la vivencia final de la sesión. Podemos asociarlo también a la Ronda Final.

**10. Escena de Cierre o Epílogo:** Ciertamente la confrontación climática puede dar lugar a diferentes finales o cierres, y que son, más que el final mismo de la historia (resolución), el final o cierre de la narración dramática del relato de la historia. Acá el escritor entrega a veces la enseñanza del relato, o en su forma menos atractiva, su mensaje 'moralista'. El final puede ser abierto o cerrado, y brinda una suerte de explicación del desencadenamiento de las acciones, a modo de epílogo, en caso del final cerrado, o dejar aquello para la segunda lectura y/o interpretación del espectador. Acá obviamente estamos hablando de la Ronda Final propiamente tal, quizás con alguna danza final de salida, en base a nuestra clásica consigna, "suelos, pero no solos".

#### **Otras Escenas dramáticamente importantes sin relación a un Acto:**

- **Escenas de Transición:** Por lo general, son muelles entre dos Escenas o Actos, y que generan Modulación tanto de la Tensión Dramática como del Flujo Cinético precedentes.
- **Escena Anécdota:** su función es liberar tensión dramática en el Espectador. Su tono es de carácter arbitrario, por lo general cómico.

- **Plots de integración:** Escenas donde se atan los cabos sueltos y encajan todas las piezas para el espectador (y/o el protagonista).

### 1.6. Criterios Constructivos de un Guión

Básicamente en términos de redacción, la escritura dramática es una escritura selectiva. Y el elemento a seleccionar es la Información dramática, o sea la forma y contenido de las acciones. Dicho de otra manera, es el arte de ocultar disimuladamente la información. Si nos planteamos la elaboración de una sesión de Biodanza, corresponden a los criterios de selección de los ejercicios, respecto de sus relaciones de coherencia y unidad vivencial.

A la densidad y selección de entrega de la Información se le conoce como el pulso del relato fílmico o **Pulso Escénico**, y es por ende el principal criterio de construcción y entramado de las diferentes escenas de un relato dramático. En este sentido, el pulso escénico corresponde a lo que Rolando nos plantea como el **flujo vivencial** de la sesión.

La percepción del **Pulso Escénico** por parte del Espectador depende de diversos factores, y no siempre se requiere que la acción fluya con rapidez, sino más bien lo que necesita la historia es un retardo en su *tempo*, o sea disminuir el pulso escénico, justamente para aumentar la tensión dramática del relato. Un autor escribe por tanto para resaltar la historia en función de cómo percibe el espectador, y no para satisfacer la curiosidad del espectador. Muy por el contrario, se vale de ella, para mantenerlo atento.

Existen diversos elementos que actúan como moduladores del pulso escénico. Para nuestras necesidades de estudio nos parece necesario mostrar sólo algunas. He seleccionado de los elementos que redundan en una valoración de aceleración o retardo del pulso escénico, dada su presencia o ausencia, y que son de utilidad en la elaboración de nuestras sesiones. Existen otros pero que son de difícil asociación con la construcción en Biodanza. Estos serían los siguientes:

- **Por Información:** A mayor densidad temporal de información entregada, mayor es el grado de atención requerida, lo que hace que el pulso escénico sea percibido por el espectador como de duración más corta, respecto de otra con la misma duración objetiva, pero con mucho menos información. Por tanto, a más información, la percepción es de aceleración del pulso, y a menor información, éste decae. En la sesión de Biodanza, entenderemos la “información” como la explicación del ejercicio y el enunciado de las consignas. En este sentido, el flujo vivencial se altera hacia la aceleración vivencial, al alargar esta entrega, y lo desaceleramos si la acortamos.
- **Por Dramatización:** Es la densidad de los nudos principales y secundarios de tensión dramática. Al aumentar la tensión dramática, el espectador tiende a sufrir una desaceleración del flujo de acontecer, el pulso escénico baja. Al bajar la intensidad de la tensión dramática, el pulso se acelera. Esto implica para nuestra sesión que si instalamos muchos ejercicios de alto compromiso vivencial, tenderemos a hacer que el flujo vivencial se intensifique y por ende los participantes se cansen más rápido, tanto física como emocionalmente.
- **Por Relajación o Descanso:** Es un agente cinético por excelencia, dependiendo eso sí, si es consistente con el relato. No por poner una playa hermosa se va a generar un aceleramiento o un descanso. Si perturba la atención respecto del conflicto relatado, **siempre** va a retardar el pulso. Acá la asociación con Biodanza es bien directa, sólo recalcaría la misma consideración que en el relato dramático: no cualquier ejercicio de transición opera correctamente. Movimiento y consigna deben ser coherentes con la consigna central.
- **Por Revelación o Cognición:** En general, las revelaciones tienden a liberar tiempo pues son acomodaciones de los “acertijos” del conflicto. Sin embargo, aquellas relacionadas a dudas y a misterio, tienden a desacelerar el pulso, pues concitan otras preguntas o

interrogantes. Aquí evaluamos los efectos de los Plots de Integración. Este elemento nos habla de la relevancia de los contenidos de las consignas, que son los elementos que nos revelan el sentido de los ejercicios. Deben ser claras en las fases adrenérgicas. Misteriosas o más metafóricas para inducir a la fase regresiva.

- **Por Sincronía Emocional**: Existe una relación entre la percepción de aceleramiento ó desaceleración del relato y la sincronía ó asincronía de las emociones del espectador. Cuando éstas últimas se producen sincrónicamente con las acciones del relato, se manifiesta una clara aceleración, en cambio cuando ello no ocurre, todo se desacelera. Caso más crítico es cuando en el relato pretende provocar una lágrima, genera una risa. Aquí es de alto interés notar la analogía, pues nos hace atender al tono, y al carácter de las consignas. Ambos deben corresponderse al momento de la sesión en que se enuncian. No hacerlo implica, quebrar la vivencia.

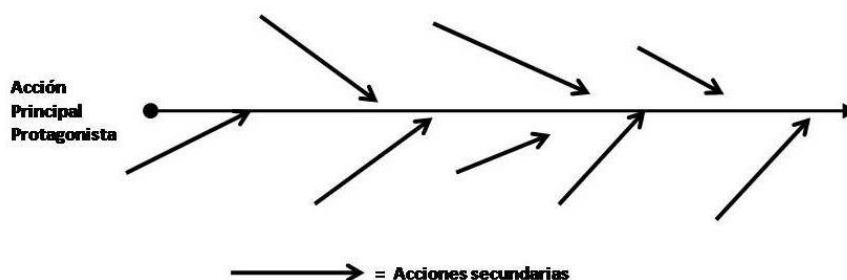
### **1.7. Criterios de depuración/evaluación de un guión terminado**

Los múltiples detalles que se deben considerar para evaluar y depurar la escritura de un guión, en orden a producir su versión definitiva, dicen relación con diferentes aspectos de análisis, que buscan establecer factores de mérito o calidad para el texto final. En nuestro estudio rescatamos los que serán más consistentes respecto de la propuesta de analogías constructivas. En ese sentido podemos decir, que estos criterios nos proporcionan una suerte de modelo de evaluación tras establecerse la primera versión de una sesión de Biodanza.

Los elementos y criterios de evaluación y análisis son los siguientes:

- **Niveles de Relato: Concentricidad de los Ejes Narrativos.** Preponderancia del Eje Principal sobre los Secundarios, y la simbiosis de éstos respecto de aquel. (Fig. 3)

### Concentricidad correcta de Acciones secundarias



### Concentricidad incorrecta de Acciones secundarias

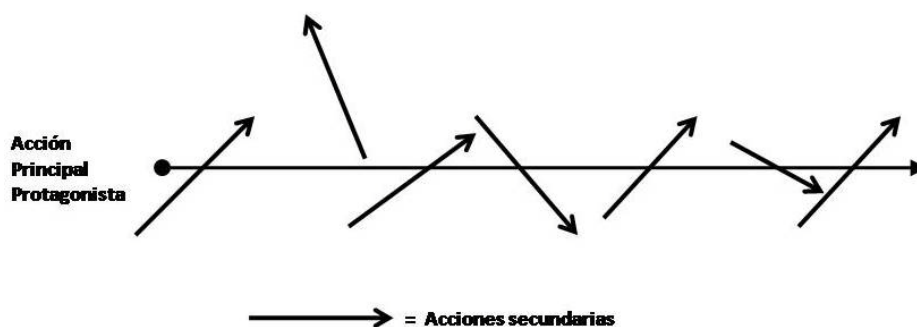
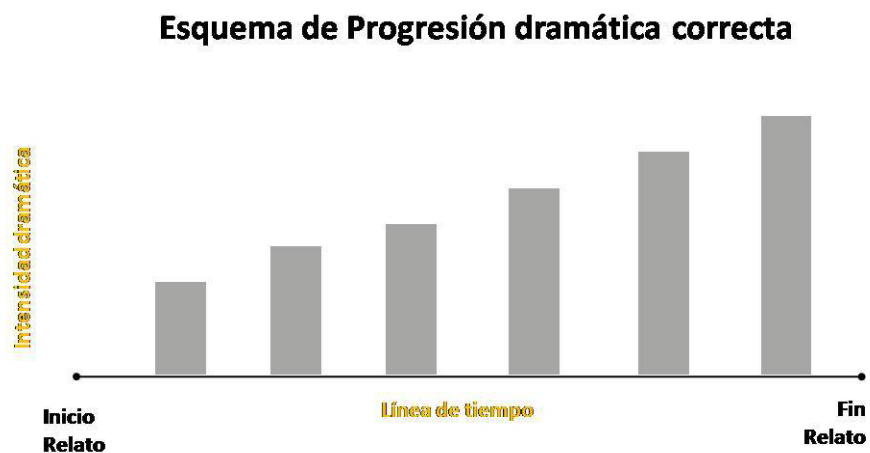


Fig. 3 - Preponderancia y Concentricidad de los Ejes narrativos

Acá podemos visualizar por asociación en la sesión de Biodanza, la “concentricidad” de la consigna central, o la línea de vivencia preponderante. Los ejercicios relacionados con éstas deben entonces acompañarse de manera controlada, por aquellos que no lo sean, o que digan relación a planteamientos secundarios a aquellas.

- **Ajuste Emocional.** Se debe generar un impacto emocional consistente y persistente, junto a una clara percepción de la Hipótesis de trabajo. Inciden en esto, la presencia controlada de Escenas de Anécdota y una clara consecución de las fases del “Viaje del Héroe”. En la sesión de Biodanza, lo entendemos por el “equilibrio” vivencial de la sesión. Para verificarlo, habremos de preguntarnos entonces si nuestra consigna central está bien plasmada en su paleta de ejercicios, músicas y consignas.

- **“La escena como un proceso temporal real”.** Se debe respetar el *tempo* de cada escena, y el desencadenamiento de los eventos más importantes. Se debe, en ese sentido, crear y hacer sentir la verosimilitud de los acontecimientos. Para ello, se deben buscar y encontrar todo tipo de elementos o eventos **únicos e irrepetibles**. Este es un indicador análogo muy apropiado. Nos habla de la importancia de valorar el “aquí y el ahora” de cada ejercicio, y de propender a que se su ejecución sea siempre “única e irrepetible”, aun cuando sean ejercicios que ya se hayan hecho con anterioridad. Ello implica a “consignarlos” siempre como si fuera la “primera vez” o de no repetirnos en su función. Preguntarnos por cómo hago por hacerlo diferente para el grupo.
- **“La película-relato como un todo integrado: visual, atmosférica, y lógicamente.”** La integración produce un universo creado verosímil. Su **Unidad Visual** la constituye la coherencia de las imágenes que provee el universo físico. La **Unidad Atmosférica** la provee la consistencia del tono emocional del relato, a lo largo del guión. Un drama con mucha comicidad, pierde su carácter. A la inversa, una comedia pierde su tono, si está plagada de dramas. **La Unidad Lógica** la genera la consistencia de los ciclos de conflicto. La intensidad inicial debe crecer hasta el clímax progresivamente. (Figs. 4, a y b)



**Fig. 4 a - Esquemas de Progresión dramática**

### Esquema de Progresión dramática incorrecta

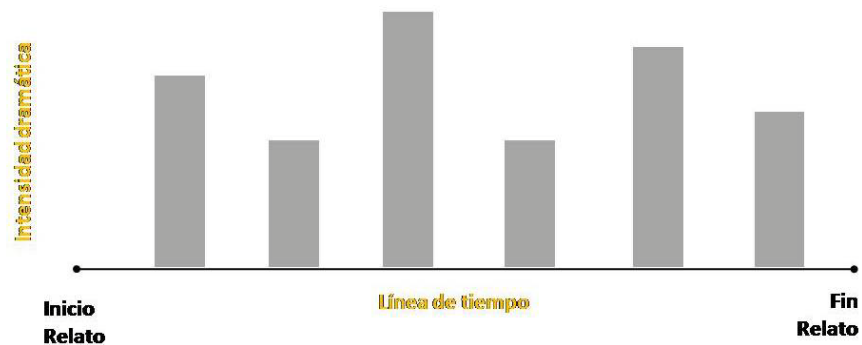


Fig. 5 b - Esquemas de Progresión dramática

Respecto a la coherencia del final, cabe señalar que existe una relación de sincronía entre las necesidades del protagonista, la intensidad dramática del conflicto y la expectativa del espectador. El espectador percibe claramente el decaimiento de la intensidad dramática, por ende si el conflicto se termina inesperadamente, su sensación final es de frustración. Asimismo, si el desarrollo de las acciones se extiende excesivamente tras el término del conflicto, el espectador pierde su interés en él.

Para establecer una buena analogía con la sesión de Biodanza debo señalar que en las figs.4 no aparece representado el nivel de intensidad dramática de las últimas escenas. En éstas, ciertamente veremos que ella decae, por lo cual su duración tiende a ser lo más corta posible, atendiendo lo señalado en el párrafo anterior. Visto así entonces hemos de imaginar muy análogamente la intensidad vivencial de una sesión, donde en la fase adrenérgica la vivencia busca instalar conciencia ampliada de sí mismo, para progresivamente ir aumentando el nivel vivencial, hacia la profundidad regresiva, para al final, de manera más breve, salir armónicamente. Acá las consideraciones de la extensión “descalibrada” de la fase final respecto del relato dramático, operan sin duda también en la sesión de Biodanza.

- **“La película-relato como un viaje de transformación del espectador.”** Los Espectadores no pueden quedar incólumes o impávidos tras la proyección. Que eso no ocurra depende directa y proporcionalmente de la Hipótesis de Trabajo que sustenta al argumento del guión. En una sesión de Biodanza debería ocurrir lo mismo: nunca volver a casa como llegamos a la sesión. Si detectamos que el grupo no recibió la vivencia, lo más probable es que nuestra consigna central o no le dijo nada a la mayoría, o no supimos plasmarla adecuadamente. Hemos de saber “hablarle”, “despertar” a nuestro grupo.
- **“La película-relato como un proceso de crecimiento del autor.”** La escritura ha de recibir e implicar una respuesta personal del autor. ¿Qué le/me ocurre entre el antes y el después de escribir guión? Si al autor no le pasa nada, ¿que se puede esperar del espectador? Qué duda cabe respecto del facilitador. Elaborar nuestras sesiones no puede convertirse en un gesto que nos deje incólumes.

