

INTERNATIONAL BIOCENTRIC ASOCIATION

Escuela de Biodanza Tierra de Diaguitas Sistema Rolando Toro – Chile



TESIS PARA OBTENCION DE TÍTULO

“PROFESOR DE BIODANZA”

“BIODANZA Y COLABORACIÓN ”

ROXANA JIMÉNEZ ALVARADO

PROFESORA SUPERVISORA: LORETO VARELA HERRERA

La Serena, Agosto de 2019



Biodanza y colaboración por Roxana Jiménez Alvarado se distribuye bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.

Está permitida su copia y distribución por cualquier medio siempre que mantenga el reconocimiento de su autora y no haga uso comercial de la obra. Si usted altera, transforma, o crea sobre esta obra, sólo podrá distribuir la obra derivada resultante bajo una licencia idéntica a ésta.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a la vida por haber puesto en mi camino a la biodanza que me transformó y me conectó con mi propósito de vida, a las directoras de escuela que me formaron tan comprometidamente y amorosamente, a los compañeros de vida, a los compañeros de escuela y a Tejeredes que me enseñó este nuevo mundo de la colaboración y su extrema generosidad en compartir estos conocimientos.

A mi marido Pablo que me ha acompañado en este proceso de aprendizaje lleno de amor por la biodanza como camino de vida.

Contenido

BIODANZA Y SU APOORTE AL TRABAJO COLABORATIVO E INNOVACIÓN SOCIAL	5
Introducción.....	5
Antecedentes.....	7
La biodanza y su aporte a las metodologías colaborativas como la metodología Tejeredes.....	8
Algunas reflexiones de Rolando Toro extraídas de sus videos y el trabajo colaborativo e innovación social:.....	9
Metodología Tejeredes; www.tejeredes.net	12
La colaboración:	13
CULTURA TEJEREDES Y LAS LEYES DEL MOVIMIENTO DE LAS REDES.	14
MODELO CLEHES:	15
La célula de las redes.....	18
El eros y la Seducción: El pegamento de las redes	19
Tejer redes o erotizar comunidades.....	21
Redes y Comunidades:	21
BIODANZA Y EL MODELO TEORICO	23
Principio Biocéntrico	23
El Modelo Teórico de Biodanza	24
Origen.....	24
El potencial genético	27
Las cinco líneas de vivencia	27
Las Proto vivencias	28
Integración	28
El continuum identidad-regresión.....	29
La identidad.....	29
El trance	29
Definición de Sistema de Biodanza	30
Integración afectiva:.....	30
Renovación orgánica:	30
Reaprendizaje de las Funciones Originarias de Vida:	30
CONCEPTOS ESTRUCTURALES DE BIODANZA.....	31
Inconsciente Vital:	31
Principio Biocéntrico:	31

Vivencia:	33
Cinco Líneas De Vivencia	33
Psicofísica:	34
El Grupo:	35
Grupos específicos:	35
El Poder Deflagrador de la Música (Semántica Musical):	36
La Caricia:	36
TABLA EJERCICIOS DE BIODANZA Y SUS EFECTOS.	37
LA BIODANZA Y SU APORTE AL DESARROLLO DEL TRABAJO COLABORATIVO.	39
CUADRO COMPARATIVO DE BIODANZA Y METODOLOGÍA TEJEREDES.	39
CONCLUSIONES:	53
BIBLIOGRAFÍA.....	55
ANEXOS FOTOGRÁFICOS	56
CLASE BIODANZA LABORATORIO COCREANDO DESDE EL CORAZÓN, SANTIAGO, MARZO 2019.	56
CLASE BIODANZA LABORATORIO VALPARAÍSO TEJEREDESLAB. ENERO 2019	61
LABORATORIO TEJEREDES BARCELONA, OCTUBRE 2018.	64

BIODANZA Y SU APOORTE AL TRABAJO COLABORATIVO E INNOVACIÓN SOCIAL

Introducción.

Primero destacar como la biodanza aportó al desarrollo de mis potenciales dormidos y abandono de creencias limitantes para poder desarrollar la carrera que estoy desempeñando hoy, cuando ingresé a biodanza el año 2008 , mi vida era completamente diferente, llegué a la biodanza buscando un espacio de contención para poder manejar la alta carga de stress que tenía de un alto cargo directivo siendo mujer e ingeniero en un mundo y bajo el mandato de sólo hombres, este ambiente convencional y del deber ser hacían más difícil aún conectarse con el real sentido de la realización, del propósito y el sentido de mi vocación, situación que sólo vi años después dándome cuenta de mi necesidad de desarrollarme profesionalmente en espacios que aportaran a la sociedad, en dicho momento ni siquiera estaban en mi mente como una posibilidad , es increíble cómo nos cegamos a través de la vida en darnos o entregarnos la oportunidad de la realización en un ámbito tan importante como lo es el trabajo. Luego el año 2012 al casarme y terminar este trabajo de alta demanda, mi vida comenzó a cambiar radicalmente, y comencé mi proceso (muy esperado) de estudiar para facilitador de biodanza durante tres años, ruta compartida con mi marido quién también se enamoró de la biodanza. En esta nueva etapa de cambio, me di el permiso también de estudiar Coaching , situación que había postergado por diversos motivos, luego de ello en este proceso de crearme a mí misma desde encontrar realmente lo que me gustaba y motivaba, llegué a la innovación social y el trabajo colaborativo, que era la mirada que andaba buscando y que me resonó en todo mi corazón y mi mente, había encontrado como integrar ambos mundos, la ingeniera y la biodanzante, la mujer y la profesional , el mundo y el trabajo , los compañeros de camino , y la comunidad en formación para alcanzar dichos objetivos, que no solo eran los míos sino de varios , con una nueva forma de abordar las problemáticas desde lo grupal (inteligencia colectiva) que a través de mi trabajo de facilitadora de

trabajo colaborativo estaba descubriendo a través de las vivencias y de la experimentación , al igual que el proceso de facilitar espacios de biodanza , donde se consideraba al humano en el proceso , se traían las emociones , el sentido del ser, el propósito para poder luego generar o co-crear soluciones desde allí , desde el grupo y no desde una sola persona, desde construir desde varias miradas, de integrar , de reunir , de co-construir , desde liderazgos horizontales y no jerárquicos , del trabajo en red , de la mirada sistémica y amorosa que nos enseña la naturaleza, pero al fin integrándolo desde metodologías y teorías que lo consideraban como el gran cambio o innovación que se necesita para crear nuevas soluciones que nacen desde el corazón , el eco , y no el ego . Ahí vi como la biodanza era parte de esta mirada y que Rolando Toro había creado un instrumento atómico para acelerar este proceso de transformación humana, que es así como veo yo a la biodanza un sistema que nos transforma, amorosamente y en grupo, un útero que contiene y que entrega las condiciones máximas de desarrollo de quienes se atreven a ser vulnerables y exponerse a la recuperación del contacto con los demás humanos.

Antecedentes.

Los continuos cambios y desafíos que están ocurriendo en el mundo actual respecto al cambio climático, la importancia de la recuperación de los sistemas vivos, y nuestro rol como humanos dentro de un sistema mayor que nos acoge, nos desafía a ir más allá de las miradas convencionales para encontrar soluciones a problemáticas complejas y de múltiples variables, donde la forma de abordar dichas problemáticas requiere abrirse a una visión sistémica, y donde la inteligencia colectiva que propone soluciones nunca antes vistas (innovación y cambio) son claves para avanzar en nuevas formas de organización y de sustento en el planeta.

Este cambio en la Sociedad , como propone Otto Scharmer , creador de la Teoría U, www.presencing.org propone que debe haber un proceso de cambio individual y colectivo que genere o que haga emerger estas nuevas soluciones nunca antes vistas, no podemos cambiar si siempre hacemos los mismo, debemos recordar que el ser humano posee una característica maravillosa , que fue siempre reconocida por Rolando Toro en su trabajo; y es la creatividad como fuente de cambio y de realización del hombre, la realización a través de una vida creativa.

Actualmente, teorías como la Teoría U desde su libro *Leading from the emerging future*, que fundamentan este cambio de paradigma, proponen que debemos experimentar un proceso donde debemos primero abrir la mente, luego abrir el corazón para en tercer lugar entrar en la presencia, para dejar venir ese futuro, realizando este como un proceso colectivo.

En estas nuevas herramientas y metodologías, Chile también ha aportado con maravillosos recursos y personas como lo es la metodología de @tejeredes, entorno al trabajo en red y sistemas de articulación o gestión colaborativa, un espacio abierto para aprender y compartir, donde las personas son el eje central de los equipos y las organizaciones , la metodología tejeredes se basa en el CLEHES como articulador de cambios grupales y de trabajo colaborativo donde se reconocen que elementos primordiales, desde donde

debemos operar para generar trabajo colaborativo: como lo son el cuerpo , el lenguaje ,emociones, historia , eros y silencio como elementos básicos para desarrollar el liderazgo colaborativo (CLEHES).

La biodanza y su aporte a las metodologías colaborativas como la metodología Tejeredes

Es aquí donde el modelo de la biodanza es coherente con lo que proponen estos modelos y herramientas. Rolando Toro propone a la biodanza como un modelo de transformación, lo describe como una bomba racimo de amor, donde los humanos volvieran a sentir, para luego desde ahí, recuperar los potenciales dormidos en un ambiente grupal y enriquecido amoroso, integrando y recuperando el placer de vivir.

Durante mi trabajo he integrado la biodanza a los talleres de trabajo colaborativo teniendo resultados para mí extraordinarios respecto a la motivación y a la conexión grupal, la recuperación de lazos de confianza y apertura para enfrentar luego los desafíos de diseñar el futuro desde el bien común como base. En esta monografía trataré de dar una mirada sobre ello.

