



INTERNATIONAL BIOCENTRIC FOUNDATION

ESCUELA VENEZOLANA DE BIODANZA DEL SOL DE MARACAIBO

TESIS PARA OBTENER TÍTULO DE PROFESOR DE BIODANZA

“LA ÉTICA DESDE LA MIRADA DEL SISTEMA BIODANZA”

**JOHN BODDEN MÉNDEZ
PATRICIA MOLARO TOPPAZZINI
BEATRIZ MORILLO DÍAZ**

**PROFESORA SUPERVISORA: MARÍA MARINARO COLONNA
DIRECTORA DE ESCUELA: MARÍA GRACIA PARRA PIRELA**

NOVIEMBRE 2016

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos primeramente a Dios, por permitirnos ser un milagro de vida y vivir esta experiencia de transformación humana.

Agradecemos a Rolando Toro Araneda un visionario sensible, que supo ver más allá de lo aparente, comprender la profundidad de la vida con sencillez, desarrollar y compartir el Sistema Biodanza con la humanidad para un mundo pleno y feliz, nuestra honra maestro.

Agradecemos a nuestra Directora de Escuela: María Gracia Parra Pirela, mujer, maestra, amiga, ejemplo de amor incondicional para sus alumnos, creativa e incansable, ejemplo de evolución constante, gracias por creer en nosotros.

Agradecemos a nuestra Directora Académica: María Marinaro, mujer auténtica, de sabiduría y lucidez excepcional, gracias por todo el apoyo delicado y profesional, por cada palabra de aliento que es amor puro derramado en nosotros.

Agradecemos a nuestra primera Directora Académica: María Julia Sánchez, energía femenina de todas las diosas juntas, fuerza que cobija y nutre, gracias por tu sensibilidad y apoyo.

Agradecemos a todos nuestros Didactas nacionales e internacionales que son maestros amorosos de buenas nuevas, cada uno esculpió con su identidad del Sistema Biodanza en nosotros.

Agradecemos a nuestro grupo de escuela, útero cósmico de amor, compañerismo, vinculación, apoyo, aprendizaje, disfrute, amistad, cada uno de ustedes nos ha nutrido con su presencia, con sus miradas, con sus abrazos, con su amor incondicional.

Agradecemos a cada uno de los Facilitadores y Didactas: Berta García, Raúl Terrén, María Julia Sánchez, Marianela Van Grieken, María Elena Lampo, Florelena Perez, Dadaly Galicia, Yvis Galvis, María Eugenia Pardo, Mary Carmen García, Carmen Pimentel, Norey Escalona que nos apoyaron, contribuyendo con sus sentires y vivencias sobre el tema de Ética. Vaya para todos ellos nuestra honra.

Y muy especialmente nos agradecemos como grupo de tesis, útero especialísimo y único. Vivencia pura desde la identidad, desde el pulsar, desde la creatividad y sin duda desde la autenticidad y el amor indiferenciado.

Gracias, gracias, gracias...!!

CONTENIDO

1.- Antecedentes Históricos sobre Ética.

1.1.- Ética.

1.2.- Diferencia entre Ética y Moral.

2.- Sistema Biodanza, Fundamentos para la Ética.

2.1.- El inicio de la Ética, carta de Rolando Toro Araneda.

2.2.- Biodanza y Modelo Teórico.

2.3.- Inconsciente Vital y Principio Biocéntrico.

2.3.- Vivencia, proceso alquímico.

2.4.- Identidad.

2.5.- Inteligencia Afectiva.

3.- Ética y Biodanza, Sistemas que confluyen.

3.1.- Principio Biocéntrico como la Ética del Amor a la Vida.

3.2.- Importancia de la Ética en los tiempos actuales: Cultura Escindida y Cultura Biocéntrica.

3.3.- Ética y Estética.

4.- Preguntas abiertas a Didactas y Facilitadores sobre la Ética bajo la mirada del Sistema Biodanza.

4.1.- Preguntas reflexivas: Legado de la ética vivenciada.

4.2.- Resultados y Conclusiones: Lineamientos para una aproximación a la Ética en el Sistema Biodanza.

4.2.- Observaciones para accionar.

5.- Nuestras Vivencias, Ética y Vida.

Bibliografía

1.- Antecedentes Históricos sobre Ética

1.1.- Ética

Iniciar este trabajo, referente a la Ética, ha significado todo un reto, pues, definir este vocablo ha presentado dificultades etimológicas que datan de la Grecia antigua, pasando por la edad media, el modernismo, postmodernismo, e incluso algunos autores, así como el público en general, lo han tomado como sinónimo de moral dado que ambos términos están íntimamente relacionados. Además de ello, no existe-entre los filósofos y autores dedicados a su estudio-, un consenso en cuanto a su conceptualización.

Sin embargo, de la revisión documental realizada, se desprende que ambos términos si bien están vinculados, y en algunos momentos históricos pudieran significar lo mismo, en realidad no son sinónimos. Aunque la mayoría de los autores definen la ética como una rama de la filosofía, Escobar (2003), Savater (2004), Cortina y Martínez (1996) y Santana (2000) la denominan Filosofía de la Moral, siendo la Ética la ciencia que reflexiona sobre la moral, es decir, que ésta es su objeto de estudio.

Es importante añadir que las palabras crean realidades y su significado se origina de contextos, culturas, momentos históricos particulares que experimentan las personas, es gracias a esto que las palabras adquieren un sentido propio.

A razón de ello, es importante realizar una breve revisión sobre las diversas descripciones y explicaciones más significativas que han surgido sobre el tema para obtener una mayor claridad conceptual, tanto de la Ética como de la Moral, sus relaciones y sus diferencias.

Dicho esbozo nos permitirá adentrarnos a la Ética que subyace en el Sistema Biodanza, cincelada desde la experiencia vivencial llevada a cabo en estos años de formación, con el fin de asomar ciertos principios y/o lineamientos para los Facilitadores y Didactas con el fin de aproximarnos, o asomar ligeros lineamientos sobre la Ética en el Sistema Biodanza.

Es necesario aclarar que la definición etimológica de la ética deriva de la palabra griega *Ethos*, la cual tiene dos variantes en su acepción más conocida y difundida por Aristóteles en su obra “Ética a Nicómaco”. En la primera, el autor señaló que el *Ethos* estaba referido al carácter, al modo de ser, a la forma de vida que se va adquiriendo, apropiando, e incorporándose a lo largo de la existencia.

Para este filósofo, la naturaleza sólo nos da disposiciones y nosotros las convertimos en cualidades precisas como lo bueno y lo malo, las virtudes y los vicios, de manera que su empleo constante permitía que aprendiésemos a obrar bien.

De lo anteriormente expuesto, se deduce la importancia de recibir buenos hábitos desde la más tierna infancia, ya que el hombre construye su *ethos* o forma de ser a partir de la repetición progresiva de actos que dan lugar a la formación de hábitos y expresan la conducta humana. En cuanto a la segunda variante de *Ethos*, esta significaba hábito como fuente de los actos, por lo que *Etho* será costumbre.

De acuerdo a la tradición Aristotélica, las virtudes se clasifican en éticas e intelectuales. Las primeras se forman en la práctica, encaminadas a la consecución de un fin, sirven para la realización del orden de la vida del estado, la justicia, la amistad y el valor, teniendo su origen directo en el hábito o la costumbre. En cambio, las virtudes dianoéticas o intelectuales corresponden a la inteligencia, la razón, la sabiduría y la prudencia.

Cabe agregar que para Aristóteles el fin último del hombre era la felicidad mediante el cultivo de las virtudes adquiridas a través de las costumbres y los hábitos. Asimismo, para este filósofo la ética implicaba una elección, es decir, una toma de decisiones, él decía: “Nadie se equivoca a propósito”.

En su obra “Ética a Nicómaco”, este autor indicó que la ética se constituía en un tipo de saber práctico, lo cual se refleja en la sentencia: “No basta con conocer la virtud, se ha de procurar tenerla y practicarla”. Con ello enfatizó la práctica y el hábito como principios para conducir nuestra vida de un modo justo y bueno.

Ahora bien, para Cortina y Martínez (1996) la ética es una parte de la filosofía que reflexiona sobre la moral, es decir, así como hay dimensiones de la filosofía que tratan sobre la ciencia, la religión, la política, el arte o el derecho, así también la ética se refiere a la reflexión filosófica que se realiza sobre la moralidad.

Estos mismos autores plantean que la ética es un tipo particular de saber, utilizando la racionalidad y la reflexión como método de análisis propio de la filosofía, que hace posible encontrar el sentido a lo que somos y hacemos. Por lo tanto, la ética es importante para satisfacer la necesidad de libertad, puesto que la falta de sentido se experimenta como esclavitud y la ética satisface ese deseo.

Para Escobar (2003) la ética es la disciplina filosófica que estudia el comportamiento moral del hombre en sociedad, mientras que para Denis (2000) la ética es una disciplina de la filosofía que estudia el deber ser del comportamiento humano.

Como se observa, todas las definiciones anteriores convergen en que la Ética es una disciplina de la Filosofía que estudia la Moral. No obstante, durante el Imperio Romano no había una palabra para traducir las dos acepciones de “ethos” utilizadas por Aristóteles, es decir, carácter y costumbre, por lo que ambas se tradujeron al latín *mos-moris* (costumbre) o *mores* (costumbres en plural), en el sentido de reglas adquiridas por hábitos. En resumen, los romanos ajustaron ambas definiciones de la ética aristotélica a la traducción latina, y se le denominó al vocablo “Ethicus”, la palabra *mos*, de donde deriva la moral.

Vemos que la ética clásica y moderna se ha ocupado constantemente de los actos morales y de los hábitos (virtudes y vicios). En la evolución del vocablo, lo ético se identificó cada vez más con lo moral, y probablemente de ahí surgió la similitud que hace la gente en la vida cotidiana de referirse a la ética como moral. No obstante, la ética tiene características que la diferencian de la moral, pues ésta se relaciona con la intencionalidad de la conducta, es decir, toma en cuenta el impulso voluntario por el que se prefiere actuar de un modo determinado.

Por otra parte, para Rodríguez y otros (1996), la moral se refiere a la conducta del hombre que obedece a unos criterios valorativos acerca del bien y del mal. Para Ferrater (1994) la moral se opone a lo físico, de ahí que las ciencias morales comprendan, en oposición a las ciencias naturales, todo lo que no sea puramente físico en el hombre, como la historia, la política y el arte.