### **1.8. Efecto buscado ó factores de mérito de un guión:**

Un guión es un mapa desechable, que desaparece en la medida que se construye la película a la que da origen en dos etapas posteriores: el rodaje y la posproducción (montaje). Pero sus efectos debieran ser latentes y palpables tras estas etapas. Sus impactos de éxito esperados son:

- Generar sensación de producto final.
- Generar impacto emocional.
- Establecer niveles de reflexión de *post-consumo* audiovisual.
- Generar alta adhesividad temporal, a corto y largo plazo.

Los factores de merito de una sesión de Biodanza saltan acá a la vista: la sensación de un todo acabado y completo, es un factor esencial a tener siempre como objetivo. Así, habrá

de generar el impacto vivencial deseado (sabemos que por lo general lo hace). Idealmente, debiera propender a generar relatos de vivencia posteriores, que nos hablen de su “peso o impacto” en cada participante. Si no una adhesividad temporal, nuestras sesiones debieran al menos, “marcar” la vida de nuestro grupo y de cada participante. Si no, ¿para qué las hacemos?

## 2. LA SESIÓN DE BIODANZA<sup>7</sup>

### 2.1. Definiciones y Objetivos

“La sesión de Biodanza es una ceremonia de transformación interna mediante la vivencia, en la que se celebra el encuentro humano, el triunfo del amor y de la vida. Consiste en un proceso de integración de la identidad en sus aspectos viscerales y comportamentales.”

En tanto ceremonia, su concepción por parte de Rolando Toro se remonta a los antiguos rituales eleusinos, en los cuales los participantes eran conducidos a través de diferentes ceremonias de iniciación y profundización en los Misterios de Eleusis, los misterios de la vida.

“El concepto de integración de la identidad se resume en la posibilidad de integrar el propio comportamiento con la expresión de uno o más potenciales genéticos. La expresión de estos potenciales puede manifestarse plenamente en el comportamiento y en el proyecto de vida de los que practican Biodanza. Cuando se manifiesta sólo parcialmente, o cuando no se manifiesta debido a la acción represiva de los ecofactores negativos, la integración es insuficiente.”

“Biodanza trabaja con la parte sana de la persona, con sus esbozos de creatividad, con sus restos de entusiasmo, con su oprimida pero viviente necesidad de amor, con sus ocultas capacidades expresivas, con su sinceridad. Biodanza está movida por una especie de “voluntad de luz para alumbrar la insistente tiniebla” (Artaud). Si es posible hacer crecer la

---

<sup>7</sup> Este capítulo se remitirá a describir los principales conceptos relacionados a la construcción de una sesión de Biodanza en su parte vivencial: su estructura, funciones y objetivos. De esta manera se facilitará la asociación por analogía de los elementos del relato dramático. Por otro lado, se asume de plano que estos conceptos son conocidos ampliamente por los lectores objetivos de este trabajo. Los párrafos entre comillas son citas textuales y/o editadas del Cuadernillo de IBF, Metodología III: “La Sesión”, Rolando Toro.

parte luminosa y saludable de una persona enferma, la parte oscura (los síntomas) tienden a desaparecer.”

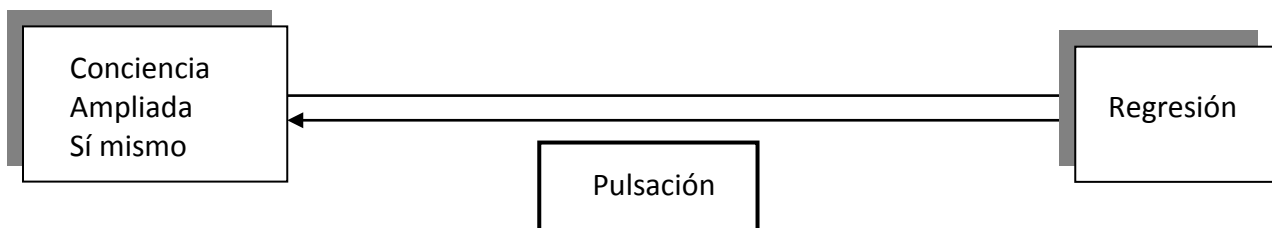
“El objetivo de la sesión de Biodanza es el mismo de Biodanza y consiste en la integración de la identidad mediante la expresión de los potenciales genéticos estimulados en las cinco líneas de vivencia. Este objetivo se cumple cuando se alcanza el momento de mayor intensidad de la vivencia.”

## 2.2. Estructura de la Vivencia de Biodanza:

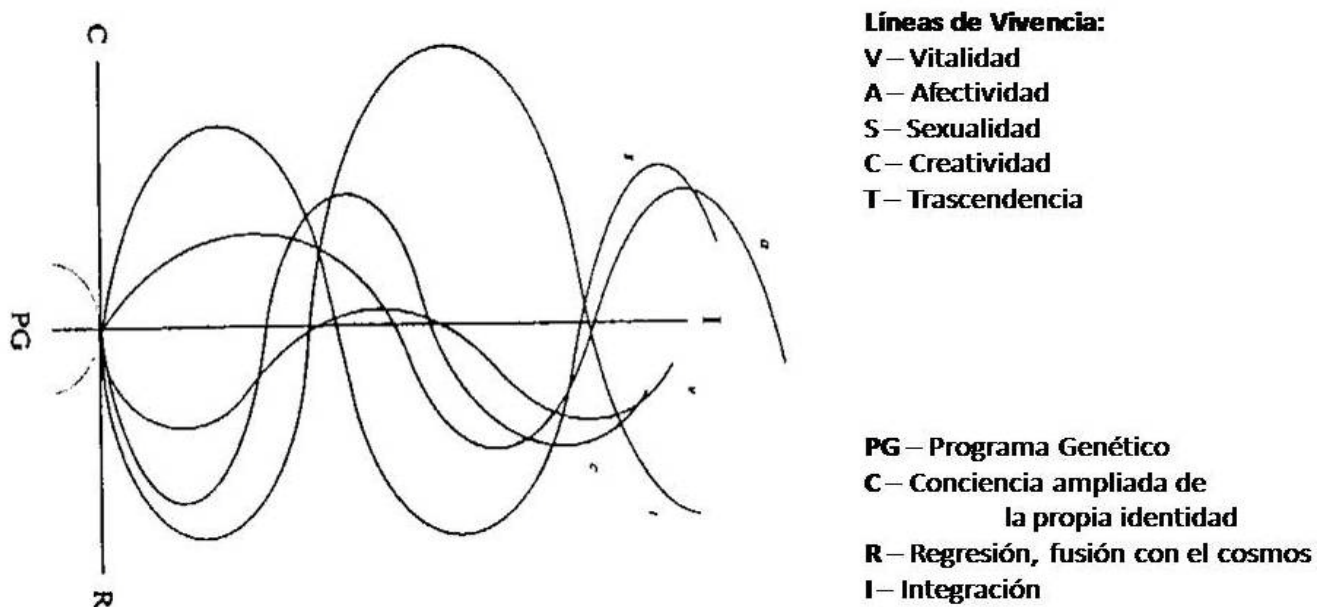
La sesión de Biodanza se constituye de dos fases: teórica y vivencial. El objeto de estudio de esta monografía se refiere sólo a la fase de vivencial.

La duración de la parte vivencial de una sesión de Biodanza es de aproximadamente una hora y media para un grupo semanal, la que consiste en una secuencia de diferentes y breves vivencias singulares, deflagradas por ejercicios y sus respectivas músicas de carácter integrativo. Estos ejercicios equivalen o son análogos como ya vimos, con las escenas del relato dramático. En términos comparativos, podemos ver cada ejercicio como una “escena” con valores o argumentos vivenciales (dramáticos) preestablecidos.

La vivencia se estructura según el Modelo Teórico de Biodanza, el que plantea una continua pulsación entre dos polos (Fig. 5), representados en el eje horizontal del Modelo Teórico por la conciencia de ampliada de sí mismo y la regresión respectivamente.



**Fig. 6 - Pulsación entre los dos Polos ontogénicos**



**Fig. 7 “Formas de Curva de Sesión” (Modelo Teórico horizontal)**

Así como el Modelo Teórico en su posición vertical, representa el proceso de integración que dura toda la vida (ontogénesis), en su proyección horizontal (Fig. 6), representa el proceso de integración durante una sesión de Biodanza.

De acuerdo entonces al Modelo Teórico, veremos que la estructura general de una sesión de Biodanza se inicia en el Polo de la Conciencia ampliada de sí mismo (I), pasa al Polo de Regresión (II), para retornar (de salida) al Polo de la Conciencia ampliada de sí mismo (III), modificada por la regresión. Acá aparece el carácter orgánico de su estructura interna, al igual que el tipo de músicas que se utilizan en ellas, es decir, posee un principio (I), un desarrollo (II) y un final(III), observándose la clara analogía con el relato dramático.

En términos de los tipos de ejercicios y la estimulación respectiva, la sesión de Biodanza sigue la curva orgánica de la pulsación entre Conciencia ampliada de sí mismo y la Regresión, y Rolando nos indica que ésta se subdivide en las siguientes partes:

- I. Estimulación del Sistema simpático adrenérgico.
- II. Estimulación del erotismo y la afectividad.
- III. Estimulación de la Regresión
- IV. Elevación moderada de la conciencia de sí mismo

Así el Paradigma constructivo de una sesión ideal estaría dado por Fig. 7 :

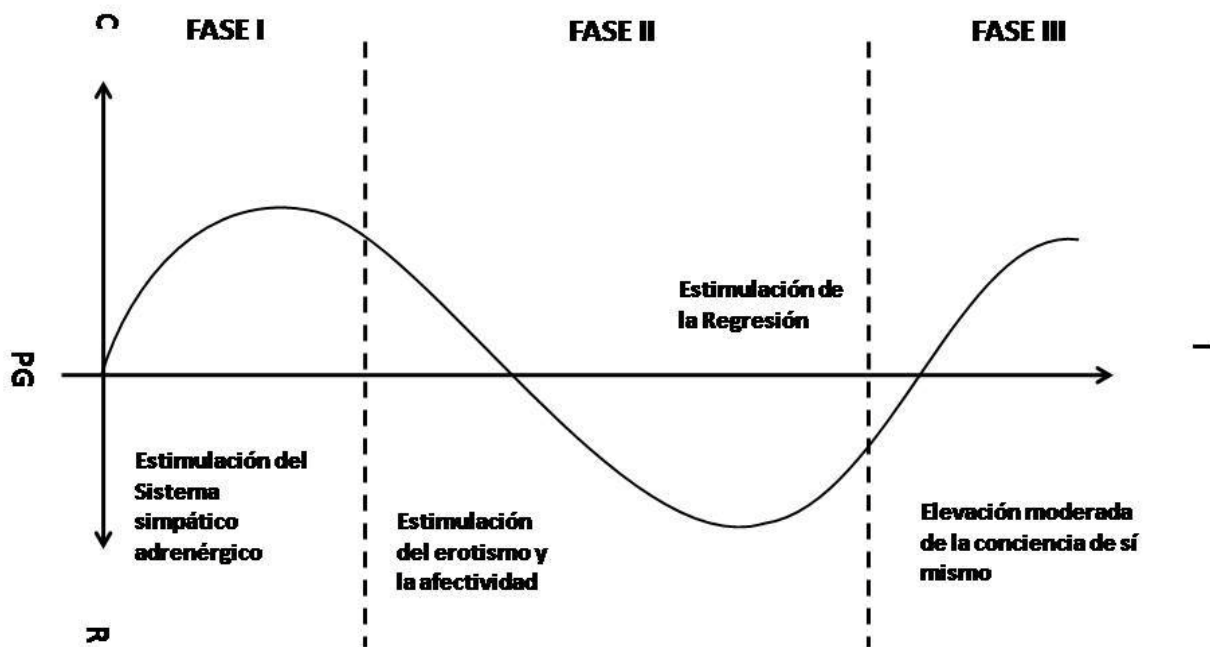


Fig. 8 - Curva Ideal de Sesión

### 2.3. Elementos constructivos de la Sesión

- **Los Ejercicios de Biodanza**

“En líneas generales los ejercicios de Biodanza están estructurados para estimular los tres niveles de conexión con la vida, evocando vivencias de conexión a sí mismo, de comunión con los semejantes y de identificación con el universo.

Hay ejercicios individuales, en parejas, en pequeños grupos y ejercicios que envuelven a todo el grupo como unidad. También existen ejercicios de integración, de sensibilización y de expresión de los potenciales genéticos. Además, hay ejercicios que tienen un simbolismo arquetípico o una función ritual.

La mayor parte de los ejercicios se hacen con música, algunos se realizan mediante el canto o el silencio. Cuando se hace Biodanza en la naturaleza, se proponen algunos ejercicios que se realizan con los sonidos de la naturaleza.”

#### **Clasificación de los Ejercicios de Biodanza**

Desde un punto de vista funcional y vivencial, los ejercicios se clasifican en cuatro categorías:

- a. **Integración Motora:** se caracterizan por su acción integradora de los movimientos básicos humanos entre ellos la marcha, el sinergismo, la fluidez, los segmentarios, la extensión y la elasticidad.
- b. **Integración Afectivo-Motora:** integran los gestos/movimientos a las emociones, en el sentido de reducir progresivamente la **disociación** afectivo-motora.
- c. **Comunicación Afectiva y Comunión:** evocan vivencias de comunión a partir de la comunicación de los propios sentimientos y emociones entre los participantes del grupo,

a través de los gestos, la mirada y el contacto sensible en *feed-back*. Contribuyen notablemente a la integración grupal.

- d. **Ejercicios de las cinco Líneas de Vivencia:** Estos ejercicios desarrollan los procesos de integración e incorporación vivencial de los elementos particulares de cada Línea de vivencia.
- e. **Ejercicios de Trance y Regresión:** estimulan las vivencias de estados regresivos, experiencia oceánica, y disolución de los límites corporales.
- f. **Ejercicios Específicos de Expresión de los Potenciales Genéticos:** profundizan y/o radicalizan en las cinco líneas de vivencia. Su realización requiere una mayor madurez vivencial del grupo y de cada uno de sus participantes. Combinan niveles de complejidad avanzados de movimiento y compromiso emocional.

- **La Música de Biodanza**

“Las músicas seleccionadas provienen de diversos orígenes, épocas y regiones. Música de pueblos originarios, clásica, popular, occidental, oriental, etc. Los criterios de selección son muy precisos y responden a las exigencias de semántica musical. Cada música debe formar una unidad de sentido con el ejercicio y la vivencia que se desea inducir.”

El criterio de selección de las músicas en Biodanza obedece a “la obtención de vivencias específicas de alegría, serenidad, ternura, coraje, confianza en sí mismo, energetización, exaltación creadora y recogimiento místico.”