Algunas reflexiones de Rolando Toro extraídas de sus videos y el trabajo colaborativo e innovación social:

Rolando Toro, creador de la biodanza cuenta cómo nace este sistema de transformación:

*"La biodanza la pensé como una poética del encuentro humano en un mundo carente de amor, como un modo diferente de relacionarse en un mundo extremadamente solitario donde la gente está carente de amor, donde los que **más necesitamos es ternura**. Tal vez la biodanza nació de un momento de desesperación del deseo de redimirnos de nuestros gestos empobrecidos de nuestra soledad."*

Para poder realizar los cambios que la sociedad necesita, según Otto Scharmer, creador de la Teoría U, un modelo que Presencing Institute que se describe como un medio para adoptar nuevas ideas y métodos para el cambio organizacional. Afirma: *"Hoy en día, no es suficiente para crear un cambio en el nivel de los síntomas y las estructuras. Necesitamos trabajar aún más profundo, para cambiar los paradigmas subyacentes del pensamiento y para conectarnos con nuestras fuentes más profundas de creatividad y el yo. La mayoría de las metodologías de aprendizaje se centran en aprender del pasado. La Teoría U propone un marco y una metodología para comprender y practicar otro ciclo de aprendizaje: aprender del futuro a medida que surja".*, su creador descubrió mediante una encuesta realizada a más de 75.000 personas, donde preguntó: ¿Qué necesitamos para realizar esos cambios que sabemos debemos realizar como sociedad, pero que no estamos haciendo? Y la respuesta fue: Coraje, valentía para realizar esos cambios que sabemos y tenemos conciencia que debemos realizar, realizar ese salto necesita de la valentía de salir de lo conocido, de lo seguro, de la inercia de hacer lo mismo y no tomar responsabilidad (definida desde la ontología del lenguaje como la capacidad de responder), luego se preguntó: ¿Qué necesitamos de los demás para ello?, y las respuestas fueron palabras como: **amor, afectividad, apoyo, empatía.**

Como humanos necesitamos a los demás, a la manada, al grupo, al sostén, a la red, que nos contenga, que nos apoye afectivamente, necesitamos como humanidad amor, para

sentir que no estamos solos sino que somos parte de algo mayor y que esa parte mayor nos ama , visión que la Biodanza toma como pilar de su modelo, la afectividad y el amor como motor de transformación , podemos apreciar a continuación como Rolando Toro define el amor :

“Viviendo con pureza lo cotidiano en medio del amor, el amor no es una palabra ya demasiado gastada, las personas no han descubierto el sentido profundo y esencial del amor, **el amor es una potencia organizadora que trasciende lo individual**, es decir **el amor tiene un sentido global y radiante, poderoso, integrador extraordinario, el amor no es esa cosita individual, despertar esa fuerza que es una fuerza cósmica, es la finalidad de la biodanza**. La ética nace de la afectividad, la conciencia ética es el desarrollo de una cualidad ya muy refinada del ser humano, los alumnos la alcanzan luego de un tiempo de hacer biodanza, es una transmutación de valores y esa transmutación **no la puede hacer sino la afectividad, esa transmutación individual, ese proceso evolutivo , consiste en sentir al otro como parte tuya**, lo que al otro le sucede te está sucediendo a ti, cuando están matando a los jóvenes en la guerra te están matando a ti, cuando te están explotando a miles de operarios te están explotando a ti , porque no somos seres aislados, somos un solo conjunto , estamos muy unidos cósmicamente, estamos pegados unos con otros, y la gente cree mucho en su personalidad y en su individualidad, en su mundito, porque no tiene la menor evolución no tiene conciencia ética , no tiene compasión , no tiene afectividad. A mí me parece que el mayor acto político que existe es el abrazo, si la gente anduviera por la calle de la mano, solidario, abrazándose, estarían haciendo política de modo que el abrazo, el beso, el encuentro no son algo tan inocuo, la persona que entra en esa ceremonia entra en un proceso de transformación, y eso está probado por la ciencia, no es una hipótesis.”
Rolando Toro.

Rolando Toro nos dice “El **cambio es afectivo** esencialmente, no es la astucia comercial, el lenguaje tiene poder fundador, el lenguaje es poderoso, para someter, descalificador, para explotar miren el ejemplo de Hitler, y tenía hipnotizado al pueblo alemán. Entonces si el

lenguaje es usado con fines políticos, económicos, religiosos puede ser de gran peligro, usado con inteligencia demoniaca. El lenguaje hay que usarlo en la poesía en la alabanza, en la celebración de las personas.”

Inteligencia Emocional desde la mirada de Rolando Toro.

“Es el espíritu creador el que genera productividad, lo que resuelve es que el hombre en su actividad realice potenciales internos , el trabajo de biodanza tiene un extraordinario valor social , y humano, si se puede introducir la inteligencia afectiva , no la inteligencia emocional que han incluido las empresas, cuando tu estas inteligente emocionado , si tienes rabia o miedo , que decisión vas a tomar si estás con una emoción narcisista, que las decisiones solo se puede tomar cuando hay afecto para la vida, cuando hay entusiasmo para la vida y se ponen al servicio de la vida, un vendedor emociona al cliente para poder vender. **la inteligencia afectiva pone la inteligencia al servicio de la felicidad**, de la alegría de vivir.

El amor indiferenciado es una actitud una disposición psicológica de tener misericordia, dulzura, empatía que es ponerse en el lugar del otro, es un acto de lucidez, no es un acto de hospedar al otro recíprocamente sino de entrar en la epifanía de la relación.

La vida está en la mujer que amamanta a su hijo , la vida está en los enamorados que se buscan apasionadamente y que quieren fundirse , en los ancianos que juegan con sus nietos, la vida está en el labrador que cultiva el sembrado, un mundo bélico como este, donde se han asesinado millones de personas , en un mundo como éste , proponer el canto , proponer la danza, proponer el abrazo es absolutamente necesario, por cada misil , por cada bombardero , hay que realizar abrazos , besos, danzas.

Qué es lo que quieren los de biodanza, quieren despertar el amor, la bomba atómica del amor, que alcance todo el planeta, que se irradie en las provincias en los campos.

Hay cientos de profesores que están luchando, danzando, vendrán tiempos mejores, sin masacres sin competitividad sin injusticia, sin delincuencia, tendremos tiempos mejores, ese es el destino del hombre, no es la omnipotencia del dinero ni tecnológica, el destino del hombre es el amor.”

Metodología Tejeredes; www.tejeredes.net.

“TejeRedes se refiere al Articulador del tejido o coreógrafo de las redes o simplemente al activador de una cultura colaborativa y del trabajo en red en las comunidades”

Tejer Redes es un equilibrio que se logra entre la capacidad “artística”, es decir, las características sociales que todo ser humano tiene para conectar y generar confianza, y la capacidad “arquitectónica” que se enfoca en conceptos y metodologías, lo cual permite diseñar comunidades y procesos en red.

Muchas personas y organizaciones hacen referencia al trabajo en red y ciertamente trabajan en red, ya que al definir un organigrama y una red de clientela (tanto interna como externa) están generando networking. Pero en la práctica descubriremos que trabajar en red no es un suceso tan obvio y, menos aún, cuando le agregamos, por una parte, el apellido “colaborativo” y, por otra, apelamos al desarrollo de sistemas de gestión o articulación.

Trabajar en red colaborativamente es complejo, puesto que las redes nacen desde la propia naturaleza del ser humano que ya de por sí es biológica y químicamente compleja. También somos seres capaces de amar y crear. Las redes son precisamente eso, espacios de amor humano y conexión de nuevos mundos.

La metodología tejeRedes es una metodología en torno al trabajo en red y sistemas de articulación o gestión colaborativa, además es un espacio abierto para aprender y compartir, donde las personas son el eje central de los equipos y las organizaciones, la metodología tejeredes se basa en el CLEHES como articulador de cambios grupales y de trabajo colaborativo donde se reconocen los elementos primordiales desde donde debemos operar para generar trabajo colaborativo son: el cuerpo, el lenguaje, emociones, historia, eros y silencio como elementos básicos para desarrollar el liderazgo colaborativo.

TejeRedes se suma a quienes están promoviendo formas de gestión autoorganizadas, cooperando para que emprendedores, equipos y organizaciones (públicas, privadas, lucrativas y no lucrativas) puedan desarrollar e implementar estructuras distribuidas de gestión focalizada en las personas.

El diseño y gestión de comunidades colaborativas, requiere la implementación de conceptos, metodologías, tecnologías sociales y prácticas basadas en el trabajo en red y sistemas de gestión colaborativos a través del desarrollo de sistemas no lineales.

“El objetivo de la metodología tejeRedes es que las comunidades de emprendedores, equipos y organizaciones aprendan, diseñen, planifiquen e implementen una gestión o trabajo en red, a través de un sistema de articulación colaborativo, y promover el perfil del Articulador, que permita implementar las tecnologías sociales necesarias para que los participantes puedan cultivar un valor social, de conocimiento y de uso o cambio, promoviendo un sistema social y económico diferente al tradicional” Si alguien se pregunta ¿Para qué queremos hacer aquello? La respuesta es simple y compleja a la vez: si deseamos un mundo diferente, es necesario proyectar nuevas oportunidades para emprendedores y organizaciones. Para esto tenemos que cambiar el modelo de la competencia desleal y pasar a modelos de trabajo en red y articulación colaborativa, que se basen en la seducción, confianza y creatividad, es decir, que tengan como plataforma una cultura colaborativa.

La colaboración:

Decir que la colaboración en las comunidades se establece en la relación de personas y acciones -que impulsan ciertos valores o ideales- en torno a un propósito bien establecido. Por ello, el eje son las personas y sin ellas no existiría la colaboración.

La colaboración ocurre en las organizaciones:

- Cuando todos están unidos y tienen los mismos intereses/agenda común.
- Cuando todos se aceptan y existe fraternidad.
- Cuando todos desean conseguir el éxito en torno al propósito.

Las acciones que llevan el acento en la fraternidad construyen colaboración. La fraternidad permite que las conversaciones fluyan y circulen entre las personas. En la medida que aparece el ego, la colaboración se va deteriorando.

Por naturaleza somos colaborativos, pero el sistema (educacional, económico, social) tiende a movernos hacia el individualismo, ya que ir sólo, en teoría, es más cómodo y

rápido. En cambio, ir acompañados y colaborar, es menos rápido y requiere paciencia, pero nos ayuda a llegar más lejos.

Muchas personas dicen o creen colaborar, pero al momento de constatar las acciones, comienzan a asomar los matices de la palabra colaboración.

La colaboración es una sensación y si alguien la rompe, nuestro cuerpo se resiente. Por lo tanto, la colaboración es simplemente lo que nuestra biología nos deja sentir. Los sistemas colaborativos son menos frecuentes en las comunidades y su meta es poner a las personas como eje del sistema.