Una vez abordados los autores mencionados, deducimos que la moral se refiere a la conducta humana y deriva de principios, normas y criterios valorativos que regulan la conducta del individuo como integrante de una sociedad. Así, toda persona asume determinados criterios morales que adquiere mediante el aprendizaje a lo largo de su vida y le indican “lo que es debido”, “lo que es bueno o malo”.

Dichos sistemas de valoración se relacionan con las exigencias sociales de cada etapa histórica, de manera que el sentido social de los conceptos morales puede variar de una época a otra, y aun así su contenido moral puede mantenerse a través del tiempo, como por ejemplo, el asesinato, la crueldad y el robo; los cuales tienden a ser sancionados a través del tiempo.

En este mismo sentido, Thugenthad (1997) expresa que la moral es el conjunto de reglas que se generan de manera individual o grupal y que se aplican a los actos de vida cotidiana de los ciudadanos, estas normas guían a cada individuo, orientando sus acciones y sus juicios sobre lo que es moral o inmoral, correcto o incorrecto, bueno o malo.

En conclusión, la moral se refiere a las creencias y prácticas que implican un conjunto de juicios establecidos que originan y siguen los individuos, las familias o sociedades para orientar sus acciones y comportamientos en la vida diaria. Cabe señalar que estos códigos morales pueden servir de referencia a instituciones, grupos y sociedades enteras, impregnando procesos sustanciales de socialización y de pautas de actuación en los miembros que integran esas asociaciones profesionales.

A manera de aclaratoria, queremos compartir que de acuerdo con la visión de Escobar (2004), la expresión ética profesional es equívoca porque generalmente se refiere a un código de naturaleza más moral que debe observar un profesional, so pena de poder ser sancionado por el no cumplimiento de una norma acordada en ese código, lo cual nos lleva al estudio de otros aspectos relativos a la diferencia entre ética y moral.

1.2.- Diferencias entre Ética y Moral

La ética como disciplina de la filosofía, que se encarga de explicar las reglas morales de manera racional para analizar la validez de sus argumentos, es un hecho práctico que se vivencia en la conciencia del individuo para decidir a partir de la reflexión debida, qué norma o principio decide incorporar como línea directriz de su conducta.

Como se deja entrever, la ética surge de la reflexión que realiza el sujeto en su espacio interno, por lo que ésta no procede de afuera, sino del interior del individuo. En el caso de Biodanza, el acto reflexivo es un proceso que puede surgir en una sola vivencia o con el transcurrir del tiempo.

Desde mi experiencia, esto me llevó tiempo, pues llegué desintegrado como producto de mi historia personal de vida, así como de vivir en una civilización enferma y con el pasar del tiempo, al sentirme más integrado, y al aparecer la nueva identidad, empecé a reflexionar sobre la incorporación de nuevas conductas y valores más alineados a la aparición de dicha identidad (*John Bodden*).

Llegado a este punto, consideramos que la moral es un conjunto de normas y valores que se encuentran en todas las sociedades, se transmiten de generación a generación, evolucionan a lo largo del tiempo y poseen fuertes diferencias con respecto a las normas de otras sociedades.

Estas normas que dirigen la conducta de los miembros de esas sociedades, se van permeando en el individuo y a diferencia de un filtro reflexivo de la razón o del

corazón, se van incorporando poco a poco. Aparecen por primera vez en el hogar, luego en la escuela y así a lo largo de nuestras vidas. Pero estas normas, tal como hemos señalado, no son reflexionadas ni por el cuerpo, el corazón, ni la razón, sino que simplemente se aprenden por condicionamiento clásico, aprendizaje por premios y castigos, y modelamiento.

En relación con mi experiencia en el Sistema Biodanza, empecé a darme cuenta, despacito, que algunas normas y valores que había incorporado, provenientes de la moral de mi historia personal, no las había elegido sino que otros las habían elegido por mí. Sin embargo, las seguía sin chistar, al principio lo hacía para evadir las consecuencias negativas de no llevarlas a cabo, pero luego muy por allá, encontré que hacía lo que otros querían -independientemente que yo quisiera o no-, simplemente para ser querido, aceptado, perteneciente a. (*John Bodden*)

Ahora intuyo que todos los seres de la especie tenemos esa necesidad, así también, llegue a la conclusión con el tiempo, que no había que esconderse sino solamente ser, pues la existencia es un milagro de la vida misma, y no “hay que”, o “debes que”, o “deberías hacer que”, para ser amado. “Ámate y ama a los demás” este lema es mi guía ahora.

Con respecto a otras normas, me di cuenta que ya no tenía vigencia su cumplimiento, lo cual no significa que dejarlas fue o es fácil ya que es todo un proceso, como la vida misma.

En mi vivencia dentro del Sistema Biodanza, comencé a forjarme una ética que fuese más compasiva, más a tono conmigo, de manera que la integración y la identidad fuese más completa y más ético conmigo mismo, válgase la redundancia, encontré que detrás había sido esculpido en mi ser moral el perfeccionismo como valor, mas no por el amor por ser responsable y mejorar un proceso, sino que detrás subyacía la necesidad de ser querido por lo que era, decirlo ahora se percibe fácil, mas eso es lo encantador del Sistema Biodanza, y tal vez por ello se refieren a lo mágico, aludiendo que me iba dando cuenta en cada sesión de manera sutil, dulce, bien sea a través de un trance, o en el retorno

de la regresión a la identidad, mediante la música, las caricias, la vivencia, la expansión de conciencia.

Todo ello permitió darme cuenta y tomar decisiones en base a otros tipos de valores, como la autenticidad, el respeto por mí mismo y convertirme en una persona más integrada, aceptándome a mí mismo, sin que ello perjudique a los otros, pues yo soy lo que soy, más en esa alquimia en la cual las normas fueron filtradas por el corazón, el cuerpo y la razón a través del Sistema Biodanza, mi ser ético se amplió para dar paso a la otredad y al todo, para ver que la vida son encuentros y despedidas, día y noche, amaneceres y atardeceres. (*John Bodden*)

Continuando con las diferencias entre la ética y la moral, agregamos que la ética surge del interior de la persona, en cambio la moral viene de afuera, la primera conlleva a una decisión individual, que no solo pasa por lo racional, tal como creían los griegos en la antigüedad, más la experiencia dentro del Sistema Biodanza me ha hecho reconsiderar y tener la convicción, que en esa integración que busca la propuesta metodológica de Rolando Toro Araneda, se incluye en esa toma de decisiones además de la razón, al corazón y el cuerpo.

Por último, otra diferencia que estriba entre ética y moral es que en la ética, producto de la reflexión después de una sesión o una maratona, incorporas un valor nuevo de manera autónoma, personal, sin presión exterior, pudiendo este valor estar de acuerdo o no con esas normas, o también podría suceder que resignifiques un valor moral de esa sociedad que te tocó vivir.

En cambio en la moral, la incorporación, así como el cumplimiento de normas y valores, se adquieren por aprendizaje, por condicionamiento reflejo o Pavloviano, por aprendizaje operante basado en los premios y castigos, y por último por aprendizaje vicario o modelamiento. Cabe aclarar que las estructuras por medio de las cuales son introyectadas éstas por las personas corresponden a la familia, la escuela, por ello se dice que la moral es más normativa, prescriptiva, coercitiva, legal y punitiva en relación a la ética.

En relación a sus semejanzas queremos señalar que ambos términos guardan similitudes en lo práctico, puesto que las dos son responsables de la base que guiará la manera de ser, la conducta de la mujer y el hombre, determinando su carácter, su altruismo, sus virtudes, además de señalar la mejor manera de actuar y comportarse en sociedad, ya que tanto el uno como el otro están destinados a distinguir las buenas y malas conductas.

2.- Sistema Biodanza, Fundamentos para la Ética

2.1.- El inicio de la Ética, carta de Rolando Toro Araneda.

Un sueño de Rolando Toro Araneda, un legado para la humanidad, una carta que inicia un camino de amor incondicional por la vida y por la “vida al centro”, que es el Principio Biocéntrico, el respeto al otro, a su humanidad, a devolver la mirada sobre la coherencia, la integridad del ser, “ordenar actos”, ordenar nuestras acciones a través de la música en vinculación con el otro.

Carta escrita por Rolando Toro a su esposa Pilar Acuña en 1952, anticipando la creación del Sistema Biodanza y la Educación Biocéntrica:

Calle Larga, Los Andes (Chile), 1952.

Mí adorada Pilarcita:

Por momentos salgo al patio a buscarte, a pensar en ti. Tendido sobre la paja, espero noticias. Hoy miré las nubes errantes, me dejaron una sensación de alegría, de vida serena y luminosa.

Aquí la escuela está muy solitaria. El próximo lunes llegarán los niños.

He pensado en una ciencia rítmica que ordene musicalmente los movimientos naturales del cuerpo y sobre todo los “actos”, de modo que bajo formas nobles y espirituales distribuya el tiempo, la intensidad y la fuerza. Algo así como provocar la musicalidad del ser.

¿Qué te parece? ¿Te gusta? ¡Oh, mi consejera, mi amor, todo esto no tiene sentido sino cuando puedo expresarlo y discutirlo contigo!

He pensado hacer revivir en la infancia los grandes mitos aéreos, atmosféricos, que yacen dormidos en el fondo ancestral de cada ser. Despertar en el inconsciente “la nube que pasa”, “lo aerolitos”, “la estrella de la mañana”, “el hombre de fuego”. Dar así origen a los dibujos iluminados.

He mirado mi rostro, como quien observa un camino. Al final, he descubierto la alegría de amarte y de ser amado terriblemente. No son los años, ni el trabajo, ni mi conducta, sino mi amor, lo que ha lucido como a través de la piedra, en mi cara. Pronto estaré a tu lado, amor mío, te besaré y abrazaré hasta que te fatigues con tanta ternura.

Rolando

Carta de Pilar Acuña, 36 años después

Friburgo Suiza, 28-7-1988

Mí querido Rolando:

¡Quién podría predecirlo! Cuántas veces pasarán las estrellas sobre este dorado pajar...¡¡¡ Sentí que cien años atrás ya estábamos conversando sobre lo mismo!!! ¡¡Biodanza dará la vuelta al mundo muchas veces!!