Desde el enfoque de este estudio, la Música es una reguladora esencial, al igual que en el relato audiovisual, del tono emocional, pero por sobretodo, es un canal de aceleración o desaceleración del flujo vivencial (pulso escénico en el relato dramático). Es parte sustancial

a la concepción de los ejercicios y junto a la cualidad del movimiento de cada uno de ellos, conforman un diseño en sí mismo de la vivencia particular que éstos deflagrarán. Es por esto que podemos asociarla, como parte de las “escenas” de Biodanza, pero como un personaje del relato dramático. Cada música entonces será un personaje que está en permanente diálogo o comunicación con el participante de la sesión. “Personajes” que lo estimulan, en cada ejercicio, a internarse en una nueva vivencia.

- **La Consigna**

“La calidad y profundidad de las vivencias depende fuertemente de las consignas. Hay consignas simples, descriptivas y hay consignas en que el facilitador se compromete, se entusiasma y ‘da permiso’, motivando a los alumnos. Ello influye en el estado de ánimo de los participantes, creando matices y variaciones del tono afectivo y vivencial de cada ejercicio, a través de su mero enunciado.”

De este modo, las consignas en términos analógicos con el relato dramático, se yerguen como la voz de un narrador que “moldea” en distintas direcciones, el carácter de cada escena. Asociándolo a los arquetipos del relato del Viaje del Héroe, la consigna también puede representar personajes, por lo general, el de “el Mentor” como cuando consignamos desde los poemas de Rumi, Rilke, Neruda o de algún sabio o maestro.

#### **2.4. Metodología constructiva de la Sesión de Biodanza**

Una sesión de Biodanza se construye en base a una selección de un número acotado de ejercicios, de acuerdo a la curva secuencial de estimulación señalada en la Fig. 7, teniendo como criterio ordenador el aumento progresivo del grado de intensidad vivencial, desde el primer hasta el último ejercicio.

## 1. FASE INICIAL: Estimulación del Sistema simpático-adrenérgico

### 1) Ronda de Inicio

Salvo casos de excepción (como una alta resistencia afectiva o de contacto), la sesión debe comenzar siempre con una **ronda de integración inicial**, que crea el clima adecuado para emprender el ritual o ceremonia de encuentro que representa la sesión de Biodanza.

### 2) Ejemplos de Ejercicios de la Fase ergotrópica:

A continuación se incorporan en esta fase algunos ejercicios que estimulen el sistema simpático-adrenérgico, del tipo ergotrópico y con una clara tendencia a elevar progresivamente la energía corporal y la vivencia de los límites corporales, es decir, la conciencia ampliada de sí mismo.

#### **Ejercicios de Integración Motora:**

- Marcha y Coordinación Rítmica
- Ritmo y Sinergismo
- Salto Sinérgico
- Ejercicios de Desplazamiento con Levedad

#### **Ejercicios de la Línea de vivencia de Vitalidad**

- Caminares con contenidos existenciales
- Danzas Euforizantes con ritmos tropicales
- Juegos de Vitalidad
- Danzas rítmicas (batucadas, jazz, vals)
- Ímpetu Vital
- Liberación de movimiento
- Danza de conexión con la propia fuerza.

### **Ejercicios de Integración Afectivo- Motora**

- Sincronización rítmica
- Sincronización rítmico-melódica
- Danzas de expresividad de a dos

### **Ejercicios de la Línea de vivencia de Creatividad**

- Danza Yang
- Danza del Tigre
- Danza libre creativa
- Danzas expresivas rítmicas

## **2. FASE MEDIA o REGRESIVA:**

### **B.1 Sub-Fase de Estimulación del Erotismo y la Afectividad**

### **3) Ejemplos de Ejercicios de Integración ergo-trofotrópica:**

#### **Ejercicios de Integración Afectivo- Motora**

- Abanico chino
- Sincronización melódica
- Ejercicios de expresividad dulce
- Danzas de eutonía

#### **Ejercicios de Integración Motora:**

- Ejercicios de armonización
- Ejercicios de Extensión y Elasticidad
- Ejercicios de Fluidez

## **B.2 Sub-Fase de Estimulación de la Regresión**

Los ejercicios de esta Sub-Fase deben instalarse preferentemente después de la preparación realizada a través de los ejercicios de integración.

### **4) Ejemplos de Ejercicios de la Fase de trofotrópica propiamente tal:**

#### **Ejercicios de Integración Motora y Afectivo-Motora**

- Posiciones generatrices Código I
- Ejercicios de Disolución de Tensiones Crónicas
- Ejercicios de contacto sensible
- Danzas de contacto mínimo o danza sensible de contacto

#### **Ejercicios de Comunicación Afectiva y Comuni3n**

- Fluidez en grupo con contacto sensible.
- Ronda de comuni3n.
- Ronda de mecimiento.
- Grupo compacto de mecimiento.
- Danza del 3ngel
- Bautismo de Luz
- Todos los ejercicios de Acariciamiento
- Minuto de eternidad.

### **5) Ejemplos de Ejercicios Específicos de Expresi3n de los Potenciales Genéticos.**

- Danzas de amor.
- Danza de la creaci3n.
- Rondas concéntricas de miradas.
- Danza de la amistad.
- Posiciones generatrices (c3digos II y III).

- Trance de suspensión.
- Otros ejercicios de Trance y Regresión

Los Ejercicios específicos de las líneas de Vivencia (Afectividad, Vitalidad, Creatividad, Sexualidad y Trascendencia) tienden a instalarse, la mayoría de las ocasiones, en esta fase, salvo aquellos de Vitalidad y Creatividad, que fueron instalados en la Fase Inicial.

El resto de los ejercicios de las líneas de Vivencia, dependiendo de su carácter regresivo, o de trance, o de su intensidad vivencial se instalan, según ese orden, ya sea en la primera o en la segunda parte de esta fase regresiva, respectivamente.

### **3. FASE FINAL: Elevación o retorno moderado a la Conciencia ampliada de sí mismo**

En esta fase final de la sesión se debe siempre generar un **procedimiento de activación**, es decir, una lenta transición de regreso hacia una fase vivencial ergotrópica. Este proceso culmina habitualmente cerrando el círculo inicial de la sesión con una Ronda Final.

### **6) Ejemplos de Ejercicios de la Fase de Retorno o Activación Final:**

#### **Ejercicios de Comunicación Afectiva y Comuni3n**

- Todas las formas de encuentro
- Ronda de activaci3n leve o progresiva
- Ronda de Celebraci3n
- Ronda Final
- Danza de integraci3n/armonizaci3n final de la conciencia de s3 mismo (opcional, en caso de sesiones muy regresivas)

## **2.5. Criterios Constructivos de una Sesión de Biodanza**

Uno de los principales caracterizadores constructivos de la sesión es la intensidad vivencial, y dice relación con la percepción interna de los participantes, respecto de la pulsación de la sesión entre ambos polos ontogénicos. La intensidad vivencial vista desde el conjunto de ejercicios de la sesión, esto es, desde su eje temporal, se puede considerar de igual modo como el flujo vivencial de la sesión y que varía de ejercicio a ejercicio.

En términos puntuales, esto es, por ejercicio, “la intensidad de la vivencia consiste en el compromiso profundo de los participantes y en la fuerza de deflagración de sensaciones cenestésicas.

La intensidad de la vivencia tiende a aumentar después de que los participantes alcanzan un cierto nivel de placer. Surge una motivación para ir más allá de la experiencia habitual y comienza a disminuir el control racional. La pérdida de control racional representaría el nivel máximo de intensidad de la vivencia, el cual sucede raramente.”

La intensidad vivencial depende además “de la ‘capacidad vivencial’ de los participantes que forman un grupo, la que consiste en la facilidad de entregarse a la vivencia. Ésta aumenta progresivamente en la medida que una persona frecuenta un curso semanal de Biodanza.”

### **Transición entre Fases y Ejercicios**

El pasaje de una fase a otra debe estar al servicio del flujo vivencial. “Es necesario, por lo tanto, que la estructura de la sesión permita a los participantes fluir orgánicamente hacia nuevos niveles de intensidad y calidad vivencial, sin interrupción del estado orgánico y emocional. Esto se consigue instalando ejercicios de armonización, suaves y neutrales.

Así, el pasaje desde los ejercicios ergotrópicos (Fase Inicio) hacia aquellos trofotrópicos (Fase II de Regresión) requiere un ejercicio intermedio de desaceleración e integración que puede ser breve.

El pasaje desde ejercicios trofotrópicos hacia aquellos ergotrópicos (Fase III de Elevación de la Conciencia de sí mismo) debe ser muy lento y progresivo y debe realizarse mediante una activación leve que permita la elevación de identidad en forma suave. Es muy desagradable pasar bruscamente de vivencias regresivas hacia ejercicios muy activos.”

La activación final no debe ser intensa en ningún caso. El estado interno de regresión logrado en la Fase II, es suave y maravilloso, y no debe alterarse al nivel de apagarlo. El objetivo de la sesión es que las personas permanezcan conectadas de algún modo a ese estado de serenidad. Una activación final innecesariamente intensa, genera euforia y alegría ciertamente, pero no corresponde a la propuesta vivencial de integración y renovación orgánica de Biodanza.

Una modulación adecuada del flujo vivencial del final de la sesión, debe generar un retorno con alegría, pero no a la euforia que apaga los efectos de la Regresión, los que “son fundamentales para el proceso de conexión con la vida.”

## **2.6. Compendio de recomendaciones constructivas**

- Evitar empezar una sesión con ejercicios regresivos o de la línea de Trascendencia.
- Instalar los ejercicios en coherencia con el objetivo/consigna central de la sesión, evitando introducir ejercicios nuevos sin preparación. Muchas veces es necesario repetir el mismo ejercicio (durante el programa de sesiones del grupo) hasta alcanzar la intensidad de vivencia deseada.

- Mirar las sesiones anteriores. Es importante recordar que los ejercicios de Integración Motora y Afectivo-Motora deben proponerse reiteradamente en sucesivas sesiones, para que se establezcan sus efectos integradores.
- Los ejercicios de extensión deben proponerse en el final de la Fase de Inicio de la sesión.
- La introducción de los ejercicios más complejos y específicos de cada línea de vivencia - en un curso de iniciación- debe hacerse con rigurosa progresividad.
- Las sesiones de profundización deben ser estructuradas de forma de estimular, **predominantemente**, una o dos líneas de vivencias.
- **Línea de vitalidad:** La vivencia en la línea de vitalidad debe progresar hasta alcanzar su punto máximo cerca de la mitad de la parte práctica. Se debe mantener siempre alerta a no agotar a los participantes, instalando ejercicios de armonización que permitan autoregular al grupo.
- **Línea de afectividad:** La vivencia de afectividad es suave, con pocos ejercicios de activación. El objetivo se alcanza hacia el final de la sesión, antes de la re-activación final.
- **Línea de trascendencia:** El objetivo de la sesión de trascendencia es vivenciar diversos niveles de trance y expansión de conciencia. El objetivo de la sesión se alcanza hacia el final.
- **Línea de creatividad:** El objetivo de una sesión en la línea de la creatividad, debe realizarse cerca de la mitad de la vivencia, al final de una secuencia de ejercicios de expresión.
- **Línea de sexualidad:** El proceso de erotización es progresivo. El momento de mayor intensidad de esta línea debe realizarse hacia la parte final de la sesión, antes de la activación. En general, los ejercicios de la línea de sexualidad tienen un gran poder de inducir vivencias intensas, por lo tanto el profesor debe graduar los ejercicios considerando el nivel del grupo.

- Tender a que tanto los referenciales y las consignas sean lo más breves posibles. Ello se hace más crítico en la Fase regresiva.
- Evitar el enunciado de las consignas cuando los alumnos ya iniciaron la vivencia del ejercicio.
- Al evaluar personalmente la instalación de los ejercicios, éstos siempre deben promover la integración del organismo, lo que se verifica en una profunda sensación de bienestar.

## **2.7. Criterios de depuración/evaluación del Diseño acabado de una Sesión**

Un diseño acabado y claro de una Sesión de Biodanza debiera estar dado por la relación completa y acotada de sus elementos principales a través de una plantilla de Diseño de Sesión (ver Anexo I.)

En la plantilla de Sesión aparecen sus elementos fundamentales, cuales son:

- Consigna Central de la Sesión
- Nombre de Ejercicios
- Descriptores de la música de acuerdo a nombre del tema, versión o intérprete, y su ubicación en el catálogo musical del que provenga (BA, IBF, u otro)
- Duración del tema y/o su acotación particular de duración para la sesión
- Síntesis de la Consigna de cada ejercicio
- Observaciones particulares de realización del ejercicio: advertencias para el referencial o realización del ejercicio por el grupo, o para la consigna, o sobre algún elemento de atención respecto de indicaciones al grupo, etc.

La plantilla permite “visualizar” la sesión como un todo y establecer una primera “sensación” teórica del conjunto de ejercicios propuestos. Sin embargo, la mejor forma de evaluar una

sesión por parte del facilitador es “vivenciarla” personalmente, realizando y planteándose las consignas, ejercicio a ejercicio, evaluando la cadencia de las músicas elegidas, su coherencia estilística, y la sensación que emerge de su flujo vivencial.

No obstante, la evaluación formal de los contenidos propuestos para una sesión deberían abarcar al menos los siguientes criterios de depuración:

1. Unidad de la sesión en torno a la Consigna o tema central. Corroborar si existe o no dispersión temática o múltiples focos de consigna o muy extensas.
2. Intensidad vivencial de los ejercicios, coherente y consistente con el objetivo de la Sesión. ¿Es consistente la ubicación del Ejercicio Central con el tema central o la Línea de Vivencia de la clase?
3. Selección precisa de ejercicios y consignas que permitan un adecuado flujo vivencial.
4. Presencia de Ejercicios de transición que generen un flujo vivencial orgánico.
5. Unidad de todos los elementos de la sesión: música, luz, tono voz, referenciales, consignas, espacio de movimiento, secuencia coherente de ejercicios, clímax y duración.
6. Una clara sensación de término armónico de sesión. “Es necesario cultivar una sensibilidad para ver cómo fue el recorrido de la sesión y así comprender cómo es mejor terminarla. Al final de la vivencia, se alcanza un nivel óptimo de regulación térmica y una sensación general de armonía. Afinar esta sensibilidad para finalizar la sesión es quizás uno de los aprendizajes que requiere de mayor experticia.”

#### **IV. EXTRACCIÓN DE LAS ANALOGÍAS CONSTRUCTIVAS DEL RELATO DRAMATÚRGICO PARA LA ELABORACIÓN DE UNA SESIÓN DE BIODANZA**

A partir de la descripción expuesta de los fundamentos conceptuales y constructivos de ambos modelos de elaboración, estamos en condiciones de visualizar en términos específicos sus diferencias y similitudes, tanto de concepción, como de procedimiento y construcción. El método a aplicar se desprende de las distancias o cercanías operativas y funcionales de ambos modelos. Dicho de otro modo, su factibilidad de aplicación se verificará por la existencia de similitudes funcionales y/u operativas que hagan posible su asociación por analogía. Asimismo, se habrá de verificar eventuales diferencias o distancias conceptuales o constructivas, que digan relación con que los conceptos de elaboración no sean coherentes, o porque los elementos constructivos no sean comparables, o bien porque su funciones, no permitan de plano una asociación por analogía.