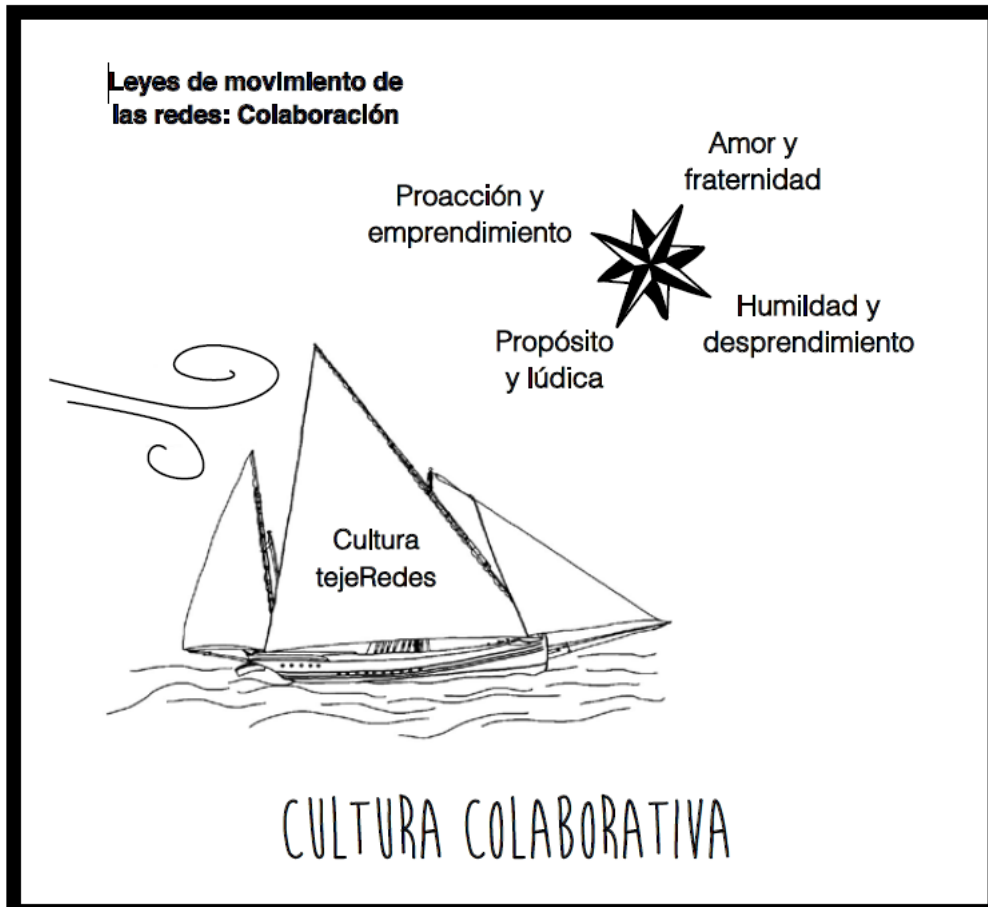
Por ello, es importante que abunde la fraternidad.

CULTURA TEJEREDES Y LAS LEYES DEL MOVIMIENTO DE LAS REDES.

La cultura tejeRedes se entiende como un barco que navega por las aguas de las conexiones humanas. Una característica especial de este barco es que las velas son infladas por el viento (de las leyes de movimiento) de las redes. En la medida que el Articulador y los participantes de la comunidad del barco levantan velas, la navegación toma rumbo sin mediar esfuerzos físicos o mandatos de terceros.

En la cultura colaborativa, el barco avanza gracias a cuatro ejes que hacen que las leyes de las redes generen movimiento:

- En la proa (parte delantera del barco) siempre debe estar la fraternidad (Eros y amor) como punta de lanza, ya que genera que las personas o CLEHES se conecten, acoplen y cohesionen.
- En la popa (parte posterior del barco) el timón siempre debe estar en dirección al propósito. En caso de que se desvíe, el Articulador debe monitorear y regular el movimiento y la dirección.
- En estribor (lado derecho del barco) nos encontramos con la Proacción y emprendimiento, es decir, la capacidad de provocar que las cosas pasen para que otros también participen.
- En babor (lado izquierdo del barco) la humildad y desprendimiento son claves para mantener el equilibrio del estribor.



MODELO CLEHES:

Para poder comprender qué es el trabajo en red colaborativo, tenemos que, en primer lugar, observarnos como seres humanos y, en segundo lugar, preguntarnos cómo nos movemos en red. -

Oswaldo García y Soledad Saavedra han investigado por largos años los elementos claves que explican cómo los seres humanos nos relacionamos y aceptamos.

Han identificado seis características que se resumen en la palabra CLEHES:

Cuerpo + Lenguaje + Emociones + Historia + Eros + Silencio.

El CLEHES (Cuerpo + Lenguaje + Emociones + Historia + Eros + Silencio) es una herramienta similar a un lente que nos permite observarnos, mirar a otros o a las redes de personas que

nos rodean. Es una herramienta gratuita que traemos al aprendizaje de nuestro cuerpo. El CLEHES va operando en la historia conversacionalmente, irrumpiendo en los espacios educacionales formales o lineales, para colocar el eje en lo humano. La primera letra "C" da cuenta del Cuerpo. En este punto aparece la pregunta, por ejemplo: ¿A dónde hemos puesto amorosamente o laboralmente nuestro cuerpo? Es el Cuerpo el que aprende y da cuenta de nuestra historia o construcción de nuestras identidades o micro identidades.

La segunda letra "L" da cuenta del Lenguaje en el sentido de cómo hablamos y cómo escuchamos. No es lo mismo escuchar con eros y sin eros.

La escucha es relevante en el diseño y la capacidad de crear, en las posibilidades de construir realidad, de generar puentes, de aceptar o negarnos a nosotros/as mismos/as o a otros/as, de abrir o cerrar espacios. La escucha es clave en la construcción de conversaciones a través del Lenguaje.

El mayor dolor no es lo inteligente que somos en el viejo paradigma, sino en las incompatibilidades de CLEHES entre los seres humanos o en los procesos de negación de nosotros/as mismos/as o entre las personas (choques eróticos o negación del amor*) El amor se define como la aceptación del otro/a como un legítimo otro/a o de nosotros/as mismos/as.

La tercera letra "E" da cuenta de las Emociones como capacidad de acción. No es lo mismo estar en una situación de buen estado (feliz) o bajo (triste) estado de ánimo ya que condiciona nuestras acciones. Es importante observar el estado de ánimo desde la mañana al anochecer, ya que según las situaciones que vivamos, se modificara nuestro estado de ánimo en relación al CLEHES.

Son importantes las rupturas, los quiebres, etc., que vivimos en el día a día, ya que allí emerge el Eros para reconstruir nuestro CLEHES o el de otros/as.

Las emociones tienen sentido delante de la situación que condiciona el CLEHES. Las situaciones según nuestro observador tendrán diferentes interpretaciones según la persona

o el CLEHES que observa en particular desde su historia, permitiendo modificar las identidades o micro identidades. Diferentes CLEHES o personas observarán o escucharán de forma distinta una misma situación. No es mismo observar desde un enfoque erótico de aceptación a un enfoque de rabia en la negación. Desde la felicidad o tristeza podemos aceptar y desde el miedo o la rabia podemos negar. Es importante educar y observar las emociones.

La cuarta letra "H" referencia la Historia, si observamos la historia en nuestro cuerpo veremos cómo esta ha modificado en el tiempo nuestra identidad. Las situaciones de felicidad o tristeza o rabia o miedo (infancia, adolescencia o adultez) modifican nuestra historia.

(Es importante cambiar los paradigmas para educarnos en torno a cuán cualificados somos en la observación del CLEHES) Vasta tener una mirada u observador distinto de la historia y de las situaciones para movilizarnos de manera diferente en la acción. Es decir, tener un observador distinto de mi CLEHES y de la situación, permite cambiar mi devenir e historia.

La letra "E" se relaciona con el Eros o la capacidad de ternura o de acogida que tengo conmigo mismo/a o con el otro/a. Aquí es donde se condiciona la aceptación o negación. los mayores dolores vienen en lo erótico o amoroso de nuestras vidas (por ejemplo, ruptura de nuestros padres, negación en el lenguaje, negación en el afecto).

Espacios que se han construido desde el eros o amor (aceptación) tiene mayor posibilidad de creatividad y autonomía que los espacios construidos desde la negación que necesitan de jerarquización o que alguien nos dirija. Por eso es importante la educación en el CLEHES para generar autonomía y creatividad.

Otra característica del eros está relacionada a la sensualidad y la capacidad de estar abiertos (nuestro cuerpo) para interactuar con otros/as para crear realidades o situaciones o lo contrario para cerrar o negar situaciones. La última letra "S" da cuenta del silencio o nuestra relación con la espiritualidad, para observarnos íntimamente en nuestros espacios de

aprendizaje.

El CLEHES es una herramienta con seis dimensiones entrelazadas. Sí necesitamos cambiar algo, podemos colocar el observador sobre el CLEHES y por ejemplo usar el lenguaje para transformar la queja en acción (por ejemplo, buscar trabajo). También tenemos que cuidar el uso del silencio, ya que se puede usar como castigo al negar a las personas. El CLEHES nos permite diseñar y transformar las situaciones.

El CLEHES nos permite diseñar y transformar las situaciones. Las diferentes dimensiones del CLEHES están entrelazadas y cuando necesitamos cambiar algo, podemos colocar el observador sobre algunas dimensiones para cambiar nuestro propio CLEHES o el de otras personas. Por ejemplo, transformar la queja en acción.

La célula de las redes.

Cada célula de una red en un CLEHES, que representa al ser humano. Todos los CLEHES son únicos e irrepetibles y las dimensiones de la corporalidad, lenguaje, emociones, historia, eros y silencio configuran el movimiento e identidad de la red o comunidad. La red puede aprender y moverse o pasar de la rigidez a la flexibilidad (y viceversa) si los CLEHES son capaces de adaptarse. En general, la red es rígida cuando un sólo CLEHES centraliza a otros y es flexible cuando los CLEHES se distribuyen en roles y acciones en la Red.

Las situaciones según nuestro observador tendrán diferentes interpretaciones según la persona o el CLEHES que observa desde su historia, permitiendo modificar las identidades o micro identidades. Por lo tanto, diferentes CLEHES o personas conservarán o escucharán de forma distinta una misma situación. No es lo mismo observar desde un enfoque erótico de aceptación que desde la rabia(negación). Desde la felicidad o tristeza podemos aceptar y desde el miedo o la rabia podemos negar. Espacios que se han construido desde el eros o amor(aceptación) tienen mayor posibilidad de creatividad y autonomía que los espacios construidos desde la negación que necesitan jerarquización o que alguien nos dirija. Por eso

es importante la educación en el CLEHES para generar autonomía y creatividad en redes distribuidas y colaborativas de seres humano. La Red difícilmente podría aprender, crear e innovar si no es capaz de observarse a sí misma, entre los CLEHES y el propio observador.