Pilar Acuña

2.2.-Biodanza y Modelo Teórico

Biodanza, como su autor la define “es un conjugación de arte, ciencia y amor” que surge de su experiencia personal, de vivencias maravillosas y otras terroríficas. Una Segunda Guerra Mundial, donde el hombre podía mostrar niveles de perversidad inconcebible: la degradación del ser humano con el régimen nazi, las

bombas atómicas; mostraban una cultura occidental en franca crisis. Pero por otro lado, tenía las experiencias de amor y éxtasis, sus hijos y vinculaciones con grupos ecológicos.

Ante tanta contradicción humana, sintió el deseo de acceder al paraíso que pudiese ser compartido, ya que una evolución solitaria era impensable. Quería encontrar las fuentes del Amor Original, donde el amor incluyera, además de amar al prójimo, la dimensión corporal, la dimensión activa, la caricia. A través del cuerpo era capaz de sentir el éxtasis, el erotismo, la fraternidad, la energía creadora y el ímpetu vital, además del contacto a través del movimiento, los gestos y la expresión de los sentimientos. La música como el lenguaje universal; la danza como la forma ideal para integrar cuerpo y alma, y de comunicar felicidad, ternura y fuerza. De todas estas experiencias y sensaciones surgió la necesidad de formar pequeños grupos para bailar, cantar y de encuentro con la música.

Así nacen las primeras concepciones del Sistema Biodanza, de una meditación sobre la vida, de un deseo de renovación a una vida distinta, donde cada quien “simplemente es”, sin reproches y sin juicios, donde nos vinculamos reconociendo a los otros en su humanidad, desde el amor genuino, desde la congruencia, desde su luminosidad.

Bajo estas premisas Rolando Toro en el año 2007, aproxima una primera definición del Sistema Biodanza, teniendo como base la afectividad, los vínculos y la biología: *“Sistema de integración humana, renovación orgánica, re-educación afectiva, y re-aprendizaje de las funciones originarias de vida, basada en vivencias inducidas por la danza, la música, el canto y situaciones de encuentro en grupo”*.

Para el año 2010 en el concepto de Biodanza se detallan las funciones biológicas y existenciales, reformulándose de la siguiente forma: *“es un sistema de aceleración de procesos integrativos a todos los niveles: celular, metabólico, neuroendocrino, inmunológico, hormonal, cortical y a nivel existencial más*

abarcativo, mediante un ambiente enriquecido, con músicas específicas, movimiento integrado, caricias y encuentro en grupo que deflagran vivencias integradoras”.

Esta definición nos permite entender que la integración es fundamental en el proceso de rehabilitación existencial, integración que es facilitada por los 7 Poderes de la Biodanza: la música, la danza, la vivencia, la caricia, el trance, la expansión de conciencia y el grupo. Cada uno contiene en sí, efectos transformadores, que conectados coherentemente con el Modelo Teórico de Biodanza, se organizan en una serie de eco-factores capaces de influir en nuestra programación biológica. La integración es el proceso en que los potenciales genéticos, se expresan y se organizan en sistemas cada vez más complejos, creando una red de interacciones que potencian nuestra identidad.

Por tanto, la mirada ética desde la Biodanza permite la vida en equilibrio, donde la funciones se auto-regulan, se auto-organizan para permitir vivencias integradoras, que a través de la música, los movimientos y el encuentro en grupo hacen posible la evolución humana hacia un *saber vivir*, desde la dirección del corazón, para expandir la consciencia. Una identidad saludable hace posible la vida, permite relacionarnos en justa medida según nuestras necesidades y deseos con nosotros, con los pares y con la totalidad.

Desde el Modelo Teórico nos preguntamos: ¿En qué medida la práctica de Biodanza transforma nuestra consciencia ética? ¿Cuáles son los elementos del Modelo que apuntan hacia esta transformación?

En el sentido ascendente del Modelo, que va desde el Caos hacia la Gracia, observamos que por medio de las vivencias semanales la persona accede a su inconsciente vital, el psiquismo celular y entra en contacto con sus protovivencias, su potencial genético, que se expresa a través de las 5 líneas de vivencias: vitalidad, sexualidad, creatividad, afectividad y trascendencia. Con estas cinco líneas vamos reconectándonos con nuestros instintos y nuestros movimientos se van tornando cada vez más fluidos. Así mismo, somos capaces de vivenciar

nuestras emociones que vamos integrando, para expresarlas de manera natural y sin las restricciones de los acuerdos culturales o de los mandatos parentales que nos oprimen.

En su sentido horizontal, que concierne a la transición desde una conciencia intensificada de uno mismo a una disminuida y de vuelta a la conciencia, encontramos que el proceso de renovación que sucede en el sentido vertical se complementa ahora con la re-parentalización y nuestros instintos, nosotros descubrimos la posibilidad de sabernos contenidos, amados y con permiso para expresarnos, crear y ser la persona que vinimos a ser.

En un sentido ético, planteamos que esta metodología induce a una consciencia ética, a una transformación del ser desde la reeducación de la afectividad, desde las cinco líneas de vivencia, generando cambios internos celulares, de renovación orgánica, de sanidad corporal, mental y vital. Por ello nuestras acciones y comportamientos se acercan más a nuestra esencia, a la congruencia del ser, al desarrollo de nuestra sensibilidad para con el otro, logramos conmovernos con una mirada, con un gesto, con un abrazo, alcanzando nuestra identidad plena y sentida.

“Yo propongo no sólo un discurso, sino una metodología: la Biodanza. Hay que practicar vivencias de encuentro, admitiendo al otro tal como es, permitiendo que nos toque en lo profundo. Reconociendo que merecemos ser acunados, que nos abracen, o permitimos llorar, reír, celebrar. Porque toda existencia humana se organiza en torno al amor, como conciencia de estar vivo y ser significativo para alguien”. (Rolando Toro Araneda)

2.3.- Inconsciente Vital y Principio Biocéntrico.

En el corazón de la ética orgánica que mencionamos en la sección anterior, se encuentran el Inconsciente Vital y el Principio Biocéntrico, dos constructos que

cambian la perspectiva sobre la humanidad y se constituyen en pilares del Sistema Biodanza.

Rolando Toro Araneda ha definido el concepto de "inconsciente vital" para referenciar al psiquismo celular. A través de las células se internaliza la vivencia de Biodanza sin interferencia de la conciencia, del pensamiento; es un re-aprendizaje que metaboliza las células, donde se modifica el sistema inmunológico y se habla de salud como prioridad. El inconsciente vital es la fuerza única de vida que nos conecta con toda la creación, que se expresa a través de nuestros instintos y en las diferentes dimensiones de nuestra conciencia.

“Este ‘psiquismo’ coordina las funciones de regulación orgánica y homeostasis y posee una gran autonomía respecto a la conciencia y al comportamiento humano. El inconsciente vital es una forma de cognición celular que crea regularidades y tiende a mantener funciones 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”. (Curso de Formación para Profesores de Biodanza, Modulo de Formación 2, Inconsciente Vital y Principio Biocéntrico)

Este psiquismo celular se complementa con el inconsciente personal (Freud) e inconsciente colectivo (Jung) conectándose directamente con el cosmos, hacia la integración. Desde nuestra historia personal, se registra todo lo acontecido en un individuo, sus vivencias, sus experiencias individuales, los pensamientos, sensaciones y deseos. El inconsciente colectivo, es el reservorio de nuestra experiencia como especie; un tipo de conocimiento con el que todos nacemos y compartimos y se construye a partir de los símbolos y conceptos universales, comunes a todos los seres humanos.

Estos tres estratos del inconsciente, apuntaban al proceso de integración del ser humano, se visualizaba una evolución individual, genética, cósmica, biológica, amorosa, que se enmarcaban dentro del modelo teórico y el Principio Biocéntrico.

En este proceso de integración, se inserta la ética con las prácticas regulares de sesiones de Biodanza, donde nuestras células se regeneran, se renuevan, de modo que nos sentimos más vitales, con mayor energía, comienza a fortalecerse nuestra identidad, la historia de vida, aunque sigue siendo la misma, recibe insumos para direccionar otro modo de vivir, otro sentir, otro modo de actuar, mas desde el respeto, la autenticidad, la valía personal, hay una transformación celular que nos conecta con nuestra fuerza interna.

Muy en consonancia con el Inconsciente Vital, con esta fuerza interna, con este cúmulo de experiencias vitales, está el Principio Biocéntrico, formulado en 1970 por Rolando Toro Araneda, donde se inspira en el pensamiento de que el universo está organizado en función de la vida, significando que la vida es una condición esencial en el origen del universo. El Principio Biocéntrico sitúa el respeto a la vida como centro y punto de partida de todas las disciplinas y comportamientos humanos, restablece la noción de sacralidad de la vida.

El Principio Biocéntrico, propone la potenciación de la vida y la expresión de sus poderes evolutivos. El Sistema Biodanza es, desde este punto de vista, una poética de lo viviente, fundada en las leyes universales que conservan y permiten la evolución de la vida. De hecho, somos un cúmulo de conocimientos entrelazados, conectados amorosamente con el cosmos, para generar vida, para hacer saltos cuánticos, evolutivos. “La Vida se centra en la Vida”, buscando la reconciliación con la vida en los gestos de la naturaleza: con el sol, el viento, la lluvia y hasta con los cataclismos, que nos recuerdan que la Tierra es un ser vivo, con sus movimientos primordiales, imposibles de reprimir.

“Lo que inspira el paradigma “la vida al centro”, un mundo organizado en función de la vida, ya sea vegetal, animal, el planeta Tierra como Gaia y el Universo como ser vivo. Existiendo así la posibilidad de una integración del ser humano con el cosmos: el ser humano existe porque existe el universo, y el universo existe porque existe la vida, somos hechos por el cosmos. Para buscar el origen de la especie humana, hay que remontarse al origen del universo”
(Curso de Formación para Profesores de Biodanza, Módulo de Formación 2, Inconsciente Vital y Principio Biocéntrico)

La vida es “aquí y ahora”, este instante, es el modo contemplativo y asombroso de ver las cosas, es recuperar el sentido de cuando éramos niños, vivíamos el momento, sin importar lo sucedido o lo que está por suceder. Sencillamente en el presente, en el disfrute de la emoción de estar vivos, es el desarrollo de nuestro sentido ecológico, la naturaleza se fusiona con la vida humana, en respeto y amor.