##### **1. Establecimiento de las principales diferencias entre ambos modelos constructivos:**

- **De la concepción de la idea de guión/sesión:**

Vimos que el modelo dramatúrgico tiene como finalidad el producir el efecto catártico o catarsis en sus protagonistas y espectadores. En cambio, una sesión de Biodanza quiere deflagrar vivencias integradoras. En términos conceptuales, ambas son “vivencias”, pero la catarsis se origina desde el impacto emocional sobre los protagonistas y espectadores, a través del shock emotivo producido al exacerbar los niveles de conflicto entre los personajes, con el fin de que, en ambos, se trascienda a un nuevo estado existencial, extrayendo un aprendizaje para sus vidas. En la sesión de Biodanza, por el contrario, el carácter y objetivo de su “vivenciar” busca “transformar progresivamente la coraza caracterológica”, para integrar la identidad de los participantes de manera no disociativa, mucho más profunda y sensiblemente que un aprendizaje existencial.

Por otro lado, y dado el objetivo catártico del modelo dramatúrgico, existe en él una cierta desnudez afectiva, sobre la manera como se hace “vivenciar” al protagonista y al espectador. Aun cuando su intención constructiva sea el generar personajes lo más humanos posibles, y en esa medida, queribles para el espectador (aun en el caso del “villano”), el relato sólo se rige por la fría verosimilitud de las acciones de éstos. Cuestión que obviamente en una sesión de Biodanza está descartada de plano.

- **De los Objetivos Constructivos:**

A partir de las diferencias conceptuales podemos extraer directamente las principales distancias asociativas a considerar respecto de los objetivos constructivos fundamentales entre ambos modelos.

Por un lado tenemos que el parámetro constructivo primordial de la sesión es la intensidad de la vivencia. Se intenta generar su desarrollo progresivo a lo largo de la sesión. Lo mismo ocurre en el relato dramatúrgico, con la tensión dramática. La diferencia entre ambos modelos radica no obstante, que la tensión dramática se genera en la medida que el protagonista ve cerradas, perturbadoramente, las salidas a su intención. En cambio en la sesión de Biodanza, la intensidad de la vivencia se acrecienta hasta un cierto nivel de manera integradora, intentando que sea lo más sutil posible, salvo en curvas de sesiones muy excepcionales y que se realizan muy distantes unas de otras, especialmente en grupos avanzados de radicalización.

Desde estos planteamientos podemos inferir que existen también diferencias respecto de la relación entre la modulación del Flujo vivencial y la capacidad vivencial de los participantes del grupo en la sesión de Biodanza, y la modulación del Pulso escénico respecto de la necesidad dramática del Protagonista y la atención del espectador. En la sesión de Biodanza, el flujo vivencial se modula de manera tal, que éste se nivela a la capacidad vivencial de los participantes, sin intentar forzarla, ni precipitarla abruptamente a nuevos estadios. En cambio, en el relato dramatúrgico, el pulso escénico es modulado buscando siempre la

mayor atención posible del espectador, y generando la mayor obstrucción posible a la necesidad del protagonista. Aun cuando, como vimos, el pulso escénico requiere igualmente “transitar” de manera pulsante hacia momentos que, o retarden las crisis, o provoquen acercamientos del protagonista a sus metas, ello sólo se realiza con el fin que el espectador no se agote y pierda su atención. La diferencia radica por ende, en el sentido de la modulación, pero no en lo constructivo. Ambos (flujo y pulso) oscilan entre un movimiento y un reposo transicionales, pero la sesión lo hace desde su función integradora, y el relato lo hace para hacer más efectivo el efecto teatral, o sea, desde su función catártica.

## **2. Establecimiento de las principales analogías entre ambos modelos constructivos**

De acuerdo a la descripción de sus formas y criterios constructivos podemos señalar que existen las siguientes analogías entre ambos modelos:

- **Una misma Estructura orgánica:**

La estructura de ambos modelos se conforma de tres partes: inicio, desarrollo, y final. De ahí que sea posible establecer una relación constructiva entre ambos, en base a ello. En este sentido, el Acto I o Planteamiento es análogo a la Fase Inicial o Ergotrópica de la sesión de Biodanza, asimismo el Acto II o Confrontación lo es con la Fase Regresiva, y el Acto III o Resolución, con la Fase de Activación Final. Esta analogía además puede apreciarse que se verifica además en la extensión proporcional aproximada entre cada una de sus partes, esto es, 1:2:1. Ejemplificando con una sesión de 12 ejercicios, esta proporción de extensión sería de 3:6:3.

Observando la composición de la Fase Regresiva, podemos establecer además, que el límite o frontera entre sus dos sub-fases, puede asociarse con lo que en la estructura dramática se denomina como “Punto Medio” del relato.

- **Elementos constructivos**

Desde la función de los elementos constructivos de ambos modelos se puede establecer que existe una analogía operativa entre lo que son las escenas y secuencias de escenas del relato dramático y los ejercicios de la sesión de Biodanza. En ambos modelos son, éstos y sólo éstos, los elementos que generan el desarrollo progresivo de la tensión dramática como de la intensidad de la vivencia, respectivamente. Por ende, son asociables como elementos análogos.

Los contenidos de ambos compendios constructivos, tanto el de las escenas estructurantes ([pág. 20](#)) como el de los ejercicios que aparecen en “Metodología constructiva de la Sesión de Biodanza”, ([pág. 37](#)) pueden llegar a asociarse análogamente de acuerdo a su ubicación en cada Acto o Fase.

Sin embargo, se tiene que tener presente que el compendio de escenas estructurantes solamente tipifica y describe la función de cada una de ellas. En cambio, los ejercicios de Biodanza, podríamos decir que son “escenas con desarrollo de contenido pre-establecido”, de hecho, por las músicas que los generan, tienen ya una duración pre-determinada. Desde su génesis, cargan además, con una semántica prefijada. Esto implica, necesariamente, que se habrá de interpretar a la luz de dicha semántica y el objetivo vivencial particular de cada ejercicio, la mayor o menor adecuación a la función tipificada que propone la escena estructurante del modelo dramático, para asociarlas correctamente por analogía.

De la propiedad vivencial de los ejercicios podemos intuir que en muchos casos, sus características, digan relación a una amplitud de contenidos mucho mayor a la que se pueda asignar a una escena. En muchos de ellos, esta característica salta bastante a la vista como en el caso de la Danza de la Creación, el Trance de Suspensión, las Danzas del Amor, la Danza de la Amistad y otros. Estos ejercicios son verdaderas secuencias de escenas que perfectamente pueden “representar” varias escenas estructurantes. Lo mismo ocurre con algunos ejercicios instalados en determinados momentos de la sesión, cuya vivencia deflagrada, “inunda” todo el flujo vivencial hacia adelante, como es el caso de los ejercicios

que son de doble rol como “Ayudar a abrir el corazón a otro” o “Ayudar a crecer a otro”, que son secuencias de profunda entrega compartida.

Asimismo, se pueden asociar por analogía, la función de algunos personajes del relato dramático, en términos de los caracteres arquetípicos del “Viaje del Héroe”, con la función que tienen tanto la Música como las consignas en la sesión de Biodanza. Sus roles resultan análogos en términos que determinan el sentido y el contenido tanto de las escenas como de los ejercicios donde “actúan”. Instalamos acá como afirmación ya definitiva que la gran analogía en este punto es que podemos asociar abiertamente entre la figura del Protagonista/espectador y el grupo/participante de una sesión de Biodanza.

- **Necesidad de Progresividad de los ejercicios/escenas**

El criterio de instalación tanto para ejercicios como para las escenas es el de generar respectivamente una progresión en la intensidad de la vivencia como en la tensión dramática. Por ello, se puede establecer que los criterios constructivos de instalación de escenas del relato dramático son útiles para posicionar e instalar adecuadamente los ejercicios al interior de una sesión de Biodanza. Esto implica que el orden en que están instaladas las escenas estructurantes del relato dramático son consistentes con la progresión requerida para una sesión de Biodanza.

- **Necesidad de modular el Pulso escénico y el Flujo vivencial**

Los parámetros constructivos fundamentales de ambos modelos requieren ser modulados adecuadamente para mantener la consistencia e impacto de las estructuras que los sostienen. De acuerdo a los planteamientos establecidos para cada uno, las formas de modularlos a ambos son semejantes, puesto que apuntan a objetivos similares: sostener progresivamente la intensidad de la tensión dramática y de la vivencia, respectivamente. Sin embargo, cuando para el pulso escénico, su modulación adecuada consiste en hacerlo

contrastar periódicamente, la modulación adecuada del flujo vivencial consiste en evitar dichas oscilaciones en el desarrollo de la sesión. En este sentido, los criterios de modulación del pulso escénico para el relato dramático serán consistentes de asociar por analogía como criterios de modulación del flujo vivencial, si se asumen de acuerdo a dicha diferencia de operación.

De este modo, cuando para los moduladores de pulso escénico se habla de aceleración y desaceleración, es consistente también pensar en acelerar y desacelerar el flujo vivencial. Por ende, sólo corresponde aplicarlos en el sentido que la sesión lo requiere, es decir, de modo que el flujo vivencial permanezca armonioso y estable. Elementos constructivos completamente análogos, serían en ese sentido por ejemplo, las Escenas y Ejercicios de transición.

- **Concentricidad en un solo foco de desarrollo**

Que en ambos modelos se postule a concentrarse en un solo eje temático principal, es sin duda uno de los principales elementos de analogía constructiva. La presencia necesaria de ejes secundarios, debe ser tratada con especial cuidado en ambos casos. De allí que asumir los criterios de selección e instalación de escenas de ejes secundarios, es muy útil y aplicable para ejercicios y consignas que digan relación con temáticas o vivencias distintas a las de la línea del tema y consigna central de una sesión. Esto es importante de asumir cuando elaboramos una sesión con más de una Línea de Vivencia. Siempre una de ellas, debe ser la preponderante, para mantener la unidad de la sesión y su vivencia.

### 3. Asociación de los elementos estructurales y constructivos del Relato dramático para la elaboración de la Curva de Sesión: Tablas Asociativas

A continuación se presenta un conjunto de Tablas asociativas entre el relato dramático y la sesión de Biodanza, y que contiene el desglose en extenso de la estructura de asociación por analogía, tanto del procedimiento de elaboración conceptual como de los elementos estructurantes y constructivos de ambos modelos.

**TABLA ASOCIATIVA DE LA ANALOGÍAS CONCEPTUALES Y CONSTRUCTIVAS**

RELATO DRAMÁTICO	SESIÓN DE BIODANZA
<p><b>Analogías y criterios constructivos fundamentales:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Estructura orgánica en tres partes</li> <li>2. Protagonista/Espectador</li> <li>3. Escenas o Secuencias</li> <li>4. Personajes</li> <li>5. Adecuada Progresividad de la intensidad dramática</li> <li>6. Alterar el Pulso Escénico</li> <li>7. Concentricidad de los Ejes narrativos</li> <li>8. El guión como un mundo unificado y como un viaje de transformación</li> </ol>	<p><b>Analogías y criterios constructivos fundamentales</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Estructura orgánica en tres partes</li> <li>2. Grupo/Participante</li> <li>3. Ejercicios</li> <li>4. Música y Consignas</li> <li>5. Adecuada Progresividad de la intensidad vivencial</li> <li>6. Mantener el Flujo Vivencial</li> <li>7. Concentricidad de las líneas temáticas</li> <li>8. La Sesión como una vivencia unitaria y como un viaje de transformación</li> </ol>
<p><b>Triángulo de Desarrollo prospectivo del Relato:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Imagen dramática</li> <li>• Idea Fuerza</li> <li>• Hipótesis de Trabajo</li> </ul>	<p><b>Triángulo de Desarrollo prospectivo de la Sesión:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio Central</li> <li>• Tema y/o Foco</li> <li>• Consigna de la sesión</li> </ul>

RELATO DRAMATÚRGICO	SESIÓN DE BIODANZA
<p><b>Storyline:</b></p> <p>Síntesis desde el equilibrio precario del protagonista, el Plot de final de Acto I, el Plot del final Acto II y la Resolución.</p>	<p><b>Secuencia central de Ejercicios<sup>8</sup></b></p> <p>Ronda de Inicio, Ejercicio principal final Fase I, Ejercicio principal Fase II, Tipo de Encuentros de cierre ó Ejercicio de profundización de Línea de Vivencia ó de Foco de sesión.</p> <p>(Uno de éstos debe corresponder al Ejercicio central)</p>
<p><b>Género:</b></p> <p>Drama, tipo de comedia, sátira, thriller, ciencia-ficción, policial, suspenso, terror, etc. o una mezcla de alguno de éstos.</p>	<p><b>Línea de Vivencia:</b></p> <p>Vitalidad, Afectividad, Creatividad, Sexualidad, Trascendencia, o una combinación de dos o tres de éstas.</p>

### TABLAS ASOCIATIVAS DE LAS ANALOGÍAS ESTRUCTURALES (POR ACTO – FASE)

#### TABLA ACTO I – FASE I

RELATO DRAMATÚRGICO	SESIÓN DE BIODANZA
<p><b>1. Opening Scene o Escena de Inicio</b></p>	<p>Rondas de Inicio</p>
<p><b>2. Secuencia de Definición de Objetivo o Necesidad del Protagonista.</b></p>	<p>Marchas sinérgicas y fisiológicas. Caminares existenciales.</p>

<sup>8</sup> Es posible pensar esta secuencia central de ejercicios definiendo nuestro ejercicio central en función del tema y consigna centrales, y luego instalar los dos ejercicios anteriores y posteriores, consistentes a éste, dependiendo del punto en la sesión que fijemos como ubicación del Ejercicio central.