El eros y la Seducción: El pegamento de las redes

Para tejer, desarrollar networking o facilitar el trabajo en red, es requisito básico operar desde el EROS. Soledad Saavedra relaciona dos características que permiten a los seres humanos conectarnos y generar intimidad: la mano y la piel (despiertan el sentido del tacto).

Los seres humanos somos muy vulnerables tanto al momento de nacer (nos tardamos varios años en ser personas autónomas) como el resto de nuestra vida. Esta vulnerabilidad nos hace ser muy abiertos a los demás, ya que nos necesitamos. Desde esa vulnerabilidad es que nace la intimidad como un acto natural de conexión y, por ello, podemos interpretar que los seres humanos por naturaleza conectamos.

Cuando nos cerramos al acto biológico de la intimidad nos olvidamos del Eros que es parte de nuestra naturaleza. Nos cuesta recuperar la intimidad por nuestro ego. La intimidad tiene que ver con aceptar al otro como un legítimo otro. La Falta de intimidad es la negación del otro. Podemos negar a otros CLEHES desde el lenguaje, silencio, cuerpo, etc., Para reconstruir relaciones el CLEHES es también constructor de intimidad a través del EROS y el resto de los elementos (Cuerpo, lenguaje, etc.).

Los seres humanos tenemos la posibilidad, a partir del eros, de construir comunidad. El eros es una conciencia participativa, es decir estoy con otros bajo el placer de conversar y compartir disfrutando. El Eros permite expandir nuestra conciencia y observador para abrirnos a nuevos aprendizajes en una red muy amplia. La construcción de halagos abre mundos entre personas.

Pero también negar, por ejemplo, desde el lenguaje (juicios) o cuerpo (alejarnos) a otras personas, provoca que las relaciones no resulten fluidas y que la red se constriña o se limite el radio de acción. Escuchar y aceptar a otros no necesariamente significa estar de acuerdo. No se trata de cambiar a otros, sino de entender y buscar consensos.

El mayor dolor de las personas en la redes son incompatibilidades de CLEHES entre los seres humanos, que se traducen en procesos de negación de nosotros o entre las personas (negación de amor). Son importantes las rupturas o quiebres que se viven diariamente, ya que desde allí emerge el Eros, tan necesario para reconstruir nuestro CLEHES o el de terceros. No es lo mismo escucharnos desde el Eros que sin él.

El eros se manifiesta en toda su esencia cuando, en su capacidad de seducción logra unir un CLEHES con otro, es decir, cuando se logra configurar una conexión que genera vida en la red. La seducción son todos aquellos lazos invisibles de química y entendimiento que se dan entre las personas. Sin el eros, es probable que la configuración, de redes y comunidades no exista. La seducción es una capacidad innata del ser humano, pero, aun así, se puede aprender y entrenar.

Tejer redes o erotizar comunidades.

Profundizando en el tema del Eros, y conectándolo con el tema de tejer redes, podríamos decir que la estrategia para que las comunidades sobrevivan -desde su condición de sistemas de personas- pasa por la necesidad de “erotizar”. Es decir, que dejen fluir el Eros en la aceptación de las personas más allá de las diferencias en los contenidos (por ejemplo, aceptar a una persona a pesar de las diferencias a la hora de trabajar. Es en ese momento cuando logramos acuerdos para convivir).

De esta forma fluirán los valores básicos que hemos definido desde nuestros sistemas: la libertad, igualdad, y fraternidad. Ello permite obtener comunidades más felices y espacios donde las personas quieren estar. Un estudio de Harvard, por ejemplo, lleva 75 años estudiando a dos grupos de más de 750 personas en Boston, concluye que la salud y el bienestar de las personas tiene relación directa con la calidad y armonía de nuestras convivencias y relaciones sociales.

Redes y Comunidades:

Las redes se definen como sistemas de actividad humana. Asimismo, las redes son acoples de conversaciones entre los actores o CLEHES, entendiendo que el entrelazado entre el lenguaje y las emociones genera mundos a partir del diálogo y la conversación.

Dichas redes de diálogos y conversaciones forman los sistemas de actividad humana, donde el habla y la escucha producen conexiones de ida y vuelta entre nodos humanos. Estas conversaciones no tendrían cabida en las redes si no fuera por las propias historias de los seres humanos. Es a partir de la reflexión de esas historias que podemos generar identidad y micro identidades en las redes. En ocasiones las redes solo fluyen (se enredan) y otras tienen más diseñada su dirección (se tejen).

Por último, esos acoples no podrían realizarse sin la capacidad de seducción y amor. En definitiva, los lazos invisibles resultan de la conversación y convergencia de los nodos (como

un poderoso pegamento social). Las redes se desarrollan desde la escucha y el habla en el Eros. Las conversaciones de una red deben ser seductoras para generar acciones.

Al ser las redes un sistema en sí no tiene mucho sentido para la humanidad funcionar en códigos individuales. Por naturaleza las redes están conformadas por cuerpos conversacionales (emociones + lenguaje) y en consecuencia la red es una sola y se caracteriza por no tener límites.

Cuando hablamos de redes, estamos hablando de una organización con muchas personas en un territorio. Entre todos conectamos y conversamos. Las redes no tienen límites por ende existirán hasta donde lleguen las conversaciones.

La Red es un gran sistema y nos movemos en distintos espacios de acuerdo a los intereses temáticos de la conversación. Estos espacios pueden ser contextualizados como un ecosistema en donde conviven distintos CLEHES con sus respectivas conversaciones, Los principales dominios o espacios donde nos movemos son: familiares, laborales-empresariales o de negocios y sociales de amistad. De esta forma, discurrimos entre conversaciones de carácter familiar, laboral, y de amistad en términos simples. En el día a día nos podemos mover desde el espacio familiar (hogar) pasando por nuestro trabajo (oficina o fábrica) hasta las amistades (club, bar, café, biblioteca, etc.).

BIODANZA Y EL MODELO TEORICO

Biodanza es un sistema de integración humana, renovación orgánica, reeducación afectiva y reaprendizaje de las funciones originarias de vida. Su metodología consiste en inducir vivencias integradoras por medio de la música, del canto, del movimiento y de situaciones de encuentro en grupo (R. Toro, p.p. 39).

En la Biodanza el proceso de integración se realiza mediante el estímulo la función primordial de conexión con la vida, que permite a cada individuo integrarse consigo mismo, con la especie y con el universo.

- La Conexión consigo mismo consiste en rescatar la unidad psicofísica.
- La integración con el semejante consiste en restaurar el vínculo originario con la especie como totalidad biológica; y
- La integración con el universo consiste en rescatar el vínculo primordial que une al hombre con la naturaleza y en reconocerse parte de una totalidad mayor, el cosmos. (R. Toro, p.p.41).

Principio Biocéntrico

El Principio Biocéntrico se inspira en que el universo está organizado en función de la vida. Esto significa que la vida es una condición esencial en la génesis del universo. La vida sería, según este abordaje un proyecto fuerza, que conduce a través de millones de años, la evolución del cosmos.

El Principio Biocéntrico sitúa el respeto por la vida como centro y punto de partida de todas las disciplinas y comportamientos humanos, restablece la noción de la sacralidad de la vida. (R. Toro, pp 74:75).

El Modelo Teórico de Biodanza

El Modelo Teórico de Biodanza ha experimentado modificaciones durante treinta y cinco años de confrontación con la realidad, ha adaptado sus finalidades y enriquecido sus componentes, aunque conservado su estructura original concebida como un sistema de relaciones homeostáticas cerradas, que sin embargo presenta sutiles aperturas a nuevas posibilidades de equilibrio, representado por el contacto interhumano, en un proceso abierto de concreción e integración. Propone la pulsación entre una tensión aferente (centrípeta) acompañada de un aumento de la vivencia de la identidad y de una expansión (centrífuga) acompañada de una vivencia de disolución en la totalidad. Tales aperturas permiten transformaciones discretas, de carácter evolutivo, a partir de una constante reorganización biológica provocadas por vivencias integradoras cuyo soporte es el potencial genético.

El Modelo Teórico de Biodanza se articula a lo largo de dos ejes colocados dentro de una espiral. El eje vertical es estable y el horizontal es pulsante. Ambos ejes son virtuales porque no denotan una trayectoria rígida; estas son proyecciones direccionales. La espiral representa la apertura del modelo a los procesos universales de gestación de la vida. Comienza con la Anábasis y la marcha desde el exterior oceánico universal hacia el borde de los principios de vida cósmica en las afueras del caos. (Biodanza, 2007)

Origen

En 1965, Rolando Toro inicia sus primeras experiencias con danzas para los pacientes de un hospital. Comenzó las primeras experiencias de danza trabajando en el hospital Psiquiátrico de Santiago de Chile. Relata haber experimentado varias técnicas de desarrollo con el objetivo de humanizar la medicina.

“Durante los primeros encuentros observe que algunas músicas tenían el efecto de facilitar estados de trance” (...) “los enfermos, que, por definición, tenían una identidad mal integrada, se disociaban más cuando realizaban ciertos movimientos”. R. Toro.

Su espíritu científico lo llevo a investigar y a experimentar músicas y movimientos que permitían a los pacientes una mayor conexión con la realidad, mejorar la comunicación y también disminuir las alucinaciones. Nace así el primer eje del Modelo Teórico.

“Identidad y trance parecían configurar un constante pulsar. Ciertos ejercicios elevan el sentido de la identidad y conciencia corporal, en tanto otros llevaban a una disminución de la percepción de los límites corporales y al estado de trance.” R. Toro.