Desde el punto de vista ético y a partir de nuestras vivencias reconocemos un cambio en nuestra ética personal. Previo a la incursión en el Sistema Biodanza no teníamos la conciencia del respeto a la vida desde esta mirada biocéntrica, nuestros centros dependían de los intereses y necesidades del momento, el dinero que lo compraba todo, la competencia por ser el mejor por encima de cualquier cosa, el irrespeto por la propia vida, con la anulación o trasgresión de los instintos básicos, una conciencia anti-ética.

Hoy podemos ser más sensibles frente al otro, frente a la naturaleza, frente al hábitat que nos rodea. Podemos mirar a los ojos desde la ternura, desde el amor, solo por hecho que es una vida palpitando, sin juicios, sin señalamientos, aceptándolo tal cual es.

La vida es un templo sagrado, en donde hay que descalzarse y mirar con humildad y respeto la propia vida y la del otro, que somos parte de un gran universo, que existe porque la vida existe, que somos un punto de creación divina,

Que nuestra función terrenal es expandir ese potencial hermoso, desde la afectividad y desde la valía.

“La vida nos eligió y debemos estar orgullosos, caminar triunfantes por los caminos, por las calles, porque somos los elegidos de millones y millones de posibilidades que se juntaron para que existiéramos. Y lo que ustedes tienen que hacer es transmitirles a los demás esa alegría de vivir. Porque muchas veces “¿qué sentido tiene la vida?” Eso es tan grave, ¡la vida está plena de sentido! Cuando una persona dice “no le encuentro sentido a la vida”, yo miro por la ventana y veo una florcita pequeña así, inocente, ¡veo que la vida está plena de sentido! Por Dios, valoricémosla y transmitámosla; y los amo a todos y me los llevo, me los llevo, aquí. Muchas gracias”.
(Revista Pensamiento Biocéntrico, Nº 22. 2007).

2.4.-La Vivencia, proceso alquímico.

Hemos disertado sobre el modelo teórico, la evolución del Sistema Biodanza, el psiquismo celular y la vida al centro, expandiendo la conciencia ética, sabiendo que la vida en todas sus formas es sagrada, que somos más sensibles, que vamos en camino al encuentro con la esencia de nuestro ser y sobre todo con la vinculación con el otro.

De esta forma entramos al proceso alquímico de la Vivencia, desde el aquí y el ahora de la experiencia de vida.

Uno de los autores desde donde Rolando Toro Araneda toma el concepto de Vivencia es de Wilhelm Dilthey (1833-1911), filósofo historicista alemán, quien señala que la Vivencia “*es algo revelado en el complejo psíquico, desde la experiencia interna, en un modo de existir la realidad para un individuo*”. (Rolando Toro, Biodanza, 2009).

Rolando Toro la redefine como *“experiencia vivida con gran intensidad por un individuo en un lapso de tiempo “aquí-ahora” (génesis actual), abarcando las funciones emocionales, cenestésicas y orgánicas”* La vivencia otorga a la experiencia subjetiva del individuo la palpante cualidad existencial de lo vivido *“aquí y ahora”*. La finalidad de la vivencia es la integración ya que implican una inmediata y profunda conexión consigo mismo. (Rolando Toro, Biodanza, 2009).

En otras palabras, la vivencia es una experiencia afectiva de valor simbólico que tiene sentido dentro de la historia de una persona, que expresa la conexión con la vida, son únicas para cada participante, donde las sensaciones cenestésicas, la biología, la emocionalidad, la afectividad son diferentes y particulares para cada uno.

Por medio del feedback, del contacto con el otro, con el intercambio de miradas, de saludos, de reconocimiento de esa humanidad, que me hace espejo puedo decir quién soy. Construyo mi identidad, un goce de vida, un camino hacia la integridad, lleno de vivencias que alimentan mi potencial genético en sus cinco vertientes y que van desde experiencias re-afirmativas de identidad de mi mismo hasta el otro polo regresivo, en donde disminuye la conciencia, para fusionarse con el todo, y en ese pulsar de un lado al otro, se produce la alquimia, la transformación de mi ser, en el renacimiento de mi nueva vida.

Estas cinco vertientes son las “Líneas de Vivencia”, que nos marcan el camino hacia la integración de la identidad, son canales de expresión de nuestros potenciales genéticos:

- ✓ Vivencia de vitalidad: se estimula mediante danzas al sistema neurovegetativo (simpático-parasimpático); a la homeostasis; al instinto de conservación (lucha y fuga); a la energía para la acción; y a la defensa inmunológica.
- ✓ Vivencia de sexualidad: los ejercicios estimulan los movimientos y sensaciones relacionados con el erotismo, la identidad sexual y la función del orgasmo.

- ✓ Vivencias de creatividad: se estimulan los impulsos expresivos y de innovación, la capacidad de crear danzas y la creatividad existencial.
- ✓ Vivencias de afectividad: ceremonias de encuentro, rituales de vínculo y danzas de solidaridad y afecto permiten una reeducación emocional y el acceso a la amistad y al amor.
- ✓ Vivencias de trascendencia: las danzas en la naturaleza, los ejercicios en el agua y las ceremonias con el fuego y la tierra, nos vinculan con la armonía cósmica, despiertan la actitud ecológica y el acceso a la conciencia cósmica.

Estas líneas de vivencia se relacionan entre sí y se potencian recíprocamente, para entregar a cada individuo una forma de ser en el mundo. Desde la ética aprendimos a equilibrar el desarrollo de cada línea de vivencia, evaluando dónde estamos y que necesitamos para alcanzar el proceso de integración.

Con el bombardeo de ecofactores positivos que ocurren en una sesión de Biodanza, que luego son trasladados a la vida cotidiana, se obtienen vivencias que nos transforman, que nos llenan de alegría y gozo, e inclusive que nos conmueven, constituyéndonos en seres humanos más humanos, capaces de vivir y convivir desde una conciencia ampliada, desde una conciencia ética.

Los límites, el respeto, la valía, la vinculación afectiva, la creatividad, la capacidad de amar, la solidaridad, la ecología están siendo diferentes desde la mirada de Biodanza, anteriormente no éramos capaces por ejemplo, de saludar a un extraño en la calle y mucho menos a dirigirle la palabra; hoy día podemos levantar la cabeza, mirar a los ojos y sostener la mirada, esto es ética, el otro merece respeto y un trato amable, su vida es sagrada.

Me ocurrió días atrás una vivencia con un indigente, un ser humano desvalido, que no fue atendido en su necesidad, mirarlo a los ojos fue lo único que logré hacer y me encontré con aquella mirada tan tierna, tan dulce, que a pesar de su desencuentro, todavía lograba iluminar mi rostro con esperanza. Fue un encuentro sagrado, un instante eterno. (*Beatriz Morillo*)

2.5.- Identidad

Las vivencias, las experiencias de vida, que ocurren en un aquí y ahora, están matizados por nuestra identidad, por la fuerza de nuestro ser único y a la vez cambiante, que nos define y nos relaciona con todo lo viviente. A partir de mi vinculación con el otro, puedo saber de mí.

La identidad es la manera peculiar como cada persona expresa los aspectos esenciales, sus potenciales, de su ser. La identidad nos permite reconocer que no somos los que fuimos hace un tiempo, sino que somos los de hoy; no somos los de ayer a pesar de seguir siendo la misma persona.

Para Rolando Toro (2009) *“la identidad es ‘el único y sus atributos’, lo que cada persona ‘es’ esencialmente, frente a cualquier otro sistema de realidad”*.

Terrén Raúl y Toro Verónica (2008) señalan que *“la identidad de un individuo es el conjunto de sus características psicobiológicas que hacen de él una criatura única, diferente e inconfundible. En cada célula esta el sello de su identidad”*.

El núcleo central de la identidad es la danza, cuando danzamos tenemos la conmovedora sensación de estar vivo. Esta sensación de ser diferente y único a la vez, aumenta con el contacto con otras personas. Por tanto, el otro puede traer noticias de mí. Aumenta la autoestima y la conciencia de sí, somos parte de la totalidad como seres únicos y diferentes.

Desde la identidad se acentúa el respeto, el valor, el amor, la aceptación, se refuerza la fuente de placer en nuestro cuerpo y se potencia la expresión creadora.

La identidad, que se nutre durante todos los momentos de una sesión de Biodanza, desde la ronda de intimidad verbal, desde la danza, desde el movimiento con sentido, desde la relación con el otro, desde las elecciones, desde

las decisiones, desde nuestra evolución. En todo está la identidad presente, con sus distinguos y atributos buscando la coherencia, la integración.

Desde mi historia, desde como la ética ha tocado mi vida, quiero relatar como llegué a Biodanza; con el alma despedazada y la mirada perdida. Recuerdo mi imagen, hace como siete años atrás, para mí no era posible hablar en la ronda de intimidad verbal, el pánico no era normal, el miedo me asaltaba enmudeciendo mi voz, con mi cuerpo rígido y en tensión, sólo estaba allí escuchando las vivencias, que también hablaban de mí, con eso me conformaba, me iba descubriendo en los verbos de los otros. Estar en la ronda, tomarnos de las manos y sentir el afecto, también era difícil, en momentos me salía y solo sentía ganas de llorar y llorar hasta que lograba la calma y me daba el permiso de incorporarme.

Me sentía descalificada, sola, sin sentido de vida, con una identidad fracturada por mi historia de vida, por mis indecisiones y mis dudas. Más sin embargo, continuaba asistiendo a las sesiones semanales, haciendo el mejor esfuerzo por estar y permitir que el sistema hiciera su trabajo en mí. Y aquí estoy, orgullosa, segura, feliz, caminando con una identidad más fortalecida, terminando una tesina para titularme como Facilitadora Biodanza. *(Beatriz Morillo)*

Por otro lado, es importante mencionar las características de una identidad sana, aspecto que es reforzado en estos años de formación y que atañen a la ética, debido a que son los termómetros que conducen patrones de comportamientos esperados. Recordemos que tenemos vidas en nuestras manos, somos artesanos del amor.

“Una persona sana es aquella que percibe al semejante y a sí mismo como único, diferente y con valor intrínseco. Es aquel que puede dar una respuesta en feedback ajustado con la realidad, que su motricidad se caracteriza por el equilibrio, la energía y el sinergismo. Hay una ausencia de agresión gratuita, puede poner límites a la agresión externa y huir frente a una fuerza superior, se le

facilita la capacidad de intimar. Posee la vivencia de consistencia, de autodeterminación, del límite de contacto, su espíritu no es competitivo ni autoritario. Es vital, creativo y posee una conciencia ética". (Curso de Formación para profesores de Biodanza, Módulo de formación 8, Integridad e Integración)

2.6. Inteligencia Afectiva

En esta revisión teórica, el sostenimiento del Sistema Biodanza tiene su base en la Inteligencia Afectiva, que modula nuestras opciones de vida, desde la afectividad.