RELATO DRAMATÚRGICO	SESIÓN DE BIODANZA
<p><b>3. Escena de Universo íntimo del Protagonista.</b></p>	<p>Coordinación rítmica  Sincronización rítmica  Danzas Euforizantes con ritmos tropicales  Juegos de Vitalidad  Danzas rítmicas (batucadas, jazz, vals)  Abanico chino  Sincronización rítmico-melódica  Danzas de expresividad de a dos  Segmentarios en cascada</p>
<p><b>4. Secuencia de Plot Point #1</b></p>	<p>Ímpetu Vital  Liberación de movimiento  Danza Yang  Danza del Tigre  Danza libre creativa  Danzas expresivas rítmicas  Danza de conexión con la propia fuerza  (Posible ubicación Ejercicio Central, de acuerdo a Línea de Vivencia o Consigna Central)</p>
<p><b>5. Escena de Transición</b></p>	<p>Ejercicios de expresividad dulce  Sincronización melódica  Danzas de eutonía  Ejercicios de armonización</p>

TABLA ACTO II – FASE II

RELATO DRAMATÚRGICO	SESIÓN DE BIODANZA
<p><b>6. Secuencia primera Crisis de confrontación del 2do Acto</b></p>	<p>Ejercicios de Extensión y Elasticidad</p> <p>Ejercicios de Fluidez</p> <p>Segmentarios e Integración de Segmentarios o tres centros.</p> <p>Ejercicios de contacto sensible</p> <p>Danzas de contacto mínimo o danza sensible de contacto</p>
<p><b>7. Secuencia de Mid-point o Punto Medio</b></p>	<p>Posiciones generatrices Código I</p> <p>Bautismo de Luz</p> <p>Danza del Ángel</p> <p>Ejercicios de Línea de Trascendencia</p> <p>(Posible ubicación Ejercicio Central, de acuerdo a Línea de Vivencia o Consigna Central)</p>
<p><b>8. Plot de Vulnerabilidad</b></p>	<p>Fluidez en grupo con contacto sensible.</p> <p>Ronda de comunión.</p> <p>Ronda de mecimiento.</p> <p>Grupo compacto de mecimiento.</p> <p>Rondas concéntricas de miradas.</p> <p>Ejercicios de Acariciamiento (Afectividad)</p>

RELATO DRAMATÚRGICO	SESIÓN DE BIODANZA
<p><b>9. Escena de Plot Point #2</b></p>	<p>Ejercicios de profundización de Línea de Vivencia de la sesión.</p> <p>Danza de fluidez en pareja.</p> <p>Danza de la creación.</p> <p>Danza de la amistad.</p> <p>Posiciones generatrices (códigos II y III).</p> <p>Trance de suspensión.</p> <p>(Posible ubicación Ejercicio Central, de acuerdo a Línea de Vivencia o Consigna Central)</p>

**TABLA ACTO III – FASE III**

RELATO DRAMATÚRGICO	SESIÓN DE BIODANZA
<p><b>10. Secuencia de Clímax y Resolución de la Historia</b></p>	<p>Minuto de eternidad.</p> <p>Todas las formas de encuentro</p> <p>(Posible ubicación Ejercicio Central, de acuerdo a Línea de Vivencia o Consigna Central.)</p>
<p><b>11. Escena de Universo en Equilibrio</b></p>	<p>Ronda de activación leve o progresiva.</p>
<p><b>12. Escena de Cierre o Epílogo</b></p>	<p>Ronda Final</p> <p>Ronda de Celebración</p> <p>Danza de integración/armonización final de la conciencia de sí mismo.</p>

#### 4. Comentarios sobre la composición de las Tablas asociativas

La estructuración de las Tablas precedentes está realizada en base a la concepción de Escenas y/o Secuencias de escenas de los puntos estructurantes del Relato dramático. Ello implica que la analogía a aplicar para la sesión de Biodanza no corresponde siempre sólo a una escena estructurante, sino que a dos. Asimismo, podemos asociar dos ejercicios como una secuencia de escenas, para un mismo elemento estructurante del relato.

Cabe señalar además que los ejercicios presentados **no son un conjunto acabado de todos los ejercicios posibles para cada escena estructurante**, sino tan sólo los indicadores más elocuentes del tipo de ejercicio que, de acuerdo a la pauta metodológica de Biodanza, corresponde instalar en cada fase de la sesión. Por lo mismo, por ejemplo, no están incluidos en detalle “todos” los ejercicios de cada Línea de Vivencia. El orden en el que están instalados en las respectivas casillas, tampoco dice relación necesariamente con algún orden sugerido. En algunos casos sí como por ejemplo en el Ejercicio/escena de Transición.

Aun cuando la discusión de la “re-lectura” operativa/constructiva que adquirirían los ejercicios de la sesión a la luz de su asociación por analogía con el relato dramático se discutirán posteriormente en el análisis de las dos sesiones donde se aplicó, es interesante invitar al lector/Facilitador a repensar cada uno de los ejercicios, instalados ahora con estas “nuevas” orientaciones de función. Hay un sentido de unidad y de construcción que emerge y que sigue con mucha cohesión estructural y fuerza constructiva, “el pulso escénico” de la sesión, haciendo consistente y equilibrado su flujo vivencial, sin menoscabar su objetivo integrador y armonizador.

Por otro lado, se puede visualizar que algunos ejercicios se pueden instalar sin provocar merma en los objetivos vivenciales, dependiendo si estos dicen relación, ó a la Línea de Vivencia de la sesión, ó a la consigna central de la misma.

Si ayuda al lector para comprender mejor la instalación por analogía reponemos nuevamente el relato arquetípico del “Viaje del héroe”. Recordemos que sus descripciones no representan un ejemplo de relato, sino que como modelo de los “sucesos y acciones” en

una etapa de vida de una persona. Éstos operan de manera análoga, ocultos en la inmensa mayoría de relatos creados por el hombre. Por así decirlo, el “Viaje del Héroe” es la forma en que los seres humanos construimos inconscientemente nuestros (auto)relatos. Ahora lo presento de una manera más sintética y dividido en los tres actos, para reponerlo como una segunda pauta, para abordar las analogías constructivas presentadas:

#### **Acto I**

- La llamada de la Aventura al héroe (protagonista): Apresamiento del rey (la víctima), padre de la amada, por parte del villano (antagonista).
- La negación al llamado.
- La ayuda sobrenatural. Las posibilidades se abren. El héroe acepta.
- Cruce del primer umbral: el héroe se interna en un territorio desconocido.

#### **Acto II**

- El Camino de las pruebas. Valles soleados, tormentas, obstáculos.
- La reconciliación con el padre. Resignificación del viaje.
- Gran Crisis.
- El cruce del umbral de regreso: la salida definitiva.

#### **Acto III**

- El enfrentamiento al villano: la lucha.
- La redención del rey,... encuentro del santo grial.
- La vuelta a casa.

Desde esta perspectiva, podemos ver la sesión como un viaje donde el grupo se entrega a la “llamada de la vivencia” (Ronda de inicio - Caminar), y desde ahí, asume el desafío amoroso de entregarse individualmente a una preparación para “un algo más”, un desafío (Plot 1).

Así la fase regresiva, integrará estas energías y preparará al grupo a las profundidades de la regresión, donde nos lleva ese llamado inicial. Desde la perspectiva del Inconsciente Numinoso de Rolando Toro, esto es, abrazarse al coraje de vivir (Punto Medio). Al interior de este viaje, “La reconciliación con el padre” es un estadio de la más profunda conexión, que en la sesión es la combinación de momentos como el del útero de la ronda de nacimiento o de un grupo compacto. Tras esto, el grupo empieza el retorno desde algún ejercicio de gran

profundización o de gran vivencia de la consigna central (Plot 2), el último giro de este viaje de iluminación de las sombras, de todas las formas del amor, en donde siempre se alcanza a ver la salida.

La sesión ha generado así una danza colectiva, una vivencia integradora, emergiendo suavemente por los caminos de la entrega y la caricia recíproca. Los encuentros (Clímax) recibirán siempre a estos viajeros del amor, los verdaderos “héroes de la vida”, en una súbita armonía, que restaura, sesión a sesión, las heridas, los dolores de los caminantes (Resolución). En la Ronda final (Cierre o Epílogo), la comunidad toda celebrará entonces como al inicio, este rito sempiterno del triunfo del Amor.

## **V. ANÁLISIS DE LA APLICACIÓN DE LA PROPUESTA DE MODELO DE ELABORACIÓN DE LA SESIÓN DE BIODANZA POR ANALOGÍAS CONSTRUCTIVAS DEL RELATO DRAMATÚRGICO**

El trasfondo de estudio de esta Monografía no pretende hacer alejarnos ni descartar el proceso intuitivo que en la realidad opera tanto en el caso de la construcción dramática como en el de la sesión de Biodanza. Como se señaló, el punto de partida de la creación de la “Historia de Soporte” del texto dramático, arranca de un proceso absolutamente intuitivo, visceral, pues surge desde la íntima conexión consigo mismo del escritor/guionista, tanto con el protagonista como con el público al que se dirige; así como en el Facilitador, en el caso de Biodanza, con su grupo y con cada uno de sus integrantes.

El propósito de todo modelo diseño como el que nos ocupa es simplemente servir de plataforma constructiva, desde la cual modelar dicha energía inicial intuitiva, energía que sin duda no deja de seguir operando durante todo el desarrollo constructivo. Lo que no hay que olvidar es que una vez instalada la propuesta inicial intuitiva y acoplada a cierto tipo o modelo constructivo, ésta debe plasmarse en coherencia con dicho modelo, para que resulte efectivo y su impacto fructifique. Sobre este punto hemos de recalcar que a nuestro parecer, el objeto inspirador de cada “sesión” es el estado existencial y la capacidad vivencial del grupo. La atención a su nivel de progreso y desarrollo personal y vivencial, es lo que promueve nuestra forma de construir las sesiones, y la que la inspira.

### **1. Antecedentes de las características de las Sesiones y de los grupos relacionados**

Las sesiones fueron realizadas en dos grupos de inicio diferentes, junto con mi amada, Paola Ossandón. Los grupos estaban constituidos por personas que tenían alguna experiencia vivencial en Biodanza, junto a otras que jamás habían participado de algún grupo, taller, o sesión abierta. Habida cuenta de ello, decidimos intentar un camino de integración: plantear a las que sabían, iniciar un camino menos intenso, y a las que no, desafiarlas a integrarse a

vivencias no tan básicas, aun cuando dicho matiz es muy subjetivo, bastará decir que la primera clase fue realmente muy suave, pero que tampoco el grupo se mostró reticente ni al contacto ni a la miradas. Eran mayoritariamente mujeres, pero de diferentes niveles etarios. Las sesiones corresponden a sesiones posteriores a la séptima clase. En ambas, se habían realizado relatos de vivencia consistentes, donde los facilitadores recibimos permanentemente un *feed-back* positivo de las experiencias pasadas, tomando nota que las vivencias habían sido de mucha significación para cada uno de los participantes.

En general, nuestras clases con Paola vienen surgiendo desde hace tiempo, muy empapadas en los planteamientos ontológicos, vivenciales y discursivos del Inconsciente Numinoso. Tuve la maravillosa posibilidad de acompañar en el primer desarrollo formal de dichos contenidos elaborando material junto a mi querido maestro Pedro Labbé, con el cual generamos un gran aporte para la difusión teórica de este notable último escalafón del Modelo Teórico de Biodanza que nos legó Rolando Toro, y que termina de darle un broche final al mismo. Dicho material fue expuesto para discusión en Buenos Aires en la primera instancia vivencial internacional de este tema, y fue el soporte teórico del Taller homónimo que Pedro creó y ha realizado ya en varias oportunidades desde entonces. Digo esto para recalcar que de estos planteamientos arranca también la perspectiva de las consignas de las clases, y del enfoque del tema y consigna central, como Hipótesis de trabajo de nuestras sesiones.

## **2. Presentación y Análisis de las Sesiones:<sup>9</sup>**

### **ANÁLISIS SESIÓN #1**

**Antecedentes de la Sesión:** corresponde a la octava clase semanal consecutiva. Importante sobre esta clase es que fue concebida como sesión de preparación para la sesión siguiente que iba ser la forma de trabajar los sueños. El grupo había realizado ya un intenso recorrido

---

<sup>9</sup> Ver Anexo II. Allí aparecen las plantillas de diseño de las dos sesiones a analizar.

a través de la Integración Motora y Motora-Afectiva, correspondiendo a partir de ésta, su transitar hacia el desarrollo de los dominios vivenciales de la “Expresividad”, dominio que es parte integral de la fase de Integración Motora-Afectiva del programa grupal de Iniciación.

### **Etapas Conceptuales: Aplicación del Triángulo prospectivo de desarrollo**

**Tema Central:** “La Belleza interior”

**Consigna de la Sesión:**

“Expresar nuestra belleza, enciende nuestros sueños.”

**Ejercicio Central:**

“Danzar para un otro”, Years of solitude, Piazzolla. IBF 8 – 11.

**Línea(s) de Vivencia:** Vitalidad y Creatividad.

Sin duda que asumir como punto de inicio, la analogía constructiva del Triángulo de desarrollo prospectivo es muy similar a cómo en general desde la Escuela se nos enseñó construir una sesión de Biodanza. El tema, la consigna y ejercicio centrales siempre han sido sus ejes fundamentales. Lo que sí empezó a ser significativo para mí ahora, fue el pensar y asumir la “Consigna de la sesión” como una “Hipótesis de trabajo”. Esto le brindó un sentido y una profundidad que antes en mi caso, sólo se quedaba en una belleza metafórica, lo cual no está mal, pero que en términos de diseño, robustece el “acto y búsqueda” creativa para llegar a terminarla. Ciertamente se transformó en una guía consistente y eficaz durante todo el proceso, “auxiliándonos” en muchos puntos constructivos, indicándonos hacia dónde debíamos ir, no sólo por dónde podíamos pasar. En ese sentido, fue un fino y preciso filtro “conceptual” para dirimir dentro de las múltiples posibilidades que tenemos desde el Elenco de ejercicios para generar el flujo orgánico de la sesión. Ciertamente, y como planteo en “Mi Relato de vivencia” al inicio de esta monografía, no me/nos bastaba con hacer clases “bien hechas, éstas debían tener sentido para mí/ambos, pero sobre todo para el grupo, hacer viva la consigna central, “danzarla” en consistencia.

Desde esta perspectiva, el modelo de analogía constructiva viene a solidificar estratégicamente, la imperiosa necesidad de generar una sesión coherente en torno a su Consigna Central, brindándole la necesaria unidad temática y vivencial a toda la sesión, puesto que como “Hipótesis de trabajo” nos predispone a generar una paleta de ejercicios que de cuenta de ella, como un fino entramado de hilos sutiles que consolidan un sólo y firme tejido. Cabe señalar en este sentido, que así como muchos guiones abordan Ideas-Fuerza universales, su Hipótesis de trabajo son las que plantean la forma de enfrentarla. Así también el tema Central de las sesiones puede ser abordado de diferentes maneras de acuerdo a la Consigna central que se trabaje. De este modo, el Tema central es el contexto y la consigna es lo que le da la significación y el sentido a la sesión, es decir, constituye su objetivo principal.

Respecto de la elección del trozo musical para el Ejercicio central debo señalar que se pensó en función del tipo grupo (de inicio) y por el lugar que ocupó en la estructura de la sesión. Las propuestas de los elencos principales (IBF: Unforgettable y Libertango; One more kiss, Buenos Aires) no satisfacían ninguna de ellas. En base a “Libertango”, (demasiado compromiso expresivo para un grupo como el nuestro), optamos desde éste, eligiendo el trozo similar de “Años de Soledad” (un tema de tango del mismo autor) y que opera para el ejercicio de “danza expresiva”, como un muy buen reemplazo. Así nos pareció al menos al vivir el ejercicio en su elaboración. A pesar de su larga introducción, su final nos convenció.