IDENTIDAD —————> TRANCE

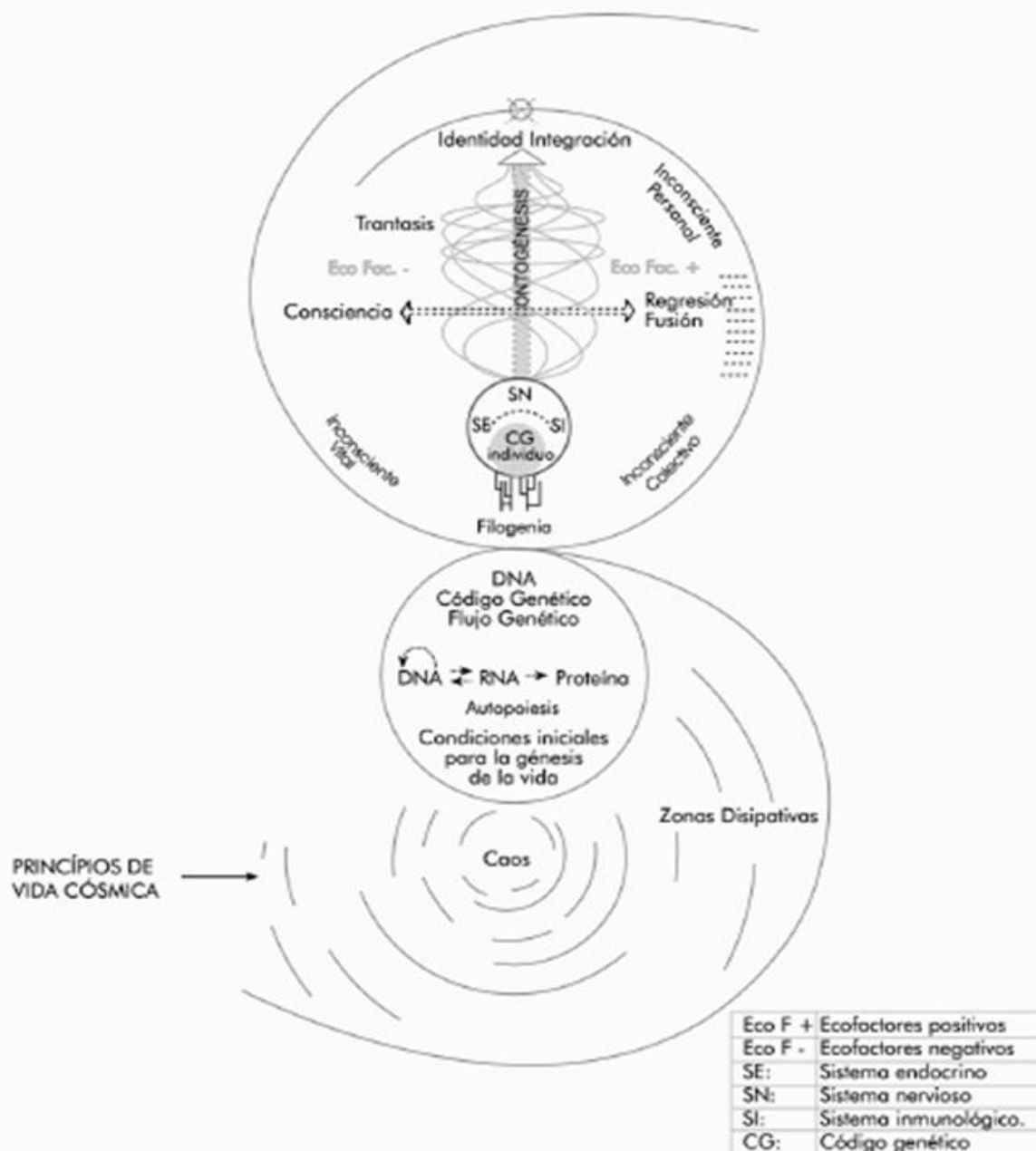
Esta pulsación que va de un lado a otro está relacionada a procesos de autocontrol. Posteriormente el proceso de trance fue sustituido por el concepto de regresión.

IDENTIDAD —————> REGRESION

El modelo de Biodanza, evolutivo y pulsante, tiene como objetivo facilitar la expresión de la identidad. Con el avance de la experimentación nuevos conceptos fueron incrementados. Aparece el eje vertical, con las cinco líneas de vivencia que llamábamos en aquella época “escala de respuestas”, o sea, la expresión de los potenciales a través del comportamiento.

MODELO TEÓRICO DE BIODANZA

ROLANDO TORO



Eje potencial genético-Integración

Deriva de la filogénesis y representa la ontogénesis.

Filogénesis

Historia del desarrollo evolutivo de las especies vivas desde su origen hasta nuestros días. El Modelo Teórico de Biodanza representa el contexto natural de la especie humana, de la cual se deriva la herencia genética del individuo. (Biodanza, 2007).

El potencial genético

Es la base del eje vertical del modelo, que representa la ontogénesis. Conjunto de potencialidades de cada individuo, heredadas genéticamente y que están contenidos en los cromosomas humanos. De las centenas de genes y mini-genes, muchos se manifiestan al encontrar eco factores adecuados, en cuanto otros permanecen en silencio a lo largo de la existencia. (Biodanza, 2007).

Las cinco líneas de vivencia

Las líneas de vivencia están ligadas a principios de vida. Son una expresión del potencial genético. En el Modelo Teórico de Biodanza están representadas como una espiral alrededor del eje vertical y una pulsación entre la conciencia de la identidad y la regresión, rumbo a la Integración existencial.

Vitalidad. Potencial de equilibrio, de homeostasis, de armonía biológica; ímpetu vital, energía que el individuo posee para enfrentar al mundo.,

Afectividad. Capacidad para dar protección; amar; aceptación de la diversidad humana sin discriminación.

Sexualidad. Capacidad de sentir deseo sexual y placer; capacidad de fecundación.

Creatividad. Capacidad de renovación aplicada a la propia vida, de vivir en un mundo en permanente cambio, colocando creatividad en cada acto.

Trascendencia. Capacidad de ir más allá del ego y de identificarse con la totalidad cósmica; capacidad de experimentar los estados de expansión de conciencia. (Biodanza, 2007).

Las Proto vivencias

Experiencias del recién nacido en los seis primeros meses de vida. Son respuestas a estímulos internos y externos. (Biodanza, 2007). Los seis primeros meses de vida son la base para la estructuración psicofísica de la persona, de ahí la importancia de cuidados especiales, principalmente en esta fase. Las Proto vivencias son las raíces de las líneas de vivencia.

Integración

Integración significa coherencia y unidad entre las diferentes funciones orgánicas y psíquicas. La Integración de un sistema es un conjunto de procesos que hacen una correlación de las partes con el todo. Que aseguran la unidad del sistema y que tienden a aumentar su estabilidad. En Biodanza el proceso de Integración se realiza mediante el estímulo a la función primordial, de una conexión con la vida, lo que permite a cada individuo dirigirse con fuerza selectiva, intensa para formas de acción que refuerzan su desarrollo y lo integran consigo mismo, con la especie y con el cosmos.

El continuum identidad-regresión

Sobre el eje horizontal del modelo se encuentra “El continuum identidad-regresión”, que representa la alternancia natural de los estados de conciencia. Los dos polos (de la identidad y de regresión) forman un circuito en perpetuo movimiento que progresa en espiral hacia la Integración.

La identidad

Conjunto de características psicobiológicas que hacen de una persona un ser único e inconfundible. Desde el punto de vista psicológico, la identidad se hace patente a través del otro. La vivencia de identidad surge de la integración afectiva, incluye al otro en el proceso de percepción de sí mismo. (Proyecto Minotauro, 1987).

El trance

Mecanismo psicofisiológico que permite el pasaje de un estado de conciencia ampliada de sí a la regresión, dentro de las cinco líneas de vivencia. Su significado usual es cambio de estado de conciencia.

La conservación de los impulsos primarios y contenidos vivenciales de las fases más arcaicas del desarrollo es un hecho probado reiteradamente por la psicología del inconsciente. Los movimientos e impulsos más primitivos e indiferenciados quedan registrados en la memoria, y en un cierto sentido, en todas las estructuras biológicas.

Definición de Sistema de Biodanza

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

El significado de los términos usados en esta definición está descrito aquí en forma más explícita para su mejor comprensión.

Integración afectiva:

Se trata de reestablecer la unidad perdida entre el hombre y la naturaleza. El núcleo integrador es, según nuestro abordaje, la afectividad que influye sobre los centros reguladores límbico-hipotalámicos, los que, a su vez, influyen sobre los instintos, vivencias y emociones.

Renovación orgánica:

Es la acción sobre la autorregulación orgánica. La renovación orgánica es inducida principalmente mediante estados especiales de trance que activan procesos de reparación celular y regulación global de las funciones biológicas, disminuyendo los factores de desorganización y stress.

Reaprendizaje de las Funciones Originarias de Vida:

Es aprender a vivir a partir de los instintos. El estilo de vida debe tener coherencia con los impulsos primordiales de vida. Los instintos tienen por objeto conservar la vida y permitir su evolución.

CONCEPTOS ESTRUCTURALES DE BIODANZA

Inconsciente Vital:

El Inconsciente Vital es el psiquismo de las células y órganos, significa que las células y los órganos tienen memoria, sistemas de defensa, afinidad y rechazo, solidaridad entre ellas y una riquísima forma de comunicación. Es un verdadero funcionamiento integrado y este psiquismo es quien da origen a los estados de humor.

Este psiquismo no trabaja con ideas ni con imágenes, solo responde a estímulos externos, principalmente internos y respuestas instintivas, defensa inmunitaria y adaptación al medio ambiente.

Considerando los conceptos ya existentes, o sea: el concepto de Inconsciente Personal de Freud y el de Inconsciente Colectivo de Jung, Rolando Toro Araneda propuso el concepto de Inconsciente Vital. Según este concepto los estados de humor están relacionados con la condición de equilibrio, vitalidad y salud del organismo.

Principio Biocéntrico:

El Principio Biocéntrico se inspira en la intuición del universo organizado en función de la vida y consiste en una propuesta de reformulación de nuestros valores culturales que toma como referencia el respeto por la vida.

El principio Biocéntrico, propone la potencialización de la vida y la expresión de sus poderes evolutivos. Biodanza es, desde este punto de vista, una poética de lo viviente, fundada en las leyes universales que conserva y permite la evolución de la vida. Todas las acciones de Biodanza se orientan en resonancia con el fenómeno profundo y conmovedor de la vida.

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

Participamos del pensamiento visionario de Alberto Schweitzer: “meditando sobre la vida, siento la obligación de respetar cualquier voluntad de vida a mi alrededor, por ser igual a la mía”.

La idea fundamental del bien es, pues, que éste consiste en preservar la vida, en favorecerla, en conducirla a su valor más alto; y que el mal consiste en aniquilar la vida, lastimarla, poner trabas a su florecimiento.