La inteligencia Afectiva esta puesta al servicio del amor, de la felicidad y de la alegría de vivir" (Rolando Toro Araneda)

La vida movilizada desde el amor, era el sueño de Rolando Toro Araneda, parafraseando sus palabras, decía que imaginaba a una humanidad que se abraza y se besa con alegría de vivir, donde no existiese la soledad como sentimiento, donde reconociéramos la sacralidad del otro, donde pudiéramos conectarnos a través de la mirada, el abrazo, el movimiento natural, el cuerpo habla más que las palabra. Y esto es posible si el sueño es de muchos, donde pulsamos la apertura de nuestros corazones al amor, expandiendo la conciencia y encontrando nuestro lugar en el universo. Abrir el paso por medio de la ternura, el respeto y la belleza del otro, desde su alma, haciendo conexión de corazón a corazón.

Y así sigue su sueño, su ilusión que será sostenida y más cercana a la realidad cotidiana de cada uno, cuando sintamos que esto es posible solo si colocamos la vida al centro con la mirada puesta en el amor incondicional, en el amor nutricio, en el despertar de una conciencia donde prevalezca el respeto, la humildad, el deseo de vida en sintonía con el equilibrio, donde todos cabemos, donde la inclusión sería necesaria para vivir y convivir, alineados con el infinito universo de posibilidades de vida plena y abundante.

La afectividad es la columna vertebral de Biodanza, donde lo importante es el vínculo, donde el otro trae noticias de mí. La afectividad es una expresión de nuestra identidad, que nutre, que despierta los más bellos sentimientos de solidaridad, de amor, de encuentro verdadero, desde la mirada, la caricia, desde el movimiento integrado, donde la música sale del alma y nos conduce dulcemente al encuentro con mi esencia a partir del otro.

Cuando me encuentro con el otro, comienzo a tener noticias de mí.

(Rolando Toro Araneda)

“La afectividad se refiere concretamente a lo que se ama, aquello que se manifiesta subjetivamente como ternura, amistad, altruismo, amor universal, afinidad por la vida. Es una disposición abierta, una inclinación permanente de cuidado y empatía con las personas y con todo aquello que está vivo”. (Rolando Toro, 2010)

“La afectividad por lo tanto, está determinada por factores genéticos, fisiológicos, culturales y ambientales. Solamente un estado de expansión de la conciencia puede regular las relaciones humanas, y trascender la malignidad que adquiere formas monstruosas en el inconsciente colectivo”. (Rolando Toro Araneda)

Para entender un poco más las raíces o el devenir de la afectividad es necesario retomar los conceptos de los instintos, las emociones y los sentimientos.

“El instinto es una conducta innata hereditaria que no requiere aprendizaje y que se desencadena frente a estímulos específicos. Su finalidad biológica es la adaptación al medio para la sobrevivencia de la especie”. (Curso de Formación para Profesores de Biodanza, Módulo de Formación 6: Aspectos Psicológicos de Biodanza).

“Las emociones son momentáneas, responden a circunstancias especiales e impulsan a la acción. Y los sentimientos poseen duración en el tiempo, elementos de conciencia y componentes simbólicos”. (Curso de Formación para Profesores de Biodanza, Módulo de Formación 15: Afectividad)

En mayor detalle, bajo la perspectiva de Biodanza, “la cultura obstruye, desorganiza y pervierte los instintos, dando origen a la patología social e individual. Por tanto nuestra tarea más urgente es rescatar la base instintiva de la vida y buscar orientación en esos impulsos primordiales. Existe un miedo generalizado respecto a la liberación de los instintos, y aún más, una actitud de violencia frente a cualquier manifestación de lo instintivo. El abordaje sería salvar esta selva interior y realizar, no sólo una ecología de la mente, sino también una ecología de los instintos. Es necesario mirar las manifestaciones instintivas bajo la perspectiva biológica de exaltación de la vida y de la gracia natural”. (*Curso de Formación para Profesores de Biodanza, Módulo de Formación 6: Aspectos Psicológicos de Biodanza*)

¿Cómo estos instintivos evolucionan hasta convertirse en sentimientos? Los impulsos innatos entran en contacto con estímulos externos, que generan protovivencias en el neonato, las cuales van evolucionando hasta originar vivencias, en el aquí y ahora.

Las emociones son impulsos de origen instintivo que promueven acercamiento a circunstancias agradables, y de rechazo – huida a situaciones desagradables. Las emociones tienen su asiento en el sistema integrador adaptativo límbico hipotalámico, que comprende estructuras diencefálicas, subcorticales y corticales, que desempeñan funciones de regulación del ambiente interno a través de la integración con los sistemas neurovegetativo y neuroendocrino, al mismo tiempo intervienen en la ponderación de las respuestas más apropiadas a estímulos del medio externo en función de preservar la especie.

Y los sentimientos son las evaluaciones conscientes que hacemos del estado corporal durante una respuesta emocional. Los sentimientos entonces es el lugar donde se expresa la afectividad más elaborada, con mayor contenido simbólico y de duración en el tiempo

Es así como finalmente un instinto logra evolucionar hasta el nivel consciente, en sentimientos, en afectividad, que evidencia un modo de comportamiento particular, que marca nuestra vida y nos convierte en seres diferentes, con características propias.

Rolando Toro Araneda (2010) afirmaba que los frutos de la Inteligencia proceden del amor, la Inteligencia sería entonces la capacidad afectiva de establecer conexiones con la vida y relacionar la identidad personal con la identidad del universo.

A través del Sistema Biodanza es donde re-dimensionamos el impulso de vida, la consciencia plena de nuestras necesidades, aprendemos a respetarlas, a modularlas, despertamos nuestra sensibilidad corporal, entendemos la importancia de la vida en relación al otro, descubrimos que nuestro cuerpo es maravilloso, armónico, que podemos hablar a través de él, que con gestos y movimientos inspirados por la música, el canto, la poesía, vamos afinando los pasos, vamos liberando represiones, vamos transformándonos con una identidad afectiva, creadora y relacional.

Para finalizar, en palabras poéticas de Rolando Toro Araneda, su sentir sobre *“Inteligencia Afectiva”*

“Es la unidad de la mente con el universo.

Somos un embrión de luz en un mundo de sombras. ¿En qué consiste la iluminación? La iluminación es el camino hacia la lucidez, al amor infinito y a la expansión de conciencia.

La sabiduría es un proceso embriológico de integración consigo mismo, con nuestros semejantes y con las fuerzas creadoras de la naturaleza. "Nosotros somos el mensaje, el espejo del cosmos".

Todo es lenguaje, hay una semántica cósmica que desde niños aprendemos a leer y que con el paso del tiempo, muchas veces, olvidamos: El lenguaje de la diversidad, es decir perdemos la percepción del "sentido" de la naturaleza.

La presencia de un niño, un adolescente, un joven o un anciano, nos habla de la biografía de las fueras interiores y del paisaje sucesivo de su existencia. Todo está pleno de sentido en el holograma cósmico”.

Rolando Toro Araneda

3.- Ética y Biodanza, Sistemas que confluyen

3.1.-El Principio Biocéntrico como la ética del amor a la vida

La Ética ya fue extensamente descrita en el capítulo uno y Fernando Savater en su Ética para Amador la resume con sencillez de la siguiente forma: *“De modo que parece prudente fijarnos bien en lo que hacemos y procurar adquirir un cierto saber vivir que nos permita acertar. A ese saber vivir, o arte de vivir si prefieres, es a lo que llaman Ética”*.

La carta que Rolando Toro Araneda escribió en 1952 a su amada Pilarcita ya contenía las semillas del Principio Biocéntrico, la importancia de la inteligencia afectiva, la ética, la sacralidad de la vida, así como pinceladas de acuarela del Inconsciente Numinoso, mas serán “unos locos olvidados en el Hospital Psiquiátrico de Santiago de Chile, que con su percepción alterada de la realidad, fueron sensibles a la música y dieron respuestas honestas desde su ser” (Rolando Toro Araneda), los que motivaron el inicio este Sistema.

Para el desarrollo del Sistema Biodanza, fueron importantes la sensibilidad humana y la observación, además la investigación incansable y exhaustiva sobre cada elemento observado. Vale mencionar que para la definición del Principio Biocéntrico, se apoyó en más de treinta investigadores científicos y más de cuarenta libros referidos a los mismos autores, entre quienes están Einstein, Varela, Maturana, Carvallo por nombrar algunos.

*“Yo no descubrí a la Biodanza, la Biodanza me descubrió a mi”
(Rolando Toro Araneda)*

Para comenzar a descubrir o poner en evidencia el valor ético dentro del Principio Biocéntrico, tomamos las palabras que Rolando Toro Araneda que expresó en el año 2005 en una entrevista para el programa chileno La Belleza del Pensar: “Al centro de todo la vida, es la filosofía de Biodanza y es mi filosofía personal”.

Toda la definición del Principio Biocéntrico, hace énfasis en la vida al centro y en proteger la evolución, hace énfasis en la unidad, el rescate e integración de la identidad, que pertenecemos a un todo mayor organizado viviente, que favorece la vida y plantea este principio como un nuevo paradigma que sirva de fundamento para las ciencias humanas, históricamente separadas con la disociación cuerpo-alma.

“La idea fundamental del bien es, pues, que este 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 para su florecimiento”. (Rolando Toro Araneda).

El Principio Biocéntrico, podemos decir que es una declaración clara y contundente, en pro de una civilización con un sentido por la vida vivenciado, donde el origen e inspiración sea la vida y donde la única consecuencia sea el florecimiento de los potenciales genéticos que cada ser humano trae. La naturaleza, el cosmos, el orden implicado, ese sistema viviente mayor o simplemente Dios, es Vida que solo puede generar vida. La vivencia como vía regia para acceder al inconsciente (personal, colectivo, vital y numinoso) estimula el re-escribir personal de la emoción, de la percepción de la vida, favoreciendo la organización del ser, para que emerja la identidad real.