- **Etapas Constructivas: el Storyline de la Sesión**

A partir del Ejercicio y Consigna central emergieron dos ideas constructivas: preparar la vivencia de expresividad y conectar con la belleza/energía interior. La propuesta inicial se completó entonces con la selección de las dos Rondas rítmicas y expresivas de inicio y final, agregando a ellas un foco de alta energía vital. Así decidimos instalar como secuencia de “Punto de Giro 1”, los ejercicios de “Danza de Expresividad rítmica” junto al de “Salto

Sinérgico – Ímpetu Vital” (con grito del nombre al centro). Eso enmarcó, desde el principio, con una rítmica canción tropical que nos conectaba con la energía de esa entrega, un conjunto esencial de ejercicios en torno a la entrega y la conexión interior con la propia belleza desde la vitalidad y la creatividad.

- **Diseño y Elaboración de la Sesión**

- 1. Ronda de Inicio:** Papadió, Catálogo Colombia, Rondas de Inicio, 10.

**Consigna:** Volcarnos a lucir nuestra esencia: en la comunidad lo que nos distingue es el amor por la diferencia.

Teniendo ya clara la Ronda inicial, con la consigna quisimos moderar el movimiento rítmico que provee la música, más bien hacia el simple hecho de sentirla, y acoger la presencia de los otros, en el “amor a la diferencia”. El “Papadió” (‘el papá Dios’), nos habla de esto. Nótese que dentro de la consigna del ejercicio, (y en los siguientes hasta los Encuentros) no se menciona el tema de los sueños, pues, aunque aparece en la consigna central, el “eje narrativo principal” de la sesión era la expresión de la “belleza interior”.

- 2. Caminar rítmico:** Doctor Jazz, Diexieland. Italia 2 – 4.

**Consigna:** Estallar en energía desde nuestra propia belleza, para salir al mundo, con todo el cuerpo,...

De acuerdo a la propuesta de analogías constructivas, este ejercicio representa la “Escena/Secuencia de Definición de Objetivo o Necesidad del Protagonista”. Acá podemos concebir que éste ejercicio se relaciona más con el elemento que le sigue, que con la Ronda de Inicio, que le antecede. Desde esta perspectiva hemos podido re-descubrir la poderosa función que tienen para el resto de la sesión, los ejercicios de Marchas y Caminares existenciales. Poniendo énfasis en el que realmente son ejercicios de caminar y no danzas propiamente tales. Representan los distintos modos de caminar e ir “por la vida”. Al interior de la sesión, realmente adquieren la función de “clave de vivencia”, en el sentido de comunicar al grupo, “el contexto de trabajo”, esto es, ¿a cuál de todos nuestros ámbitos deberemos echar mano para entrar en “esta sesión”?

En este caso, aprovechamos el sinergismo de esta marcha con música Dixie y su espontaneidad, incitando la vivencia desde la consigna, para tomar la belleza como un soporte de este “caminar”, alegre, decidido, dispuesto. Eso es lo que nuestro “protagonista” busca y necesita desarrollar. En relación a la consigna de la sesión, esta marcha consignada así, nos instala en una de las formas operacionales que ella (“la hipótesis de trabajo”), plantea sin especificar alguna en particular. Dicho de otro modo, “caminar” desde este espíritu, es una forma de “encender nuestros sueños”, quizás su primera forma.

### **3. Sincronización Rítmica:** Pista 8, (reggae brasileño), Música Andreína.

**Consigna:** Disfrutar la diferencia, compartiendo nuestra propia presencia, conectando con la belleza del otro,...

Como parte de lo que el modelo plantea como “Secuencia de apertura”, incluido el ejercicio anterior, este ejercicio viene a corresponder con la “Escena de Universo íntimo del Protagonista”. Como toda la propuesta de Biodanza, la conexión grupal a través de los ejercicios de a dos o más personas son el entorno “natural” de trabajo. Acá el sentido más concreto es “ampliar” el mismo espíritu del ejercicio anterior de marcha, hacia el contexto con un otro. Instalamos al grupo y a cada pareja en un “universo íntimo” de convivencia por así decirlo. La música de reggae en este caso, sin duda nos permitía plenamente vivenciar esta función de “universo íntimo” grupal, en cada uno de los cambios de parejas.

### **4. Danza de Expresividad Rítmica:** Satisfaction, Edson Cordeiro. BA 28 – 16

**Consigna:** Expresar la liberación de nuestra energía, desde el ritmo, plenos de alegría, enteros,...

La clave de la consigna de este ejercicio estaba ciertamente en el contexto de la “expresividad”, por lo cual en el referencial no se exacerbó en la “rapidez” de los movimientos, sino en su cualidad expresiva respecto de los distintos pasajes del trozo musical, y en la variedad de éstos. Asimismo, cabe señalar que dentro de las observaciones del enunciado de la consigna del ejercicio, enfatizamos la necesidad de autorregular.

Acoplados dentro del contexto de “Plot Point 1” de la fase adrenérgica, éste ejercicio y el siguiente, plantean abiertamente el “giro” por el cual se encaminaría la sesión: la expresión surge cuando disponemos nuestro cuerpo hacia la liberación de nuestra energía interna. Claramente, este ejercicio “no admite” por así decirlo una duda en la energía y disposición que requiere para realizarlo. En este sentido, “incita” (como en todo punto de crisis) a “emprender una acción”, en nuestro caso el movimiento inusitado a que nos convoca la música, disfrutando de hacerlo, como lo consignamos. Con ello además le imprimimos la resolución necesaria para que se acometa la acción, y el “héroe” (el grupo, el participante) traspase “el primer umbral” hacia un territorio de exploración de sus propios potenciales expresivos.

**5. Salto Sinérgico – Ímpetu Vital:** Caldera, M. Nascimento. BA 22 - 5

**Consigna:** Sentir desde la libertad, el ímpetu vital, exaltando toda nuestra identidad en el grito del nombre,...

Hemos de advertir que el ejercicio propiamente tal de Salto sinérgico lo habíamos vivenciado con su música habitual (Misa Lumba) en la clase anterior. Agregar a éste “el grito del nombre al centro” en el entorno de comunidad que se expresa, cerró este tránsito del umbral, llenando de vitalidad colectiva la vivencia, de algún modo asumiendo el carácter de “punto sin retorno” que en el relato dramático tienen los puntos de giro o crisis. Así el espíritu de esta fase de la Sesión, “la conciencia ampliada de sí mismo” recibió una fuerte connotación, que preparó y dejó al grupo para iniciar su “viaje de héroe” hacia el territorio” de su belleza interior, nuestra consigna central.

**6. Extensión Armónica:** Dying young, Kenny G. BA 12 - 9

**Consigna:** Armonizar la energía, expandiendo nuestro cuerpo, evocando la sensación de integración, plácidamente.

En este punto, la necesidad de instalar una detención, armoniosa, requería de una Escena/Ejercicio de transición, para lo que vendría en el resto del viaje. Había que armonizar las energías para proseguir. Hacer un alto en el viaje. Acá un punto crítico era poder conciliar

el intenso flujo vivencial que traíamos, sin alterar el “pulso escénico”. La Extensión armónica provee además una cantidad suficiente de movimiento que hace que la desaceleración no caiga en una ausencia total de energía, aun cuando dependía de la música que escogiéramos. Dentro de los temas/ejercicios disponibles encontramos que el de Kenny G, se ajustaba completamente a estos requisitos.

#### **7. PG “Dar y Darse”:** Danza Primal, Set II. BA 29 - 1

**Consigna:** El amor que fluye es el que canaliza toda nuestra energía en un círculo infinito de entrega, recepción y autodonación,...

Como generamos un punto de giro con dos ejercicios, nos dimos cuenta que en este punto nos encontrábamos en la mitad de la sesión. O la alargábamos con un ejercicio más, o asumíamos que este sería el ejercicio del punto medio. Mirando hacia “adelante”, la distancia al ejercicio central nos indicaba que era la decisión correcta, en especial por el flujo vivencial que requeríamos para acometer nuestro viaje de manera orgánica. Los puntos estructurales son sólo referencias escriturales y constructivas. El verdadero contenido significativo emerge de la relación de las escenas/ejercicios entre sí.

Así instalamos el ejercicio que representa el Punto medio de nuestro viaje. El que “altera” el rumbo anterior y nos conecta con el significado profundo de la consigna central, lo que verdaderamente hay debajo de las implicancias de acometer el resto del viaje. El Ejercicio del “Círculo infinito” nos permitía eso, como la mayoría de las Posiciones Generatrices lo hacen. Ya habíamos hecho las PG de “Dar” y “Recibir”, por lo cual también sus formas y contenidos vivenciales no eran extraños, sólo que acá era una propuesta mayor, más integral. Instalar este ejercicio acá, sin duda, provoca el cambio de “switch” respecto al enunciado de la consigna de “expresar la belleza interior”. La pone en una nueva dirección o condición: la de dar, recibir y darse. Una autodonación mutua en el contexto de la comunidad. Este viaje que venía desde una orientación de alegría, de vitalidad, ahora recibía un giro trascendente y sublime: la capacidad de dar, darse y recibir es el espacio existencial en que nuestra belleza se magnifica.

**8. Acariciamiento de pecho y rostro:** Jesse, Roberta Flack. IBF 17 - 3

**Consigna:** Poner en movimiento la energía del amor, aquí y ahora, nuestra presencia activa, dando y recibiendo,... cuidando al otro,... entregándonos al otro,...

Interpretar lo que es un “Plot de vulnerabilidad” en el contexto de una sesión de Biodanza puede ser algo ajeno. Pero si sacamos el nombre de “Plot”, tan funcional aparentemente, descubriremos que el concepto de vulnerabilidad no nos es tan ajeno. De hecho la propuesta de Biodanza nos conmina a “vivenciar” nuestra fragilidad, la que radica en aceptar que somos vulnerables, que no somos de “piedra”. La lectura psicoanalítica que hace Campbell del “Viaje del héroe”, y que en el mito clásico lo lleva a denominar a este punto como “la reconciliación con el padre)”, adquiere también un sentido profundo. En palabras sencillas tiene que ver con la situación de “reencontrarse” con aquello que odio de mí mismo en función de lo que creo que mi “padre” hizo o no hizo conmigo, y aceptarlo como “hizo lo que pudo”, compartiendo en ello, y con “él”, nuestra propia fragilidad. “Soy vulnerable como tú lo eras. Te perdono. Perdóname por haberte juzgado así.”

Así, el contexto de selección para instalar un ejercicio desde esta función es mucho más claro, y ciertamente muy adecuado al flujo vivencial. De acuerdo a las analogías constructivas tenemos la posibilidad de ir directo a un ejercicio de comunión afectiva grupal, pero también a ejercicios de Acariciamiento en par. Optamos por reforzar el ejercicio de Punto Medio, a través de un ejercicio de acariciamiento, pero sin perder la opción de cerrar este Plot de vulnerabilidad, con el continente grupal del ejercicio siguiente. La consigna quiso resaltar, la participación activa de los dos roles, desde la presencia y la entrega. Nótese que no se habla de fragilidad. Ella surge inevitable en este nido de amor que configura este ejercicio. ¿Qué circunstancia de más alta vulnerabilidad existe, sino la de cuando acaricio o me dejo acariciar?

**9. Ronda de Mecimiento:** Fljotavik, Sigur Ros. BA 53 – 14.

**Consigna:** Descubrir el calor de la manada, sintiendo mi lugar dentro de ella, mi plenitud, mi libertad, el permiso para ser.

Como ya lo planteamos, este ejercicio está en profunda relación con el anterior, respecto de su analogía constructiva, y en ese sentido se acopla sosteniendo el flujo vivencial. Cierra en la comunidad la vivencia deflagrada en el ejercicio anterior. La Ronda de Mecimiento es así concretamente, un útero que acoge a “nuestros cuerpos vulnerables.” La consigna quiso modular esta clara sensación agregándole a su vez, un aporte a esa sensación: “el permiso para ser”. Para mantener intacto el flujo vivencial, solo se “llama” a formar la ronda, y con luz apagada y antes de reproducir la música, se enuncia la consigna como en un susurro de los espíritus del gran viaje que sigue su curso. La escena fluye sola.

**10. Danzar para el otro:** Years of solitude, Piazzolla. IBF 8 - 11

**Consigna:** Volcamos nuestro amor sin palabras, nuestra presencia amorosa transformada en movimiento como el más puro regalo... éste/a soy yo, sin disfraz, sin máscaras.

Nuestro Ejercicio Central esta vez coincide con el punto de giro de la Fase Regresiva, la que nos llevará sin más, de regreso en nuestro viaje a casa, a la fase ergotrópica, la conciencia ampliada de sí mismo. Para ello, el “Danzar para el otro” adquiere una dimensión inesperada, como todo punto de giro, pero con el presente viaje a nuestras espaldas, se entiende como el héroe entiende el resultado de sus pruebas y tribulaciones. No cabe otra salida, que sacarse toda “careta” como pedía la consigna y entregarse a la vocación de su viaje, al “llamado inicial”. La danza se instala de este modo como “la acción” desde el interior desnudo del que danza hacia el otro, como un regalo, que le permitirá acercarse a sí mismo, desde la mirada del otro. En esta posición, el objetivo del ejercicio además creemos se ve reforzado ampliamente. La entrega dual se transforma en el “rescate” de ambos participantes, y cuyo contenido además es mostrar sin esconder, toda la belleza de cada cual, y admirarla por parte de quien recibe la danza. La línea central de la consigna de la sesión se danza así, en concreto.

**11. Encuentros afectivos activantes:** Por ti volaré, Andrea Bocelli. BA 31 – 11.

**Consigna:** El amor se manifiesta en nuestra belleza, y enciende nuestros sueños,... las posibilidades infinitas,...

Como en el relato dramático, el clímax deviene de la decisión del Punto de giro antecedente. Acá ciertamente no es distinto. El Encuentro emerge desde final del ejercicio anterior, en ese abrazo agradecido entre ambos participantes. El “regalo” recibido sólo puede concluir en una ‘ronda’ de encuentros que hace de este viaje, un momento de retorno en una energía renovada (por la vivencia). La que dejó el anterior, ciertamente de mediana actividad, provee que estos encuentros deban darse en una energía homóloga. El tema de Bocelli provee la precisa entre afectividad y fuerza activa. La razón por la que sea sólo uno es por el número pequeño de miembros de nuestro grupo. Con más miembros, (más tiempo de abrazos) podríamos haber instalado este clímax iniciándolo con un primer tema adicional, con más afectividad y menos energía, para concluir en éste. Además se ha de recordar que además es un grupo de inicio y la duración de los abrazos, aun cuando muy sentidos, no eran aun de la extensión de un grupo más avanzado.

**12. Ronda Final:** La orgía, Conan, BA 11 – 1.

**Consigna:** Libre, asentando sobre la Consigna central.

Quizás en un grupo de profundización no hubiésemos cerrado con este trozo musical, enérgico desde el comienzo hasta el final. Pero acá era un grupo de inicio y las vivencias pensamos que debemos generarlas siempre como si fuera la última, aun cuando en este caso, era un grupo pequeño pero cohesionado.