Vivencia:

La Vivencia es el elemento operativo esencial del Sistema Biodanza.

La inducción de vivencias constituye la base del método de Biodanza.

Los ejercicios de Biodanza estimulan el inconsciente vital y la expresión de los potenciales humanos a través de la deflagración de vivencias.

La inducción frecuente de determinados tipos de vivencias, reorganizan las respuestas frente a la vida. La acción reguladora de los ejercicios no se ejerce sobre el córtex cerebral voluntario sino sobre la región límbico-hipotalámica, centro regulador de las emociones.

He clasificado las vivencias en cinco grandes conjuntos expresivos del potencial humano. Los ejercicios están seleccionados para estimular la producción de vivencias específicas dentro de esos cinco conjuntos de potencial y constituyen. Las "líneas de vivencia".

Cinco Líneas De Vivencia

- 1- Vivencias de Vitalidad: El desarrollo de la línea de vitalidad se genera estimulando, mediante las danzas, el sistema neurovegetativas (simpático-parasimpático), la homeostasis (equilibrio interno que se conserva a pesar de los cambios externos), el instinto de conservación (lucha y fuga), la energía para la acción y la resistencia inmunológica. Básicamente los ejercicios de vitalidad movilizan el "Inconsciente Vital" que constituye el fondo Endo tímico, el humor, y los estados de ánimo.
- 2- Vivencias de Sexualidad: Los ejercicios estimulan los movimientos y sensaciones relacionadas con el erotismo, la identidad sexual y la función del orgasmo. Estos ejercicios permiten el despertar de las fuentes del deseo y superar la represión sexual.

3- Vivencias de Creatividad: Se estimulan los impulsos expresivos y de innovación, la capacidad de crear danzas, la creatividad existencial y artística.

4- Vivencias de Afectividad: Ceremonias de encuentro, rituales de vínculo y danzas de solidaridad, permiten una reeducación afectiva y el acceso a la amistad y al amor.

5- Vivencias de Trascendencia: Las danzas en la naturaleza, los ejercicios en el agua, las danzas de los Cuatro Elementos vinculan a los participantes de Biodanza con la armonía universal, despiertan la actitud ecológica y el acceso a la conciencia cósmica.

Las cinco líneas de vivencia se relacionan entre sí y se potencian recíprocamente.

En los cursos de Biodanza se desarrollan las cinco líneas de vivencia en forma combinada.

Psicofísica:

Todo el proceso de cambio debe involucrar el cuerpo en sus diversos niveles: neurológico, endocrino, inmunológico y emocional.

El tradicional método de hacer conscientes los conflictos inconscientes para curar los trastornos psicológicos se ha demostrado insuficiente.

El cerebro, la mente, el cuerpo son una sola unidad impensables separadamente. La mente está en cada célula del cuerpo.

Las vivencias de alegría, placer, erotismo alcanzan la totalidad del organismo y tienen efecto integrativo. El método de Biodanza es vivencial y uno de sus objetivos prioritarios es la superación de disociaciones.

El Grupo:

El grupo es esencial en el proceso de cambio porque induce nuevas formas de comunicación y vínculo afectivo.

El grupo es una matriz de renacimiento en el que cada participante encuentra continente afectivo y permiso para el cambio.

Durante un siglo la psicoterapia ha concentrado interés en el individuo como ser aislado.

Hoy día sabemos que no existe la posibilidad de una evolución solitaria.

Martín Buber, Pichón Riviere, James Hilman y Kenneth J. Gergen han comenzado la búsqueda del hombre como ser relacional.

Ha nacido el hombre ecológico.

La presencia del semejante modifica el funcionamiento de las personas en todos sus niveles orgánicos y existenciales.

Grupos específicos:

Biodanza puede aplicarse a grupos específicos con características semejantes tales como:

- * Niños, adolescentes, adultos, ancianos;
- * Mujeres grávidas;
- * Familias (participación de los padres, hijos, tíos, abuelos, primos, etc.).
- * Personas normales con dificultad para establecer vínculos profundos: inseguridad, estados depresivos, angustia, desconfianza, hostilidad, egocentrismo, carencia afectiva, falta de ímpetu vital, stress, ausencia de motivaciones para vivir.

- * Grupos especiales de rehabilitación existencial, enfermos mentales, hipertensos, enfermos de morbo de Parkinson, etc.

La diversidad de problemas y cuadros clínicos que Biodanza ayuda a resolver se debe a que este sistema activa funciones generales tales como la expresión de la identidad, la comunicación afectiva y las funciones integrativas del organismo.

El Poder Deflagrador de la Música (Semántica Musical):

La música es el instrumento de mediación entre la emoción y el movimiento corporal.

La música es un lenguaje universal accesible a niños y adultos de cualquier época y región. Su influencia va directamente a la emoción sin pasar por los filtros analíticos del pensamiento.

La identidad es permeable a la música y por lo mismo puede expresarse a través de esta.

La música estimula la danza expresiva, la comunicación afectiva y la vivencia de sí mismo.

El órgano para sentir la música no es el oído sino el cuerpo.

La Caricia:

La caricia es uno de los instrumentos fundamentales de Biodanza.

La caricia induce cambios funcionales a nivel orgánico y existencial.

La caricia despierta la fuente del deseo y expresa la identidad.

Las motivaciones existenciales se enriquecen por la fuerza del eros y el deseo de amor.

El desenvolvimiento del erotismo es esencial en el proceso de cambio.

TABLA EJERCICIOS DE BIODANZA Y SUS EFECTOS.

EJERCICIOS DE BIODANZA	EFECTO
<p>1) Ejercicios que facilitan procesos integrativos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Integración motora, - Integración afectivo-motora, - Integración sensitivo-motora, - Regulación neuro-vegetativa. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inhibición temporal de la actividad del córtex, 2. Activación de sistemas autorreguladores (simpático-parasimpático), Elevación de los umbrales de excitación del hipotálamo.
<p>2) Ejercicios de expresión de potenciales genéticos</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Expresión de la identidad.
<p>3) Ejercicios de creatividad</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrollo de la creatividad existencial, 2. Creatividad artística.
<p>4) Regulación orgánica</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Restauración de patrones de respuestas fisiológicas no alienados, 2. Renovación biología (alteraciones metabólicas y endocrinas), 3. Experiencia de renacimiento, 4. Reparentalización (modificación de los patrones de respuestas adquiridos durante la infancia).

<p>5) Ejercicios de comunicación y encuentro</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Retribalización (reintegración al grupo social), 2. Humanización (reintegración a la especie), 3. Integración ecológica (sensibilización al medio ambiente), 4. Integración afectiva (identificado como el semejante). 5. Patrón de encuentro en feed-back.
<p>6) Caricias y danzas de amor</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Restauración de la función de contacto, 2. Erogenización y activación de la libido, 3. Disminución de los niveles de represión sexual, 4. Nuevos patrones de acariciamiento y ajuste corporal.
<p>7) Inducción de vivencias integradoras dentro de cinco líneas de vivencia</p>	<p>Producción de eco factores para la expresión de potencialidades en torno al proyecto existencial.</p>
<p>8) Ejercicios de trascendencia y éxtasis</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Elevación del nivel de conciencia, 2. Experiencia de éxtasis y íntasis, 3. Desarrollo de la conciencia ética.

LA BIODANZA Y SU APORTE AL DESARROLLO DEL TRABAJO COLABORATIVO.

Luego de haber presentado los fundamentos y /o antecedentes de la metodología Tejeredes para trabajo colaborativo y del sistema de biodanza. En esta etapa analizaré y compararé la metodología tejeredes desde su modelo CLEHES con el Sistema de Biodanza SRT, desde la perspectiva de su fundamento teórico y mecanismos de acción y que hacen que la Biodanza sea un recurso que puede utilizarse para afectar el CLEHES y movilizarlo para el trabajo colaborativo.

CUADRO COMPARATIVO DE BIODANZA Y METODOLOGÍA TEJEREDES.

MODELO CLEHES	Sistema Biodanza (S.R.T)	Aplica
C: CUERPO, como herramienta de aprendizaje y da cuenta de nuestra historia y construcción de identidades.	El modelo de Biodanza, evolutivo y pulsante, tiene como objetivo facilitar la expresión de la identidad. La danza es una de las condiciones innatas del ser humano. El primer conocimiento del mundo anterior a la palabra es el conocimiento a través del movimiento. En un sentido originario, la danza es un movimiento que surge de lo profundo del ser humano. La propuesta de Rolando Toro no consiste solo en bailar sino en realizar ejercicios específicos, inspirados en el significado primordial de la danza, estructurados a partir de gestos naturales del ser humano cuyo fin es activar las potencialidades afectivas que nos conectan con nosotros mismos, con el semejante y con la naturaleza. Extraído del capítulo I: La Biodanza, Págs. 28,29,36,37. Libro la Biodanza, Rolando Toro.	✓

	<p>La vivencia como método: En la teoría de la biodanza, se ha redefinido el concepto de vivencia como experiencia vivida con gran intensidad por un individuo en el momento presente, que compromete la cenestesia, las funciones viscerales y emocionales. La vivencia entre sus características relativas a lo corporal se encuentra la dimensión cenestésica, ya que la vivencia se acompaña siempre de sensaciones cenestésicas y compromete a todo el organismo. Según hipótesis de Rolando Toro ese es el camino de acceso al inconsciente vital.</p> <p>Otra característica relacionada a lo corporal es la Dimensión psicósomática de la vivencia: La vivencia es el punto de conjunción de la unidad psicósomática, el cual está en relación con el proceso de transmutación de lo psíquico en orgánico y de lo orgánico en psíquico. Existen vivencias que producen desorganización y como consecuencia, trastornos a nivel orgánico o psíquico; por el contrario, existen vivencias de integración que favorecen una elevación del grado de salud y de vitalidad. Extraído del capítulo I: La Biodanza, Págs. 28,29,36,37. Libro la Biodanza, Rolando Toro.</p> <p>Otro concepto interesante de explorar es el concepto de Inconsciente Vital propuesto por Rolando Toro como la cognición celular, que crea regularidades y tiende a mantener funciones</p>	
--	--	--