El grito desesperado por el llamado a la vida, al amor, que a través de los movimientos plenos de sentido Rolando Toro Araneda pudo plasmar en el Sistema Biodanza, en conexión con y por la vida, (1) inspirándose e (2) intuyendo esa fuente originaria de Vida, para despertar a través de la vivencia al hombre original, la inocencia original, la sacralidad de la vida, simplemente restablecer la Vida al Centro, es ahora el grito de amor y la danza que mueven este Sistema. Esta intuición rescata la vida al centro, re-planteando valores culturales anti-vida que hasta ahora habían adormecido la potencialidad humana.

(1) Inspiración: Del latín Inspiratio, estímulo o lucidez repentina que siente una persona (Definicion.de).

(2) Intuición: Es la facultad de comprender las cosas al instante, sin necesidad de realizar complejos razonamientos. A nivel Filosófico y Epistemológico, la intuición está relacionada al conocimiento inmediato, directo y autoevidente. No requiere por lo tanto ningún tipo de deducción (Definicion.de).

El Principio Biocéntrico como la ética del amor a la vida, se va absorbiendo de forma progresiva en cada sesión, es una experiencia personal que me ha cambiado la forma de percibirme y sentirme primeramente, mirarme a los ojos y reconocermme que soy humana, que puedo equivocarme, que no tengo que ser perfecta para nadie, que soy sagrada por el simple hecho de ser un milagro de vida. Recuperar mi fuerza interna, perdida en el complacer al otro para que me amaran, me llevó a un caminar entre mis luces y mis sombras para llegar a encontrarme cara a cara conmigo, recuperar mi amor propio y a partir de allí reordenar mis sentires, mis prioridades, mis sueños y hasta saltar al vacío para comenzar de cero en mi vida, con la única certeza que yo estoy presente en mi vida, recupere la ética conmigo misma. Este re-aprendizaje afectivo tomó su tiempo y aun continua en proceso, mas el respeto por mi vida ya es una acción presente en mí que no depende de nadie y al mismo tiempo se nutre en el útero amoroso de mi grupo, de mis seres queridos, que es un poder transformador, catalizador de emociones, de miradas que hablan historias y al mismo tiempo sanan heridas, donde el tomar de las manos es una forma respetuosa de sostener la vida. *(Patricia Molaro)*

“Ahora, parece ser que podemos empezar a entender que la “intuición” u otros estados de la conciencia, que el cuestionamiento de la “objetividad” como criterio final del consenso, puede ser también una metodología posible, incorporando tanto el cuerpo como la emocionalidad, abriéndonos a la humildad de “lo que sentimos de verdad”, dejando atrás la arrogancia de la “ciencia” y de sus paradigmas esclavizantes”. Pedro Labbe Toro y Ricardo Pastene Beytia, Inconsciente Numinoso, Desarrollo original de acuerdo a

Rolando Toro Araneda (Material en construcción, anexo Escuela de Biodanza Tamarugal de Iquique, Escuela Biocéntrica de Santiago).

3.2.- Importancia de la Ética en los tiempos actuales: Cultura Escindida y Cultura Biocéntrica.

“El fracaso de las revoluciones sociales se debe a que las personas que las promueven no han realizado, en sí mismas, el proceso evolutivo. Las transformaciones sociales sólo pueden tener éxito a partir de la salud y no de la neurosis o del resentimiento. De otro modo, los cambios sociales sólo sustituirán una patología por otra”. (Rolando Toro Araneda)

La desvinculación con todo lo viviente ha generado una cultura depredadora, las patologías culturales se expresan con sistemas disociados de sus ciudadanos, con el posicionamiento de verdades indiscutibles y guerras santas sin sentido, donde el poder genera poder sin importar consecuencias, donde la naturaleza es un negocio y no un ser vivo que requiere cuidado, donde el hombre es fuerza de trabajo o voto posible y no un ser sagrado, donde el niño en muchos casos no es un ser deseado sino una consecuencia de, donde la imagen vale más que la identidad. Esta cultura escindida disociada de la vida, a través de los siglos ha influenciado al ser humano, pasando muchos de estos valores y costumbres de generación en generación a través de la educación familiar como fuente de formación a la vida. No pretendemos con esto culpar a nuestros padres, sino reflexionar cómo podemos ser agentes de continuidad o de cambio.

Observando la historia en general, hasta ahora todo está basado en seguir “**La Ley**”, cosa que no objetamos, simplemente acotamos que se hace bajo obediencia, aquello que debe ser cumplido sin discusión, sin reflexión, sin objeción, donde el hombre simplemente es objeto de cumplimiento; pero hay un elemento presente y silente que denota un antes y un después en el tiempo: A.c. y D.c. Cristo, a quien denominaremos “**El Amor**”, marcó sin lugar a dudas una

huella en la historia, iniciando una nueva, era donde amor y misericordia son la plataforma, su misión como Maestro del Amor. Históricamente su legado no ha sido plasmado tal como fue su enseñanza, ciertamente el amor por la vida, la dulzura, la vinculación directa con el Padre desde el Amor, así como motivar a otros a saber que “De cierto, de cierto os digo: El que en mí cree, las obras que yo hago también él las hará; y mayores que éstas hará; porque yo voy al Padre, Juan 14:12”, fueron y son amenazadoras para las culturas y modelos de poder, mas su legado ha trascendido el tiempo o mejor dicho dividió el tiempo. En el aquí y en el ahora, cabe destacar que esta época la podemos denominar “**Responsabilidad**”, en estos momentos estamos conscientes de ser una sociedad enferma, con necesidad de atención y de acciones concretas para efectuar cambios profundos que son imperativamente requeridas, para sobrevivir.

El Principio Biocéntrico ya lo hemos dicho, es la Vida al Centro, por tanto, el accionar consciente cabe en cada uno de nosotros, donde ya no bajo la “**Ley**” obedecida a ciegas, o siguiendo el “**Amor**” de otro, ahora es como protagonista “**Responsable**” de ser maestros del amor, viviendo la sacralidad de la vida y reescribiendo la ética por la vida como individuos conscientes. Solo puede haber evolución social cuando cada uno de los integrantes toma responsabilidad por su vida.

“Nuestra acción es, por lo tanto, una abierta trasgresión a los valores de la cultura contemporánea, a las consignas de alienación de la sociedad de consumo y a las ideologías totalitarias”. (Rolando Toro Araneda)

Biodanza propone en su ética que la identidad del individuo sea rescatada del adormecimiento colectivo inducido por sociedad de turno y favorecer la expresión sus potenciales genéticos bajo un sistema de integración, donde resultado sea el florecimiento de ese ser consciente de sí.

“Participamos así de una visión diferente, buscamos acceso a un nuevo modo de vivir, despertando nuestra dormida sensibilidad”. (Rolando Toro Araneda)

La competitividad, la alta eficiencia, respuestas rápidas sin importar horarios fueron mi norte por muchos años en mi desempeño laboral, la vinculación con el otro era estrictamente de trabajo, con muy poco tipo de acercamiento al ser humano, siendo un hecho amenazante para mí. En mi entender profesional, nunca debía rechazar el trabajo y por el contrario era un honor “cargarme con el trabajo de tres personas”, sentía que era eficiente, profesional y responsable. Hoy miro hacia atrás y confieso que esa foto me espanta. De haber continuado en ese ritmo tal vez seguiría siendo eficiente, no lo pongo en duda, pero amargada, sin vida, sin sueños, sin ganas, muy probablemente con una salud comprometida y totalmente disociada.

El Sistema Biodanza durante todo este tiempo como estudiante y en las vivencias, me ha dado un reaprendizaje de vida desde el amor, que han ido integrándose en mí y hoy día me aplaudo por las decisiones tomadas, por los cambios de vida de 180 grados que di por vivir, consciente que la danza de integración es continua, me he descubierto en otro ritmo, más lento, más amable conmigo. Salir del espacio escindido de mí, para entrar al espacio sagrado en mí, me ha dado una re-significación a mi existencia, ya no desde el hacer, sino desde el ser, el potencial creativo ha emergido como una hermosa tierra fértil de libertad, la pintura ha vuelto para quedarse y las artes plásticas son una vía de expresión hoy día redimensionada. La vinculación con el otro tiene un significado afectivo y de nutrición, para descubrirme y descubrir; la vinculación con el todo me lleva un sentido de armonía, equilibrio y paz, con una sensibilidad atenta percibir mas allá de lo evidente. *(Patricia Molaro)*

3.3.- Ética y Estética

El termino estética proviene griego Aisthètikè: sensación, percepción, sensibilidad e Ika: relativo a, se define entonces como el estudio de la percepción en general, sea sensorial o entendida de manera más amplia (Wikipedia.org).

Definido por Rolando Toro Araneda en su libro *Inteligencia Afectiva* (2010), como:
“El fundamento de la estética no es formal, sino cenestésico. Lo estético es un modo de percibir en el cuerpo los procesos integrativos de placer o desagrado, del orden implícito en las sensaciones internas, en las vivencias y en el inconsciente vital. La estética, por lo tanto, como disciplina tiene que preocuparse de la sensibilidad cenestésica. Para alcanzar la percepción estética es necesaria la capacidad de sentir al mundo como cenestesia para unir la sensibilidad en la afectividad”

La ética y la estética son formas de percepción y cuentan con elementos comunes que son: el amor y la afectividad; la música y la danza dentro del Sistema Biodanza, son la vía que los refuerza. La afectividad es generadora de movimientos para la acción, entonces el movimiento pleno de sentido se orienta a la evolución de la vida hacia la plenitud.

4.- Preguntas abiertas a Didactas y Facilitadores sobre la Ética bajo la mirada del Sistema Biodanza

4.1. Preguntas reflexivas: Legado de la ética vivenciada

Al iniciar este punto queremos recalcar, que no es el propósito definir ni generar un código de ética, mas si rescatar de la vasta experiencia en Biodanza de Facilitadores y Didactas, tanto dentro como fuera de las aulas, que significa la Ética, generando un aporte nutricional como eco-factor positivo a todos los estudiantes y graduados en este maravilloso sistema. Simplemente expresar cual es el legado de ética que quisieran dejar, como su intuición.

“La transformación mediante Biodanza no es una mera reformulación de valores, sino una verdadera transculturación, un aprendizaje afectivo, una modificación límbico-hipotalámica”.
(Rolando Toro Araneda)

Dicho esto, les suministramos una carta con preguntas reflexivas que serán nutridas con sus experiencias. Gracias, infinitas Gracias!