La sesión de algún modo tuvo bastante profundidad vivencial, pero no quisimos dejarlos muy “abajo” en la curva. Desde el modelo de analogías constructivas, el tema del cierre dice relación también un poco con eso: ¿qué tipo de madurez tiene el protagonista/espectador? ¿Qué es lo que necesita para cerrar en consistencia de acuerdo a sus posibilidades de aprendizaje? No quiero poner la diferenciación en si es una película “de adultos” o si es una “de niños”, generamos entonces cierres complementarios. Pero algo de eso hay. Optamos

por este trozo, desde la perspectiva de que “expresar nuestra belleza,... enciende nuestros sueños” es una hipótesis que moviliza para la acción, más que a la contemplación. Con el aire festivo de “La orgía” de Conan quisimos operacionalizar eso, en esta última vivencia. La decisión de expresar nuestra belleza no puede relacionarse, al menos en la fase de madurez del grupo, con una vivencia de muy baja energía, sino debe empezar por entenderse como un acto de alegría, espontáneo y que amerita una celebración en una ronda final con este tipo de música. La música de este viaje no nos dejó ciertamente igual que como llegamos, después de haber vivido este gran relato vivencial de nuestra propia belleza.

## ANÁLISIS SESIÓN #2

*(Dado que en el Análisis de la sesión anterior se comentaron los significados particulares de las analogías constructivas tanto para la instalación de los ejercicios como para su elaboración conceptual, en este siguiente análisis, ello se obviará para no reiterar la información, salvo en los casos que amerite hacerse. En este sentido, en este análisis nos dedicaremos más a los aspectos de los criterios constructivos análogos.)*

**Antecedentes de la Sesión:** corresponde a la décima clase consecutiva y sin interrupciones, pero de un grupo diferente al de la Sesión #1. Con este grupo, anteriormente también se había realizado el desarrollo de las fases de Integración Motora y Motora Afectiva. En esta sesión correspondía el momento de abordar el Encuentro de Biodanza, desde una perspectiva más profunda.

### **Etapas Conceptuales: Aplicación del Triángulo prospectivo de desarrollo**

**Tema Central:** “La vivencia del Amor”

**Consigna de la Sesión:** “El encuentro humano: fuente de vida”

**Ejercicio Central:** “Encuentros con abrazo (Epifánico)”. Sanctuary. BA 20 – 10.

**Línea(s) de Vivencia:** Afectividad, con Vitalidad y Trascendencia.

En este caso, el triángulo de desarrollo prospectivo nos brindó una gran solidez inicial. Sin duda, la Consigna Central como Hipótesis de trabajo nos proponía trabajar en las líneas de vivencia presentadas. En tanto el Ejercicio central se erguía como un gran desafío para el grupo: esta vez los abrazos que ya por nueve sesiones se habían entregado como una suerte de gesto conocido desde su vida diaria, ahora los invitábamos a colocarlos en un ámbito nuevo, sagrado, en un acto epifánico, o al menos, como era un grupo inicial, a entrar en esa nueva mirada que el encuentro adquiere desde Biodanza. En ese sentido la elección del tema musical debía manejar una balanceada mezcla entre una dulce afectividad y una incipiente trascendencia. Es un grupo de inicio, y esta línea la hemos de vivenciar

progresivamente. El tema elegido dentro de las propuestas del elenco satisfacía este requisito. Asimismo, y como elemento modulador de la intensidad de la vivencia optamos para este grupo, consignar el ejercicio con “cambios de pareja” como se puede apreciar en la plantilla de sesión. (Ver Anexo II.)

- **Etapa Constructiva: el Storyline de la Sesión**

Esta sesión presentaba un desafío complejo: que el grupo vivenciara por primera vez el Encuentro epifánico. Por ende construir el set de ejercicios básicos, a partir de su ejercicio central, ameritaba echar mano a las principales herramientas del modelo para no equivocar el rumbo. La partida, el llamado “al viaje o aventura” no fue complicado. Escogimos la Ronda de Elis Regina porque aparte de su dulzura tiene una cadencia con un toque de trance que de algún modo instalaba “este viaje” en un lugar de goce, de gesto comunitario con sus coros. El desafío vendría claramente para el ejercicio de “Punto de giro 2”. Era esencial para preparar el Clímax del ejercicio central. Por esto, nos pareció que el hermoso ejercicio de “Protección afectiva” era el más indicado para ese preámbulo. Pero el tema que nos complicó más era “entender” cuál y cómo sería el Plot 1, el cruce del primer umbral. Para eso, la consigna central nos ayudó: “Encuentro humano: fuente de vida”. Desde ella, decidimos instalar la consigna desde un contexto de vitalidad pero desde la afectividad comunitaria. “Bailar al centro” respondía así a ese requisito y el tema de Djavan lo potenciaba aun más, con sus coros de tribu que acompañan la danza. Salir al centro era el desafío del danzante. Apoyar y motivar al otro, el de la comunidad. Un claro punto de giro colectivo e individual. Con estos ejercicios, ciertamente teníamos un armazón consolidado en torno al ejercicio y la consigna centrales.

- **Diseño y Elaboración de la Sesión**

1. **Ronda de Inicio:** Quero, Elis Regina. Italia 1 - 11

**Consigna:** En Comunidad construimos el espacio perfecto desde donde nace y se produce el encuentro humano,...

Una escena de apertura que nos anunciaba el mundo que venía. Figuraba en las miradas y la presencia de cada uno, el viaje al que invitaba esta primera ronda. El flujo vivencial recibía el estímulo inicial con este tema medio onda hippie, con un poco de trance en su estribillo, que al final lo repite y lo repite, a través de su dulce y activa melodía. Nos convocaba a salir, a no quedarnos en nosotros mismos, sino prepararnos al encuentro: la metáfora de la sesión.

**2. Caminar enamorado de la vida:** Caminando por la calle, G. King. BA 13 – 8.

**Consigna:** Caminar en el mundo, percibiendo a los otros como una oportunidad de crecimiento, de aprender el amor.

En esta sesión nos encontraremos con varios clásicos que muchas veces por ser clásicos de nuestros elencos, se utilizan desde el abuso, como “comodines” a toda prueba. Desde este modelo, ningún ejercicio (así también sus músicas) puede estar demás o puesto porque “siempre funciona”. Lo importante es que funcione para la sesión que tenemos por construir. Este tema de los Gipsy Kings lo quisimos instalar claramente para visualizar el objetivo de nuestro personaje, el grupo. Para ir al encuentro de otro debo caminar “enamorado de la vida”. Ciertamente éste era el ejercicio y la música, el elemento análogo del personaje dramático, que debía hablarle a nuestro héroe. Un primer elemento para nuestra secuencia de apertura de este viaje.

**3. Sincronización rítmico-melódica:** A Violeira, Elba Ramalho. Italia 3 – 17.

**Consigna:** Compartiendo una mirada amorosa desde un ritmo y una melodía de encuentro, sintiendo una fuente común de conexión.

El flujo vivencial brindado por el ejercicio anterior nos dejaba una suerte de energía activada, pero no en exceso. Acá el “universo íntimo” de nuestro protagonista debía atender a su entorno cotidiano, al convivir el día a día. El tema de Elba Ramalho “juega” en una atmósfera de coquetería juguetona con un ritmo suave, que acelera un poco sólo al final. Movilizaba al protagonista(s) desde un ámbito conocido de encuentro, una danza cadenciosa y juguetona que movía el flujo vivencial, armoniosamente. Los cambios de pareja distribuían ese flujo entre todo el grupo. La consigna sólo subrayó la vivencia que la música ya

generaba. La forma de respuesta del héroe aceptando el llamado inicial: compartir una danza en común.

**4. Bailar al centro:** So Bashiba, Djavan. BA 38 – 6.

**Consigna:** Aceptar al otro con su danza, sus movimientos, amar sus matices, la belleza de su propuesta,... Yo soy tú.

Acá el cruce del primer umbral de este viaje, su primer punto de Crisis, se planteó como un gesto colectivo e individual, simultáneamente. La consigna invitaba a cada participante y al grupo a mostrarse, “a salir al centro”, pero el grupo debía apoyar, estimular,... La consigna, como una voz en off de un gran maestro, convocaba a bailar en la aceptación del otro, amar sus movimientos y su energía, su presencia. Una vez más consigna y ejercicio estaban al servicio de la consigna central. Con este ejercicio, modulamos el flujo vivencial hacia una nueva energía, mucho más adrenérgica, una que preparara el cuerpo para el inicio de este viaje de profundidad. Pero el cruce del umbral de este primer acto aun debía mostrarnos una cualidad más, una herramienta adicional para el viaje que ya partía...

**5. Segmentario en Cascada:** Eu e Agua. Colombia Segmentarios, 9.

**Consigna:** Como un río me muevo e integro todo mi cuerpo,... una cascada de agua vital me toma en una danza.

El cierre de este primer acto mostraría al héroe una necesidad de balancear la energía ya activada, y echar mano a su capacidad de integrarla en todo su ser. Disponer su cuerpo para el viaje que ha decidido emprender. El segmentario en cascada nos integra desde el ritmo, potenciando la sensación de unidad corporal en esta fase de Conciencia ampliada de sí mismo, que ya comienza a aquietarse. El héroe se deja llevar, es necesario hacerlo, entregarse para ir hacia la vivencia que viene. El flujo vivencial se acomoda entonces desde el ritmo en este ejercicio, preparando al cuerpo para entrar en otro “pulso escénico”.

**6. Sincronización melódica:** Smile, Natalie Cole. Italia 3 – 1.

**Consigna:** Sonreímos y nos entregamos a danzar la cadencia de la melodía, en un amoroso viaje de a dos.

Para transitar hacia “el otro mundo” requeríamos de una escena de transición, que contuviera aun una cierta cantidad de energía, pero que nos conectara con la afectividad de este viaje. La sincronización melódica nos pareció el ejercicio más apropiado, toda vez que era un ejercicio en que “el héroe” debía compartir ese viaje con otro. Acá el flujo vivencial mantiene su armonía intensificando la vivencia dulcemente, desde la conexión amorosa de la sonrisa en el rostro. El viaje empieza a recorrerse hacia las profundidades del alma suavemente, sin apuro, bajo la cadencia que arrastra al héroe hacia su viaje central. El grupo se conecta a esa nueva energía del flujo vivencial, y queda asentado el apresto para un cambio de sentido de su viaje.

**7. Eutonía:** Adagio, Thys Van Lee. BA 43 – 13.

**Consigna:** Estar con otro. Aceptando las diferencias. Conectados desde la mirada, sin someter ni dejarse someter...

A pesar de que en la Tabla asociativa el ejercicio de Eutonía corresponde al Escenas/ejercicios de transición, creímos que desde esa perspectiva también cumplía una excelente función como primera crisis de este Acto II, en esta sesión. Hemos de cuidar el flujo vivencial, ese es el criterio constructivo análogo. Este ejercicio valida ese criterio. El ejercicio de hecho requería desde su convocación en la sesión (ver plantilla de sesión) que se fuera en busca de otra pareja, respecto al ejercicio anterior. Ello ponía el desafío de todo punto de crisis. Ahondar en la consigna central: “El encuentro humano: fuente de vida”. La consigna del ejercicio, ponía las condiciones de esta prueba.

**8. Fluidéz afectiva trascendente:** Common threads, B. Mc Ferrin. BA 14 – 2.

**Consigna:** Un lento viaje continuo al interior de mí mismo,... sintiendo el roce del aire, mi corazón flota libre,... unido al cosmos.

En este ejercicio quisimos asumir nuestro “Punto medio”. El momento donde el viaje adquiere un giro interno, donde la consigna central, el objetivo del viaje, se instala desde

una mirada más amplia, más trascendente. El héroe empezará mirar su mundo desde esta prueba que el mundo de este territorio extraordinario por donde ahora transita, le posibilita vivenciar. La consigna del ejercicio, como la voz de otro maestro, su Mentor, el Mago, fecunda la vivencia, para llevarlo a la conexión con el cosmos, en una fluidez llena de afectividad consigo mismo y el universo. El héroe recibe ahora una nueva energía, una que no se detiene, y que es capaz de traspasar los obstáculos como el agua a las rocas de un mágico río.

**9. Grupo compacto: To go beyond, Enya. IBF 11 – 10.**

**Consigna:** El contacto de la comunidad desnuda nuestra identidad profunda: somos seres vivos, frágiles y profundamente amorosos...

El grupo compacto siempre es un nido de continente afectivo. Aquí el héroe experimenta toda su fragilidad, pues se entrega a este nido. La acepta en el contacto amoroso de la comunidad. El plot de Vulnerabilidad opera acá profundamente, el viaje venía transitando por diferentes energías, acá el ejercicio, lo absorbe, lo disuelve de toda armadura, para vivenciar su desnudez en medio del calor del grupo. El flujo vivencial se sumerge en las profundidades del ser del héroe, sosteniéndolo armónicamente con la música, ahora como un hada que contiene, que reconcilia, que nutre.

**10. Protección afectiva con caricias de pecho y brazos: Jesse, R. Flack. BA 12 – 8.**

**Consigna:** Nos entregamos a la protección perfecta: las manos de otro que nos moldean y curan el alma.

Desde esa vivencia de fragilidad y de continente afectivo el viaje lo llevará inexorablemente al punto desde donde el héroe deberá cruzar el umbral de regreso a su mundo. Es una prueba de coraje, el coraje de vivir el amor: no sólo entregarlo sino de aceptar recibirlo. Este punto de crisis de salida, hacia la prueba final requiere de toda su presencia y acometimiento, debe encontrar las armas para enfrentarla. Sus manos desnudas. El ejercicio de Protección afectiva acoge estos objetivos que impulsan el flujo vivencial por este umbral, de manera orgánica, profundamente amorosa, y que impulsará ciertamente al héroe, al

grupo entero hacia la prueba final, que sin duda lo espera al otro lado de este umbral de regreso hacia su mundo, la fase de la conciencia ampliada de sí mismo.

**11. Encuentros con abrazo (Epifánico):** Sanctuary. BA 20 – 10.

**Consigna:** Convertir al Extraño en Semejante. Nos entregamos para recibir y ser recibidos. Esta piel que nos separa, es la misma que nos une...

El camino tras el umbral depara al héroe su máxima prueba. El enfrentamiento con su propia sombra. La prueba anterior le dio nuevas herramientas precisamente para superar este último hito en su camino. Acá, su cuerpo renacido desde las caricias, como un ser sagrado, reconoce al otro que ahora se le acerca, ya no como el extraño de antes, sino como un semejante sagrado. En esta lucha del amor, surge el misterio epifánico del encuentro, desde las más profundas sombras, el héroe sabrá noticias nuevas de sí mismo como un regalo: el santo grial, el elixir de la vida. El flujo vivencial adquiere así su máxima intensidad y la sesión alcanza su objetivo. Acá se restaura lo que estaba quebrado o simplemente adormecido en la quietud de la mirada, del abrazo, en un encuentro sublime con la luz de los que se abrazan, la luz del amor.