	<p>estables. Sus manifestaciones en el escenario de la conciencia cotidiana son: el humor endógeno y el estado cenestésico de bienestar o malestar. La importancia de este concepto proviene de la posibilidad de influir en la fisiogénesis de nuestra existencia, con objetivos de salud. El concepto de inconsciente vital permite comprender con profundidad el principio biocéntrico como “tendencia” cósmica que genera vida. El inconsciente vital está en sintonía con la esencia viviente del universo. Cuando esta sintonía se perturba, se inicia la enfermedad. El acto de curación será comprendido, entonces, como un movimiento para recuperar esa sintonía vital.</p> <p>La biodanza trabaja con el inconsciente vital. La vivencia es la vía directa al inconsciente vital. Extraído de apuntes Escuela de international biocentric foundation Sistema Rolando Toro; Inconsciente Vital y principio Biocéntrico, Copyright Rolando Toro Araneda.</p>	
<p>L: Lenguaje; El lenguaje y la escucha son relevantes en el diseño y la capacidad de crear, es abrir o cerrar espacios, la escucha en clave en la</p>	<p>En la biodanza existe un espacio de relato de vivencia, donde se reflexiona y procesa la sesión anterior en forma grupal, donde se practica la escucha y se le da espacio a la conversación grupal.</p> <p>Así también el lenguaje construye realidades al utilizar consignas para dirigir, enfocar, explicar,</p>	<p>✓</p>

<p>construcción de las conversaciones.</p>	<p>inspirar a los participantes para la realización de los ejercicios de biodanzas. mediante las consignas previas a cada ejercicio el facilitador utiliza. Debemos considerar que el lenguaje sólo se ocupa por el facilitador durante la sesión de biodanza.</p>	
<p>E: Emociones da cuenta de la capacidad de acción. Es importante observar nuestros estados de ánimo ya que condicionarán nuestras acciones, es importante educar y observar las emociones.</p>	<p>A través de las distintas líneas de vivencia: vitalidad, creatividad, afectividad, sexualidad y trascendencia, la biodanza nos ayuda a equilibrar y armonizar las emociones y potencia especialmente las que dan un impulso positivo hacia la vida. En la biodanza se utiliza la metodología vivencial, lenguaje gestual y emocional, donde la repetición de nuevas vivencias regulares dentro del grupo producen cambios de vivencias negativas previas o inexistentes por otras de aceptación, respeto, valoración, reconocimiento, unión, afectividad, alegría, y validación de la expresión. (fuente: Pilar Peña, www.pilarbiodanza.com.)</p> <p>La biodanza se basa en la vertiente donde se va desde las emociones a los significados, esto a través de la vivencia la que generalmente da origen a las emociones. Extraído el capítulo I: La Biodanza. Pag 34.</p> <p>En general una de las primeras consecuencias de la práctica de biodanza, es la recuperación de la alegría de vivir. Además de conectar con las emociones que están pulsando en el momento de la vivencia, variando desde la emoción intensa, expresión de la alegría y de la tristeza entre otros, la cuales se</p>	<p>✓</p>

	<p>deflagran a través del poder de la música y de los ejercicios y el grupo, una reeducación afectiva.</p> <p>La presencia de otro dentro del grupo de biodanza, entrega la oportunidad de observación y autoconocimiento a través del espejo de los otros.</p>	
<p>H: Hace referencia a la Historia, Si observamos las historias en nuestro cuerpo veremos cómo se ha modificado el tiempo nuestra identidad. Las situaciones de felicidad, tristeza, rabia o miedo modifican nuestra historia. Basta tener una mirada distinta de la historia y de las situaciones para movilizarlos de manera diferente en la acción. Es decir, tener un observador distinto de mi CLEHES y de la situación, permite cambiar mi devenir e historia.</p>	<p>Mediante la biodanza se pueden reeditar experiencias a través de las diversas líneas de vivencia: afectividad, creatividad, vitalidad, sexualidad y trascendencia, cada una de ellas nos da la oportunidad de experimentar ya sea experiencias que no hemos vivido o reeditar otras de manera nutritiva en un ambiente afectivo grupal, esto produce cambios transformacionales respecto a cómo vemos el mundo, cómo nos observamos y vivimos desde nosotros mismos y el otro.</p> <p>Algunos ejemplos puntuales:</p> <p>Re-parentalización: Concepto que se trabaja en sesiones de biodanza para reeditar experiencias relacionadas con nuestro nacimiento o con la infancia (proto vivencias), a través de vivencias (práctica corporal de intensidad en el presente) donde se reeditan (vivirlas y resignificarlas nuevamente) dichas experiencias en un ambiente de eco-factores positivos producen una resignificación positiva de dichas experiencias primarias.</p> <p>Vivencias primarias de Juego: A través de la biodanza podemos conectarnos con el niño que fuimos a través del juego.</p>	<p>✓</p>

<p>La letra “E” se relaciona con el Eros o la capacidad de ternura o de acogida que tengo conmigo mismo o con el otro. Aquí condiciona la aceptación o negación. Los mayores dolores vienen en lo erótico o amoroso de nuestras vidas (ejemplos: ruptura de nuestros padres, negación en el lenguaje, negación en el afecto). Otra característica está relacionada a la sensualidad y la capacidad de estar abiertos (nuestro cuerpo) para interactuar con otros y crear realidades o situaciones. También se puede dar el caso contrario, es decir negar o cerrar situaciones.</p>	<p>La práctica de biodanza se define como un sistema de integración humana, de renovación orgánica, de reeducación afectiva y reaprendizaje de las funciones originarias de la vida. El sistema de biodanza es un sistema abierto a la comunidad, implica formas de vínculo con el mundo externo que se caracterizan por la tolerancia respecto a la diversidad, incluye entonces la humanidad como tal, sin discriminación de raza, sexo, edad, estado de salud, cultura o disponibilidad de medios económicos.</p> <p>En la biodanza el proceso de integración se realiza mediante el estímulo de la función primordial de conexión con la vida, que permite a cada individuo integrarse consigo mismo, con la especie y con el universo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • La integración consigo mismo consiste en rescatar la unidad sicofísica. • La integración con el semejante consiste en restaurar el vínculo originario con la especie como totalidad biológica; y • La integración con el universo consiste en rescatar el vínculo primordial que une el hombre con la naturaleza y en reconocerse parte de una totalidad mayor, el cosmos. <p>Capítulo I: La Biodanza de Libro la Biodanza, Rolando Toro, Págs. 39. 40.</p>	
---	---	--

	<p>Sobre el abordaje de la línea de afectividad de la biodanza: La génesis biológica de la afectividad está en relación con el instinto de solidaridad dentro de la especie: los impulsos gregarios, las tendencias altruistas y los rituales de vinculación. La afectividad es un estado de afinidad profunda hacia los otros seres humanos, capaz de originar sentimientos de amor, amistad, altruismo, maternidad, paternidad, solidaridad. Sentimientos opuestos (ira, celos, envidia e inseguridad) pueden considerarse componentes del complejo fenómeno de la afectividad. A través de la afectividad nosotros nos identificamos con otras personas y somos capaces de comprenderlas, amarlas, protegerlas o también, al contrario, de rechazarlas y agredirlas. La línea de la afectividad tiene en Biodanza su expresión privilegiada en el amor. En opinión de Rolando Toro, “la afectividad no es solamente expresión de un sentimiento individual o una forma sutil de comunicación, sino también la manifestación de mensajes relacionales preexistentes en cada uno de nosotros que predisponen los vínculos afectivos entre los seres humanos, estamos en efecto unidos por múltiples canales de conexión, de los cuales no estamos conscientes. Esta hipótesis fue inspirada en algunos estudios como:</p>	
--	--	--

- El diálogo psicotónico de Julius Fast, quién ha demostrado, colocando sensores de tensión muscular en el cuerpo de dos personas, que la sola cercanía entre ella cambiaba los niveles de tensión; esto significa que cada uno tiene, respecto al otro, el efecto de relajar o de aumentar la tensión; y
- Estudios tomográficos realizados sobre parejas durante el beso, caricias o el acto sexual, han evidenciado cambios a todos los niveles neurofisiológicos: alteraciones en el equilibrio neurovegetativo, de los niveles de secreción endocrina, y de la acción de los neurotransmisores, modificaciones del metabolismo celular y repercusiones sobre las defensas inmunitarias.

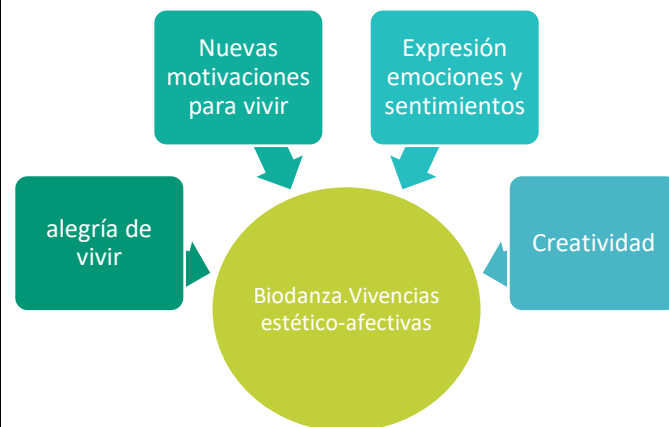
“Puedo sugerir que la percepción del otro provoca respuestas que abrazan la totalidad del organismo, no solo las emociones. Los seres humanos son “órganos receptores y emisores de afectividad”.

“Capítulo VII: EL Eje potencial Genético de Libro la Biodanza, Rolando Toro, Págs. 140 - 142.

Modelo de encuentro:

La biodanza es una poética del encuentro humano una ceremonia del encantamiento. En el abrazo, la energía afectiva que cada uno aporta se multiplica en forma exponencial y cambia la cualidad e intensidad de la energía inicial. El encuentro humano es un acto de sensibilización de las funciones expresivas y de comunicación, que pone en acción los circuitos de vínculo en Feed-Back. Debemos comprender que el encuentro humano es una ceremonia sagrada de expansión de conciencia.

Afectividad en biodanza



Afectividad y autoregulación.

Los procesos de represión afectiva de origen cultural inducen sufrimiento y perturban gravemente la autoregulación orgánica. Muchas enfermedades tienen su origen en la represión y carencia afectiva.

Los procesos de liberación inducidos por la biodanza generan plenitud existencial y salud.

Factores que integran la afectividad.



Apunte modulo afectividad Curso formación para Profesores de Biodanza, Pág. 15 y 18.