Mi querido(a)

Te escribe la voz de cada uno de los estudiantes de Biodanza a punto de graduarnos como Facilitadores, sin fronteras y sin tiempos. Como voz te hablare en singular, mas sabes que somos muchos en este momento con las ganas de abrir las alas y continuar extendiendo Biodanza.

Tenemos tantas experiencias y transformaciones maravillosas en nuestras vidas a partir de integrar Biodanza, su Principio Biocéntrico, la Sacralidad de la Vida, que siento importante que se transformen en aporte nutricional para todos, especialmente para nosotros que comenzamos este camino como Facilitadores, es por ello que te pido me aportes tu experiencia sobre la ética integrada hasta

ahora, como legado de vida, estoy buscando un sabio que conoce muchas verdades en su corazón.

Ya Rolando Toro Araneda describió, tanto en los Módulos de Inconsciente Vital & Principio Biocéntrico, como en Acción Social, la Ética de Biodanza como metodología en el aula y esto para mi quedó claro. Más en ese danzar día a día de la vida, dime por favor, ¿Cuáles son esos aspectos éticos, las actitudes y valores que has integrado: en relación contigo misma, en relación con tus colegas, en relación con tus maestros, en relación con tus alumnos y en relación con el todo? ¿Qué posibles aspectos negativos consideras debo observar preventivamente, estar alerta? Quiero sumar tu experiencia con la experiencia de tantos sabios como pueda, mas dejar claro que no es el propósito generar un Código de Ética, simplemente plasmar una intuición del sentir ético en Biodanza entre los Facilitadores y Didactas.

Tu respuesta es trascendente.

Gracias y un abrazo dulce de paz

“El saber con certeza que no somos seres aislados, sino que participamos del movimiento unificador del cosmos, basta para desplazar nuestra escala de valores. Pero este saber con certeza no es un saber intelectual, sino que es un saber conmovedor y trascendente”. (Rolando Toro Araneda)

“No es la consistencia ideológica de una persona lo que interesa, sino su consistencia afectiva y su práctica de movimiento-amor”. (Rolando Toro Araneda)

4.2. Resultados y Conclusiones: Lineamientos para una aproximación a la Ética en el Sistema Biodanza

El propósito de esta investigación, nace de la inquietud sobre un elemento intangible como lo es la ética dentro del Sistema Biodanza, ya en miras de colocar

nuestro corazón al servicio de otros en nuestro quehacer diario como Facilitadores de Vida.

Pretendemos mostrar la experiencia de quienes ya han iniciado este tránsito de forma sencilla, poder resumir los sentires y direcciones para nosotros que vamos iniciando este maravilloso camino de facilitación para la transformación humana, extendiendo nuestra mano para nutrir al otro en cada espacio de Vida.

Las amorosas y sentidas respuestas recibidas fueron diversas, aportando elementos éticos, antiéticos y reflexivos. Dada su variedad las agrupamos por categorías relativas al Sistema Biodanza.

Reiteramos nuestro agradecimiento a todos los que respondieron a este llamado, a Ustedes nuestra honra y respeto por abrir su corazón, cada palabra, cada sentir transformó nuestras miradas, nutriéndolas, reafirmandolas y acompañándolas como águilas que inician el vuelo.

Estos son los resultados que hemos agrupado sobre el sentir Ético de Biodanza:

1) El sentir más resaltante a todos los entrevistados, corresponde al **Principio Biocéntrico**, meditando sobre la propia vida y la trascendencia, de la cual rescatamos las siguientes reflexiones:

- *“Un referente fundamental para la conciencia ética es el principio biocéntrico en relación conmigo con el otro y con el todo. El Principio Biocéntrico es la clave que nos permite darnos cuenta si nuestro proceder en aquello que hacemos o decimos es congruente con nuestra conciencia”.*
- *“Yo creo que sin código nuestro trabajo es muy fácil de perderse, que Rolando dice también que cada quien guarda su Kiosco de Coca-Cola y le importa nada más su lado”.*
- *“La capacidad del vínculo, la sensación de sentir placer, de convertirme en creadora de mi propia vida, me di cuenta de lo trascendental que era para mí la vivencia de estar viva”.*

- *“La vida al centro, la sacralidad y de a poco va trascendiendo a la conciencia, con generosidad y mucha responsabilidad”.*

El Principio Biocéntrico se plantea como un nuevo paradigma con propósitos humanistas, para vivir mejor, para una humanidad consciente y plena. El respeto por la vida equivale a comprender su sacralidad y el Sistema invita al despertar de la grandeza humana.

Por tanto, el cuidado y la responsabilidad como facilitadores de vida es integrar el sistema de forma coherente como individuo, para generar espacios vivenciales nutricios y afectivos en nuestra vida y en la entrega a nuestros alumnos, somos artesanos del amor.

2) El Respeto por la Identidad: Lo que cada persona esencialmente es, donde resaltamos los siguientes comentarios:

- “Cuando me empecé a mirar en el otro, en las sesiones de Biodanza, comenzó de inmediato a surgir otra manera de verme a mí misma como un ser legítimo”.
- “Al respetar profundamente al otro aunque piense diferente de ti, aunque su ideología o creencia, manera de comportarse, elecciones sean diferentes a las tuyas y lo que tú harías y seguir sintiendo que es parte de ti. Que por lo tanto, tienes la responsabilidad de cuidarlo, de empatizar con él, de mirarlo a los ojos y sentir lo que te une a él, más de lo que te diferencia, pienso que eso es un referente de ampliación de conciencia”.
- “El respeto al otro, en el valor, la acción y la elección de otro, que demuestra que es, donde está y que tengo que ver desde la mirada amorosa o respetuosa, aunque sea distinta a mí, es toda una danza continua”.

- “Puedo observar que mi manera de accionar, como persona y como facilitadora, puede ser muy distinta a la de otros y respetarlo, es algo que he aprendido a hacer. Saber que algunos compañeros y maestros en mi vida me gustan más que otros, y no porque sean mejores o peores, sino porque simplemente son distintos, y ese ser distinto me puede acercar o alejar. Si me acerco, seguro aprendo y me sorprende. Los admiro cuando veo en ellos coraje, amor, alegría, simplicidad, naturalidad, ternura, autenticidad y profundidad. Sé que es en esas expresiones de vida donde quiero estar, y lo hago, aceptando mis limitaciones. Y así siento que llego al otro, como profesora de Biodanza. Siento que esta profesión puede llegar a ser un arte, cuando soy capaz de ejercerla desde mi amor más profundo”.

Lo común a todos estos sentires es una identidad fortalecida, desde la mirada del otro me defino, me respeto, me valido, me amo, y aunque seamos distintos seres, con historias disímiles puedo aprender de ti. Desde el espacio amoroso de Biodanza puedo accionar conscientemente el re-educarme y ser un observador activo y reflexivo de mis acciones, con valentía y coraje para abrazar mis sombras, trascendiendo el hábito de ver siempre todo lo malo afuera. Así nos hacemos responsables y congruentes, dos valores fundamentales en la Identidad de un Facilitador de vida.

3) El Respeto a la Progresividad de los alumnos:

- “Me parece poco ético admitir en los grupos a personas nuevas en grupos de mucho tiempo, me parece muy poco ético, porque las personas nuevas tienen que partir en un grupo de inicio y si no le hacemos un daño terrible, algunas se quedan y otras salen espantadas y no vuelven nunca más”.
- “Ser cuidadoso con los alumnos, no interferir en sus procesos respetándonos sus tiempos, sus caídas, sus aciertos. La actitud de un facilitador es la de acompañar siendo modelo para sus alumnos”.

- “He trabajado en muchas partes del mundo, con diversidad de grupos, con sólo mujeres, con sólo hombres, con grupos heterogéneos, de índole personal o empresarial. Y en todos mantengo una mirada: delante de mí está un ser humano con necesidades, instintos, emociones, deseos, vulnerabilidad, miedos. Un ser humano que a mí me transmite ternura, incluso cuando muestra resistencias o rigideces, y más aún allí me dan ganas de proponerle vivencias que lo hagan florecer y que lo reciba como algo natural, ya que lo conecta con su propia vida. Ir con ellos tan lejos o cerca como ellos vayan dando la pauta. Creo que en el tema ético, escuchar es fundamental, escuchar a la persona, escuchar al grupo, a sus resistencias producto de aprendizajes pasados, y considerarlo como un proceso natural. Y respetar eso, trabajar con progresividad y desafiar un poco, con amor, para ir trascendiendo realidades que ellos inconscientemente han construido”.

Un aspecto ético de suma importancia, es respetar la progresividad en los grupos como metodología del Sistema Biodanza. Pretender que personas iniciales toleren el nivel de vivencia de un aula avanzada, es violentar su proceso biológico y existencial. Una sesión de Biodanza es una lluvia de ecofactores positivos para el re-editar de nuestra vida y el nivel de madurez para integrar estos, se expresa por la cantidad de sesiones a las que hayamos asistido de forma regular.

4) La Ortodoxia en la práctica del Sistema Biodanza:

- “En mi experiencia las reglas deben existir porque las “percepciones” son tantas como momentos y seres humanos existen, por lo tanto estoy convencida como facilitador en Biodanza que necesitamos respetar la estructura metodológica en nuestras aulas, respetando la ortodoxia que nos allana el camino cuidadoso y “sensible” para incorporar suavemente a nuestros participantes iniciales llevándolos “de la mano” en un proceso gradual y profundo”.

- “Entonces, eso a mí me parece muy poco ético, usar una herramienta, un sistema sin conocerlo, ya que un sistema que fue estudiado con minuciosidad y sigue siendo estudiado, entonces, me parece que es poco ético no tener un conocimiento profundo de la semántica musical, ya que a través de la música, es cuando nosotros podemos deflagrar las vivencias que queremos obtener”.
- “Como facilitadora la ortodoxia va de la mano con la ética, la no competencia, y sobretodo soltar el ego y saberse humano para poder acompañar a otros humanos. “Ser cuidadoso con los alumnos, no interferir en sus procesos respetándolos sus tiempos, sus caídas, sus aciertos”.
- “Mi recomendación sería cuidar la progresividad en tus clases, ser ortodoxo, amoroso”.

La ortodoxia se asocia a lo correcto o a lo verdadero, entonces para un Facilitador de Biodanza es fundamental estudiar, comprender, integrar y respetar el Sistema, tal y como lo recibimos durante los años de formación.