**12. Danzar la libertad:** Senhora Liberdade, Martinho Da Vila. BA 38 – 15.

**Consigna:** Romper las ataduras del qué dirán, de los prejuicios, para vivir en libertad, el ímpetu vital de nuestro amor.

La vuelta a casa, instala al héroe en su mundo nuevamente, desde un nuevo equilibrio. Un nuevo equilibrio lleno del vértigo de la vida misma. El elixir repartido ahora en su mundo hace estallar la vida en nuevo orden, el orden de la libertad de vivir la vida, a pesar de todo, simplemente porque la vida vale el gozo de vivirla, contagiándonos de la pasión de compartirla, en la libertad del amor.

**13. Ronda Final:** O que é, Gonzaguinha. IBF 3 – 16.

**Consigna:** La vida de la comunidad es el encuentro humano. La belleza de la vida da la alegría a su rostro. Eternos aprendices del amor...

Lo que planteamos para el caminar sobre la instalación de nuestros “clásicos” sin considerar lo apropiado de su función en el segmento que se quiere colocar, en este caso para esta Ronda final, el cierre de este viaje de transformación del héroe, de integración de la identidad, la identidad del grupo, nuestra identidad, pensamos que el tema elegido, la samba de Gonzaguinha representaba la mejor elección. Su inicio con ese llamado a capella del solista y el coro nos invitaba a generar la más vital celebración desde una energía de activación cadenciosa, afectiva, que cantando a la vida, a lo bonita que simplemente es, escondía todo el misterio de nuestra consigna central. El grupo ya conocía y traía hasta este momento el secreto de ese misterio: el encuentro humano es la fuente de la vida. El modelo así consolida en este cierre, en el epílogo de este viaje, su gran adecuación y aplicabilidad para generar unidad y coherencia en torno a sus ejes constructivos.

## VI. CONCLUSIONES

Una vez acogidos los contenidos del Marco teórico, de la descripción de sus antecedentes, de la elaboración de las correspondientes Tablas Asociativas de los elementos constructivos análogos, y del posterior Análisis de la aplicación del Modelo de analogías constructivas del relato dramático, en la construcción de xx sesiones de Biodanza impartidas efectivamente a un grupo regular real, se puede concluir que:

Desde la descripción y posterior comparación de los aspectos constructivos fundamentales del relato dramático y de la Sesión de Biodanza, se pudo establecer la existencia de analogías constructivas y estructurales coherentes y consistentes entre ambos modelos, lo que permite asociar entre ellos tanto su modelo de elaboración conceptual como a momentos/ejercicios concretos de la Sesión de Biodanza.

La construcción de una sesión de Biodanza a través del Modelo por analogías constructivas del diseño de relato dramático presentado y propuesto, brindan efectivamente una herramienta auxiliar al Facilitador de Biodanza, que le proporciona una mayor unidad creativa y eficiencia en la elaboración de las sesiones semanales de su Grupo regular.

De esta relación comparativa se pudo rescatar, paralelamente, las distancias conceptuales y funcionales que ambos modelos presentan entre ellos. Esto empero, no arrojó algún condicionante de inadecuación grave o invalidante, que haga inapropiado aplicar la propuesta de Modelo constructivo. Las diferencias detectadas constituyen un conjunto acotado de recomendaciones, las que principalmente apuntan a tener en cuenta las diferencias de objetivos vivenciales de ambos modelos y el sentido opuesto de la modulación de sus principales indicadores constructivos, el pulso escénico y el flujo vivencial.

La descripción y análisis de la aplicación del Modelo propuesto a la construcción de ... sesiones de Biodanza para un grupo de semanal, consideraron la elaboración completa y acabada de cada sesión, pudiendo argumentarse en todas sus fases en base al Modelo propuesto, y estableciéndose, además una serie de aportes creativos respecto de la sesión como un todo unitario, y además, un reforzamiento de la función que adquieren los ejercicios al interior de ella, desde la re-lectura que ofrece al Modelo propuesto.

Por ende, como conclusión final de esta Monografía, se puede entonces sostener que su Hipótesis de trabajo es verosímil y comprobable, y por lo tanto, se puede reafirmar desde ella, que el incorporar los elementos constructivos del relato dramático, para instalarlos por asociación de analogías constructivas en la estructura de una sesión de Biodanza, constituye una herramienta eficaz para los facilitadores, brindándoles alta coherencia y unidad temática en el diseño creativo de las sesiones de su grupo semanal.

## VII. DISCUSIÓN DE CIERRE

Sin duda que al término de este trabajo, con las consideraciones de extensión que un trabajo como éste tiene, deja muchos cabos sueltos por atender y profundizar.

Desde la operativa en la aplicación del modelo dramatúrgico, hemos de recalcar que debe éste debe asumirse exclusivamente como un “ordenador” creativo del proceso de elaboración de una sesión, manteniendo intactas sus funciones integradoras y restauradoras, y apartando toda intención efectista pasajera que pudiera desprenderse, en la tentación de querer transformar la sesión en un proceso de “entretenimiento constructivo”.

Sin duda, tras la aplicación del modelo propuesto, podemos decir que ambos modelos buscan relatar de algún modo lo que es “el rito iniciático de las personas” respecto de los principales conflictos universales, pero uno busca hacerlo de una vez para siempre en cada película (el relato dramático), y la sesión de Biodanza lo acogerá semana a semana, quizás durante toda la vida. A ver entonces, como episodios fílmicos de nuestras vidas, las siguientes sesiones. En verdad, de algún modo, siempre las viví así, desde la primera vivencia. Algo de esto había ya allí.

No me cabe duda, por lo tanto, que este descubrimiento “constructivo” puede contribuir eficientemente a fecundar el proceso de diseño de las sesiones. Con ello, a mi modo de ver y en mi experiencia, he podido obtener un abordaje de gran unidad creativa, reforzando tanto la esencia como la visión constructiva de la curva de sesión, sin alejarme de su Metodología original. Mi objetivo fue y es potenciar creativa y emocionalmente cada una de sus fases orgánicas como son el Encuentro Inicial de la Comunidad, la integración motora y afectiva, la disolución en el grupo, y la salida o retorno a la Conciencia ampliada de sí mismo, modificada por los efectos reparadores de la regresión.

En este sentido, se pudo ver que la propuesta en rigor no hace ver las sesiones de una manera distinta a como se puede ver una sesión de Biodanza, elaborada desde digamos

ahora, el “método tradicional”, que es por desarrollo inductivo paso a paso, a partir de un grupo restringido de ejercicios en torno al ejercicio central. Aun cuando aparecen ciertos ejercicios instalados en lugares “no habituales”, estos no rompen la “lógica integradora y pulsante” del Modelo Teórico, ni la comunión afectiva y vivencial de las sesiones. Muy por el contrario, los toma en cuenta como su fundamento de diseño, reforzándola, a mi modo de ver de manera muy elocuente.

Desde una perspectiva profesional, y tras la realización de esta Monografía, me queda un gusto a “puerta abierta”, que no sólo dice relación con el trabajo de elaboración de sesiones más creativas de Biodanza, sino a la gran posibilidad que se abre en términos de visualizar una nueva forma de construcción de guiones, ahora modificados desde la perspectiva biocéntrica. Esto claro está, como una intuición de que existiría una propiedad biunívoca entre ambos modelos.

Pero por sobre todas las consideraciones, y en el sentido del propósito personal de este trabajo, como lo planteé al inicio en “Mi relato de vivencia”, siento que he logrado responder a mi desafío, cual era, acceder a una forma creativa y eficaz para resolver, ya no la “escena siguiente”, sino la “sesión siguiente”. El resultado pienso yo que fue mucho más allá de lo esperado. Con este modelo constructivo entrego a la comunidad que la quiera utilizar y para mí mismo, de una herramienta que permite concebir con un alto nivel de diversificación el caudal de sesiones futuras y otras actividades de Biodanza. Ahora miro a mis grupos, “mis protagonistas”, como los “espectadores” de sus vivencias, los que semana a semana van cambiando, mutando, incorporándose paso a paso, en este viaje colectivo que es la Vida: la gran y eterna narración, la mía, la de todos.

## VIII. BIBLIOGRAFÍA

1. CAMPBELL, JOSEPH.

“El Héroe de las mil caras: Psicoanálisis del mito”. Fondo de Cultura Económica, 1959.

2. FIELD, SYD.

“El Manual del Guión: Ejercicios e instrucciones para escribir un buen guión paso a paso”.

3. EUGENE VALE

“Técnicas de la escritura del guión para cine y tv.” TV-Verlagsunion. (Versión en alemán.)

4. DAVID BENAVENTE

Apuntes del Diplomado de “Dramaturgia creativa y guión”. Centro EAC, Universidad Alberto Hurtado, 2008.

5. ROLANDO TORO A.

- Cuadernillos oficiales de IBF del Módulo de Metodología: La Sesión I y II.
- “Biodanza”. Cuarto Propio. 2008. 1era. Edición.



## ANEXO II: SESIONES ANALIZADAS

Sesión #1: Sesión Nº 8 Fecha: 26 - Mayo - 2011 Lugar: Sala Librería Proyección  
 Responsable: Paola Ossandón Maldonado - Ricardo Pastene B.

Consigna de la clase: "Expresar nuestra belleza, enciende nuestros sueños"					
Nº	Nombre	Música	Tipo.	Consigna	OBSERVACIONES
	Ronda de Inicio	Rondas Inicio 10	3-29	Vokamos a luz nuestra esencia: en la comunidad lo que nos distingue es el amor por la diferencia	
	Caminar rítmico	Doctor Jazz, Desolando Italia 2 - 4	3-41	Estallar en energía desde nuestra propia belleza, para salir al mundo, con todo el cuerpo,...	MARCAR Pie/ talón, ... Tono muscular.
	Sincronización Rítmica	Pista 8, Música Andreina	3-32	Definir la diferencia, comparando nuestra propia presencia, concediendo con la belleza del otro,...	Escoger parejas. Con cambios.
	Danza de Expresividad Rítmica	Satisfacción, Ebsom Condairó BA 28 - 16	2-40	Entregamos a expresar nuestra energía, entregarla desde el ritmo, plenos de alegría y enteros,...	Ocupar todos los espacios. Autoregular.
	Salto Sinérgico - Impetu Vital	Caldera, M. Nascimento BA 22 - 5	4-22	Sentir desde la libertad, el ímpetu vital, exaltando toda nuestra identidad en el grito del nombre,...	En grupos opuestos, salen de a dos y gritan su nombre. Luego todos juntos.
	Extensión Armónica	Dying young, Kenny G BA 12 - 9	4-03	Armonizar la energía, expandiendo nuestro cuerpo evocando la sensación de integración, placidamente.	
	PG Círculo Infinito	Danza Primal, Set II BA 29 - 1	6-17 3-20	El amor que fluye es el que canaliza toda nuestra energía en un círculo infinito de entrega y recepción,...	Dar - Recibir - Darse.
	Acariciamiento de pecho y rostro	Jesse, Roberta Flack EF 17 - 3	4-04	Poner en movimiento la energía del amor, aquí y ahora, nuestra presencia activa, dando y recibiendo, cuidando al otro, entregándonos al otro,...	Elegir Paredes. Cambio de Rol. Zonas sin acariciar.
	Ronda de Mecanismo	Fjordvik, Sigur Ros BA 53 - 14	3-55	Descubrir el calor de la mirada, sintiendo mi lugar dentro de ella, mi plenitud, mi libertad, el permiso para ser.	
	Danzar para el otro	Years of solitude, Piazzolla EF 8 - 11	4-13 3-10	Vokamos nuestro amor sin palabras, nuestra presencia amorosa transformada en movimiento como el más puro regalo... éste/a soy yo, sin disfraz, sin máscaras.	Elegir Paredes. Cambio de Rol. Una declaración de identidad hacia el otro.
	Encuentros afectivos activantes	Porfi volare, Andrea Bocelli BA 31 - 11	4-10	El amor se manifiesta en nuestra belleza, y enciende nuestros sueños, las posibilidades infinitas,...	
	Ronda Final	La orgía, Conan, BA 11 - 1	4-13		



Consigna de la clase: El encuentro humano: fuente de vida				OBSERVACIONES
N°	Nombre	Música	Tiempo	Consigna
	Ronda de inicio	Quero, Mafia 1 - 11	3:53	En Comunidad construimos el espacio perfecto desde donde nace y se produce el encuentro humano...
	Caminar enamorado de la vida	Caminando por la calle, G. King BA 13 - 8	4:24	Caminar en el mundo, percibiendo a los otros como una oportunidad de crecimiento, de aprender el amor
	Sincronización rítmica	A Violera, Elba Ramalho Mafia 3 - 17	3:06	Compartiendo una mirada amorosa desde un ritmo de encuentro, sintiendo una fuerte comun de conexión
	Bailar al centro	So Bashiba, Djavan BA 38 - 6	2:38	Aceptar al otro con su danza, sus movimientos, amar sus matices, la belleza de su propuesta... Yo soy tú.
	Segmentario en Cascada	Eu e Agua, Colombia Segn. - 9	3:25	Como un río me muevo, e integro todo mi cuerpo... una cascada de agua vital me toma en una danza.
	Sincronización melódica	Smile, Natalie Cole Mafia 3 - 1	3:38	Sonreímos y nos entregamos a danzar la cadencia de la melodía, en un amoroso viaje de a dos.
	Euforia	Adagio, Thys Van Lee BA 43 - 13	6:04 *4:02	Estar con otro. Aceptando las diferencias. Conectados desde la mirada, sin someter ni dejarse someter...
	Fluidez afectiva trascendente	Common threads, B. Mc Fern BA 14 - 2	4:16	Un lento viaje continuo al interior de mí mismo, ... sintiendo el roce del aire, mi corazón flota libre, ... unido al cosmos.
	Grupo compacto	To go beyond, Enya EF 11 - 10	3:00	El contacto de la comunidad nos devuelve nuestra identidad profunda: somos seres vivos, profundamente amorosos...
	Protección afectiva con caricias de pecho y brazos	Jesse, R. Flack BA 12 - 8	4:00 *2:30	Nos entregamos a la protección perfecta: las manos de otro que nos moldean y curan el alma.
	Encuentros con abrazo (Epifánico)	Sanctuary, BA 20 - 10	5:29	Convertir al Extraño en Semejante. Nos entregamos para recibir y ser recibidos. Esta piel que nos separa...
	Danzar la libertad	Señhora Liberdade, Marinho Da Vila, BA 38 - 15	4:53	Romper las ataduras del qué dirán, de los prejuicios, para vivir en libertad, el ímpetu vital de nuestro amor.
	Ronda Final	O que é, Gonzaguinha EF 3 - 16	4:25	La vida de la comunidad es el encuentro humano. La belleza de la vida de la alegría a su rostro. Etemos aprendices del amor...