Contacto y caricias en el modelo de la biodanza:

El contacto y las caricias producen efectos emocionales y viscerales sobre nuestro cuerpo. Desde el punto de vista psicológico, las caricias reducen la represión sexual y la tendencia al autoritarismo, facilitan la integración de la identidad e inducen a un aumento de la autoestima.

En efecto, cuando una persona se siente amada y acariciada por otra, refuerza su sentimiento de autoestima y valoriza el propio cuerpo como algo placentero, capaz de suscitar deseo y donar placer. Bajo el aspecto orgánico son activados, junto a estas reacciones, una serie de procesos neuroendocrinos que elevan el tono vital: numerosas investigaciones demuestran que las caricias estimulan la producción de hormonas que refuerzan el sistema inmunitario y contribuyen además a la regulación de la tasa de hormonas sexuales y a la maduración de la sexualidad en general. La relación con nuestro cuerpo está condicionada por el contacto con el otro: vivimos nuestra corporeidad cuando acariciamos y somos acariciados. En biodanza consideramos la función de contacto como terapéutica, porque éste puede disolver las tensiones musculares crónicas. Además, la caricia activa, moviliza, transforma y refuerza nuestra identidad que se proyecta en la piel y que, junto a la musculatura, representa nuestro límite corporal. Si esta último es insensible, nuestra verdadera identidad resulta alterada, ocultada o “encarcelada”. Si la musculatura y la piel forman un “continente” genuino, podemos establecer vínculos auténticos con las otras personas y con el universo. El amor de pareja es el encuentro de dos identidades que crean y habitan, a través de las caricias, un único

	<p>continente. Los trastornos de la identidad son, en realidad, los esfuerzos errados por mantener un continente que no nos contiene; se trata simplemente del intento de reforzar una coraza ya rígida, En biodanza, mediante las vivencias de contacto afectivo, movilizamos el continente de nuestra identidad, lo volvemos evanescente y osmótico para que esta coraza se transforme progresivamente, haciéndose más adaptable. La piel, por lo tanto, no sirve solamente para separarnos y protegernos, <u>sino también para unirnos a los otros</u>, para fundirnos con lo que nos rodea.</p> <p>Es importante comprender que el contacto mecánico, de por sí, no es terapéutico. El contacto debe darse dentro de un proceso progresivo de comunicación afectiva y de empatía y alcanzar la cualidad de la caricia. En la biodanza, las vivencias de contacto afectivo durante un leve estado de trance permiten a los participantes a reaprender el Eros primordial, y sensibilizarse a la propia capacidad de acariciar y de ser acariciados.</p>	
<p>S: Silencio o nuestra relación con la espiritualidad para observarnos íntimamente en nuestro espacio de aprendizaje.</p>	<p>La biodanza trabaja el silencio en términos de que durante la vivencia no se utiliza el lenguaje verbal, trabajando desde el inconsciente vital.</p> <p>El modelo de la biodanza trabaja de la pulsación entre la identidad y el trance.</p> <p>Una de las líneas de trabajo de la biodanza es la trascendencia. En biodanza el concepto de trascendencia se refiere a la función del ser humano</p>	

	<p>de la vinculación esencial con todo lo existente: Seres humanos, animales, vegetales, minerales, en síntesis, con la totalidad cósmica. Trascender es “superar un límite”</p> <p>En biodanza, el concepto de trascendencia se refiere a superar la fuerza del ego e ir “más allá” de la autopercepción, para identificarse con la unidad de la naturaleza y con la esencia de las personas. Quien no puede abandonar la conciencia de sí mismo, no tiene posibilidad de ingresar a la experiencia trascendente.</p> <p>Los efectos de Biodanza en la línea de trascendencia arrojan mucha luz sobre la “experiencia de la totalidad”. El sentimiento de íntima vinculación con la naturaleza y con el prójimo es una experiencia máxima que se tiene rara vez en la vida. Experimentarla una sola vez permite iniciar un cambio en la actitud frente a sí mismo y frente a los demás.</p> <p>Concepto de trance: proviene del término <i>transir</i> (transitar, transportarse, pasar de un estado a otros). Su significado usual es “cambio de estado conciencia”. La biodanza induce sólo trances integradores. Se pasa siempre a un estado de conciencia superior. El trance, en Biodanza, permite al individuo abandonar su identidad, dejándose disolver en el grupo para integrarse en la unidad más amplia e indiferenciada. La piel ya no cumple sólo la función de separar, sino que realiza también la de</p>	
--	--	--

	<p>unir. La vivencia que el individuo tiene al salir del trance es de profunda vinculación consigo mismo, con los otros y con el cosmos. Esta experiencia trae consigo un sentimiento de esplendor y plenitud, de inmensa felicidad y bienestar corporal. Concepto de trascendencia, página 3,4, cuadernillo trascendencia de Escuela.</p>	

CONCLUSIONES:

Luego de revisar los antecedentes del modelo teórico de biodanza , podemos concluir que el sistema de biodanza S.R.T , es una herramienta de gran valor y de potente transformación para utilizarla en procesos donde se quiera desarrollar una cultura colaborativa, pudiendo ser usada en una intervención puntual o intervenciones sistémicas y de mediano plazo, la biodanza ofrece múltiples posibilidades de regeneración de tejido social en la creación de nuevas redes o el fortalecimiento de las ya existentes, trayendo la afectividad y el eros para la recuperación del placer de estar juntos, como pegamento para la transformación de un modelo individualista y competitivo, a uno colaborativo y grupal. En este trabajo hemos comparado cómo la biodanza trabaja con el modelo CLEHES propuesto por la metodología tejeredes para el desarrollo de trabajo colaborativo, donde punto a punto del modelo fuimos encontrando las resonancias y concordancias entre los dos modelos, pudiendo la biodanza trabajar desde el CLEHES con una afinidad perfecta para los propósitos del trabajo colaborativo.

Además, durante mi trabajo con metodologías colaborativas donde he utilizado biodanza, ha producido una gran cohesión grupal que perdura posterior a los encuentros y donde ha conectado a las personas participantes con sus emociones, con el otro y con la afectividad desde la mirada de la formación de redes de trabajo común. Experiencias realizadas en laboratorio LABS TEJEREDES BARCELONA, LABS TEJEREDES VALPARAÍSO, LABS Cocreando desde el corazón Santiago (Talleres vivenciales de trabajo colaborativo) me dieron una perspectiva de lo potente que era la biodanza cuando es dirigida a fortalecer y /o desarrollar el trabajo colaborativo, a través de la conexión con la afectividad grupal y la alegría de vivir, la expresión de la identidad, la conexión con el propósito. Entre los variados objetivos que se puede utilizar la biodanza para el trabajo colaborativo se encuentran: Fortalecer la confianza individual y grupal, desarrollar la creatividad, conectar con el propósito de vida y el propósito de las organizaciones, conectar con el autocuidado y con el cuidado del otro, conectar con el otro y con el grupo, conectar con el sentido gregario, facilitar un espacio de contención físico y grupal para las emociones y las personas, generando un espacio contenedor el cual es crucial cuando queremos generar trabajo colaborativo.

En la práctica de la biodanza durante los talleres, la mayoría de los participantes siempre manifestaron su gran alegría y agradecimiento de poder vivenciar la sesión de biodanza en todas las

oportunidades, algunos incluso comenzaron a practicarla e inclusive incluyeron a la biodanza para llevarlas a sus prácticas y o talleres.

La biodanza posee contundentes fundamentos que sustentan su uso como una herramienta palanca para generar y catalizar cambios en las personas que pertenecen a un grupo que quiera realizar una iniciativa o proyecto, como parte de una práctica para mantener la llama de la colaboración afectuosa, placentera y de además incentivar la creatividad de forma grupal en un proceso dirigido a la construcción de propósitos comunes. Rolando Toro propone que: “El próximo salto evolutivo de la especie humana será el despertar de la conciencia colectiva, vale decir el empalme de los circuitos ecológicos entre los miembros de nuestra especie. Donde la finalidad es arribar a ese estado de plenitud en que cada individuo se dirige, con intensa magnética fuerza selectiva, hacia formas de acción que refuercen su desenvolvimiento, que lo integren a sí mismo, a la especie y al cosmos”. Todas estas afirmaciones son de plena resonancia con lo modelos que abordan el desarrollo de la colaboración como modelo de proyectos que aporten al bien común (innovación social).

Utilizar la vivencia y al cuerpo como puertas de acceso para sentir al otro, para mirarnos de igual a igual, desafiando al ego, a dejar de ocupar el lugar tan relevante en cual lo hemos situado , nos entrega la oportunidad de movernos desde el ego al Eco, donde desde ese lugar nos ofrece múltiples nuevas posibilidades de co-creación y de desenvolvimiento de la inteligencia colectiva puesta al servicio de la humanidad, volviendo a sentirnos a través de la afectividad, la presencia y el corazón para alcanzar mejores estados de desarrollo en la sociedad, conectándonos uno con el otro, y con el todo en un sentido ecológico de desarrollo, no excluyente, integrador y amoroso , como campo fértil para sembrar las semillas que plantaran un futuro para una sociedad abierta y ecológica.

BIBLIOGRAFÍA.

- 1.- Biodanza, Rolando Toro, 3 ° Edición, mayo 2009.
- 2.- Cuadernillos de módulos de Escuela.
- 3.- Libro tejeredes, Trabajo en red y sistemas de articulación colaborativos, Cristián Figueroa LLambias, Edición septiembre 2016, Madrid/ Santiago de Chile.
- 4.- Manual de Conceptos N°1 Tejeredes, Metodologías y prácticas, www.tejereredes.net
- 5.- Extracción de audios de videos de YouTube de Rolando Toro.
- 6.- Teoría U, liderando desde el futuro que emerge, Otto Scharmer, www.presencing.org.

ANEXOS FOTOGRÁFICOS

CLASE BIODANZA LABORATORIO COCREANDO DESDE EL CORAZÓN, SANTIAGO, MARZO 2019.

Objetivo: Conectar con el propósito personal y el propósito de la organización para la generación de proyectos colaborativos en la cultura.









CLASE BIODANZA LABORATORIO VALPARAÍSO TEJEREDESLAB. ENERO 2019

Objetivo: Conectar entre las personas e incentivar el trabajo en red y generación de comunidad tejeredes.





LABORATORIO TEJEREDES BARCELONA, OCTUBRE 2018.

Objetivo: Realizar cierre de taller para conectarse con el propósito común y la conexión grupal, conexión corporal. Generar redes.