5) Los Valores:

- “La actitud de un facilitador es la de acompañar siendo modelo para sus alumnos. La actitud con otros colegas es la de compartir, respetar y nutrirse con el fin de alcanzar los objetivos que promueve la Biodanza”.
- “Se trata entonces de ser menos personas y ser más seres humanos, rescatar lo esencial y sacar y hacer lo mejor de cada uno, dar lo mejor sin esperar alabanzas, acostarme a dormir con el corazón pleno sabiendo que hice el “bien y di lo mejor de mí”.

- “Ser Facilitador implica convicción, honestidad, responsabilidad y compromiso: conmigo, mis colegas, mis alumnos. Ambos valores me sostienen en mis fortalezas y debilidades, la ternura como un estado sublime de la afectividad, sin máscaras”.
- “De allí la congruencia con lo que planteaba Rolando: no emitir juicios y estar atento a la escucha del otro”.

La conciencia ética se sostiene en valores que apoyan la vida, que nos permiten orientar nuestros comportamientos en función de lo que realizamos como personas, en este sentido los valores en Biodanza nutren nuestra conciencia como Facilitadores de Vida, para vivir en plenitud y goce. Integrando también la cooperación vs. la competitividad inserta en la sociedad actual donde vivimos.

4.2.- Observaciones para accionar

La ética para todos los facilitadores y didactas que participaron en esta monografía, consideran que el tema es fascinante, vigente y trascendente. Donde es necesaria la colaboración de toda la comunidad de Biodanza para abordar temas concretos sobre ética, generando espacios de orientación y consulta que puedan modelar los comportamientos y acciones en facilitadores y didactas, que sostienen de alguna manera “la vida”.

5.- Nuestras Vivencias, Ética y Vida.

VIVENCIAS PATRICIA MOLARO

Desarrollar este tema, ha sido más que un proceso de investigación de cuadernillos, apuntes, videos, entrevistas, realmente ha sido un proceso de mirarme cuan ética he sido conmigo en mi vida.

Y es que mi escapar
Me ha traído a mí
A mirar mis ojos
Y sentir en mí danzar
Que escogí vivir
Desde la alegría inocente
Que se deja maravillar
Por cada aspecto de vida que me habita
Y me lleva al afluyente lleno de Amor
Que ha hecho al Universo y me hace diferente
El milagro de ver
El Universo que habita
Dentro de cada ser
Cuando el corazón palpita
Cuando se desgarran la piel
Dejando caer pedazos oxidados
Que solo ocupan espacio
Y no dejan resonar
El alma pura que quiere danzar
Bajo el Universo coherente
Que nada juzga y que solo siente....

Este poema lo escribí, en el Módulo de Creatividad, donde trabajamos con varias preguntas, entre ellas: No hablemos de cambios hasta no saber que queremos

conservar, ¿Qué quiero conservar en mi vida? A partir de este módulo, comenzaron a pasar cosas, movimiento pleno de sentido expresándose a su ritmo. De mi historia personal resumo que la ética hacia mí era inexistente, mi vida era en función de hacer feliz a los otros, de trabajar, proveer, hacer, competir, en resumen totalmente disociada de la vida y de mi identidad. Varios caminos recorrí antes de llegar al Sistema Biodanza, de lo cual no me queda duda que la Vida busca expresarse y ser, hoy en la distancia veo que fueron hitos para llegar a este encuentro conmigo, encuentro que sigue siendo con luces y con sombras.

El sistema Biodanza con su progresividad, tanto en las vivencias semanales como en los nutricios módulos mensuales de formación, me enseñaron espacios sanos para re-significar mi vida, tomar conciencia de valores éticos de cuidado a la vida que nunca conjugaba en primera persona y esto ha sido todo un reto: accionar cerrando mi restaurante, perseverando en mi carrera como Facilitador de Biodanza, ambas me reencontraron con mi pasión, una para decirme que ya no estaba y la otra para darme la bienvenida.

Ha sido un camino de luces y de sombras, tengo que decir que el espacio de las sombras fue el que me arrojó más luz, para enfrentar verdades que no quería ver de mí, islas borrascosas y turbulentas en las que puse resistencia muchas veces hasta agotada, soltar y llegar las respuestas. Todavía me quedan islas borrascosas por reconocer más mi actitud ante ellas es de sanar y re-escribir mi historia.

Concluyo, estudiar el Sistema Biodanza es un regalo de vida para mí, que me ha permitido descubrir mi sentido de pertenencia, mi sacralidad, mi dignidad, conmoverme con mi vida, con mis células, con mis emociones, con mis potenciales, enamorarme de mí.

Ser Facilitadora de Vida es una misión de amor para mí, una necesidad urgente de llevar una posibilidad de vida desde la salud a todo aquel que busca, como un día yo busqué.

VIVENCIAS BEATRIZ MORILLO

Este tema llegó a mi vida sin buscarlo, quizás ya estaba lista para ver más allá de mis ojos, para sentir con mi alma la esencia de Biodanza.

La Ética que he cultivado a lo largo de estos años, me ha llevado a ser mejor persona, me ha permitido tomar las riendas de mi vida, en esa danza de “Dirección de Orquestas”, cuando tímidamente tome esas batutas y sentí que se volvieron independientes de mandatos, ordenes de afuera, podía ser yo y nada pasaba, es decir, ocurría que estaba reconciliándome y permitiendo mi propia compasión. De esa forma podía ver al otro con otros ojos, con la mirada que habla de mi solidaridad, de mi amistad, de mi servicio, de mi amor.

La danza de “Yo soy lo que soy”, que reafirma mi identidad, que aploma mis fuerzas y me integra, en movimientos que expresan la fluidez y el ritmo de mi vida, pausado y acelerado y en equilibrio.

Entender desde mi centro corazón que la vida va por delante, que tiene un lugar privilegiado, que descansa sobre la calificación y se crece para ayudar a otros corazones a encontrar la felicidad y la ganas de vivir,

He levantado mi ser, se ha iniciado mi vuelo hacia rumbos y destinos que dependen de mí, de mis decisiones, gustos y necesidades.

Que iba a pensar que tantos cambios han sucedido con solo atreverme a ser, a danzar, a comprometerme, a arriesgarme.

Definitivamente el Sistema Biodanza se impregno en mi piel, en mis órganos, en mis emociones y afectos, en todo lo que soy.

Comprender la Ética desde la mirada del Sistema Biodanza afianzó mi compromiso, mi entrega y apertura para seguir construyendo un mundo mejor para mí, para el otro y para todo lo que me rodea.

Infinitas gracias por mostrar y enseñar las bondades de este sistema que me enamora perdidamente de la vida.

VIVENCIAS JOHN BODDEN

Esta sería para mí las consideraciones éticas que debería tener los Docentes, las virtudes éticas:

1. Sentir y ser coherente con el Principio Biocéntrico y sus manifestaciones tales como la auto regulación, la progresividad, la fluidez de la vida.
2. Fomentar valores del Sistema Biodanza a través del ejemplo y la coherencia a los alumnos.
3. Identificar y empatizar con las necesidades del grupo en una sesión y confiar en el sistema y la vida.
4. Conocer en profundidad el Marco Teórico de la propuesta del Sistema Biodanza.
5. Preparar las sesiones tomando en consideración la semántica, las danzas, las consignas respectivas.
6. Minimizar el juicio, las personas son como son, mas ello no implica que te dejes avasallar. Establecer límites cuando sea menester.
7. Propiciar la cooperación y no la competencia.
8. El facilitador es un instrumento, no un divo con el ego que no cabe. ¡Cuidado! no te sientas tentado, pues eres también humano, se humilde siempre.
9. Cuando tengas que defenderte hazlo, más que tu intención no sea agredir al otro o tener agendas ocultas.
10. La persona que sienta la necesidad de estar en terapia individual, será de gran ayuda para su propio crecimiento.
11. Confiado en sus recursos y en la Vida, es optimista, fluido cuando requiere serlo, más sin embargo firme cuando también se requiera, tiene una alegría inmensa de disfrutar la Vida.
12. Sabe que no controla todo, en vez de ello tiene la ilusión de control de todo y ambas son diferentes.
13. Es consciente y ha integrado la sacralidad de vida en sí mismo, en los otros y con el Todo.
14. Califica en vez de descalificar. Parte que lo peor no es odiar, sino la descalificación, tanto de sí mismo como a sus pares y sus alumnos,

15. Sigue su corazón. Ama y perdona con inteligencia afectiva, por eso no tiene miedo de mirar a otro, pues cuando lo hace se muestra, valida y reconoce al otro.
16. Asume su identidad y su desarrollo es un proceso.
17. Se fija en lo positivo de sí mismo, sin perder de vista lo negativo, no para reprimirlo, sino para integrarlo.
18. Cree que el ser humano se construye a sí mismo, de manera constante, no cree en el determinismo.
19. Es coherente consigo mismo, es decir entre lo siente, piensa y actúa.
20. Muestra coraje de vivir y asume riesgos.

Bibliografía

Aristóteles, (2000) *Ética a Nicómaco*; Araujo y Marías (traduc) Editorial, Centro de Estudios Políticos y Constitucionales, Madrid, España.

Aranguren, J. (1984) *Ética*; Edit. Alianza Madrid,

Cortina, A y Martínez; E. (2008) *Ética*; Edit. Akai, Madrid, España.

Denis, L. (2000); *Ética y docencia*, Fondo Editorial de la Universidad Pedagógica Experimental libertador, Caracas, Venezuela.

Ferrater. J. (1994) *Diccionario de filosofía*; Edit., Ariel, Barcelona, España.

Escobar; G. (2003). *Ética introducción su problemática y su historia*, Edit. McGraw-Hill Interamericana, D.F.; México.

Savater, F. (2004) *Ética para Amador*. Edit. Ariel, Barcelona.

Rodríguez, V, Frade, P. y L. Albero (1996), Edit. Longman de México editores, S.A. México.

Rolando Toro (2009) *Biodanza*, Edit. Índigo, Cuarto Propio.

Rolando Toro (2010) *Inteligencia Afectiva, La unidad de la mente con el universo.* , Edit. Cuarto Propio

Tugendht, E. (1997); *Lecciones de Ética*; Edit. Gedisa, Barcelona, España

Toro Verónica, Raúl Terrén (2008) *Biodanza, Poética del Encuentro*. Lumen, Colección Cuerpo, Arte y Salud, Serie Roja.