

**EL MODELO TEORICO DE BIODANZA:
UN MODELO PARA LA VIDA**

**THE THEORETICAL BIODANZA MODEL:
A MODEL FOR LIFE**

Jesus Maria Martin Atienza ^[1]

Facilitador y Didacta Internacional de Biodanza
IBFed: HISP. 1509. **ORCID 0009000826885317**
biodanzaleon@gmail.com

DRA. Eucaris m. Rodriguez B. ^[1]

Facilitadora Internacional de Biodanza
IBFed. 1615. **ORCID 0009000162359807**
Investigadora Activa Universidad de Oriente NE.
eucadiaz@yahoo.com

Este Artículo fue:

Recibido el: 23/06/24

Aprobado el: 15/08/24

Resumen

El presente Artículo está referido al Modelo Teórico de Biodanza, el cual, según Cecilia Toro, es un Modelo Ontocosmológico, no es un Modelo Antropocentrico, ni es un modelo biológico. Es un Modelo Científico. Se sustenta en varios paradigmas de la ciencia actual. Muchos de los estudios previos y acontecimientos dados por experiencias de expertos nos dicen que somos hijos de las estrellas. Hay varios libros que hablan de ello y documentales al respecto, en base a la composición del planeta y de la vida. Respecto al Modelo Teórico de Biodanza para entenderlo, es un modelo que vincula al hombre con la naturaleza. Entonces el Modelo Teórico de Biodanza representa a una persona, a cualquiera de nosotros. A cualquier Biodanzante que practica mucho la Biodanza y alguien que se integra en algo más grande. Primero se integra en toda su especie, en la humanidad y luego se integra en lo que es la vida, lo que es el cosmos, lo que es el universo. Su creador Rolando Toro A., lo creó por parte y su desarrollo genero mucho tiempo y años. En este artículo se describen las fases importantes del mismo, comenzando desde el origen de la vida, el caos, las zonas disipativas, así como desde su cotidianidad, el ser humano se desenvuelve en la espiral evolutiva de su vida, fortaleciendo su identidad e integrándose como un ser cósmico, y de esta forma trascender, evolucionar en su existencia física y no física. La metodología utilizada estuvo referida a la investigación documental, basada en el análisis de videos informativos, lectura

de textos, entre otros. Como reflexiones finales tenemos que es un Modelo sustentado en la ciencia, con extenso, complejo y profundo conocimiento de la evolución del hombre, sus experiencias vivenciales y existenciales que permiten un entendimiento más claro, preciso y conciso de la realidad vivida y experimentada por cada ser, desde el inicio de su gestación, desarrollo, crecimiento y muerte.

Palabras Claves: Modelo, Biodanza, Vida.

Abstract

This Article refers to the Theoretical Model of Biodanza, which, according to Cecilia Toro, is an Ontocosmological Model, it is not an Anthropocentric Model, nor is it a biological model. It is a Scientific Model. It is based on several paradigms of current science. Many of the previous studies and events given by experts' experiences tell us that we are children of the stars. There are several books that talk about it and documentaries about it, based on the composition of the planet and life. Regarding the Theoretical Model of Biodanza to understand it, it is a model that links man with nature. So the Biodanza Theoretical Model represents a person, any of us. To any Biodanzante who practices Biodanza a lot and someone who integrates into something bigger. First it is integrated into its entire species, into humanity and then it is integrated into what life is, what the cosmos is, what the universe is. Its creator, Rolando Toro A., created it on his own and its development took a lot of time and years. This article describes its important phases, starting from the origin of life, chaos, dissipative zones, as well as from its daily life, the human being develops in the evolutionary spiral of his life, strengthening his identity and integrating as a cosmic being, and in this way transcend, evolve in its physical and non-physical existence. The methodology used referred to documentary research, based on the analysis of informative videos, reading of texts, among others. As final reflections we have that it is a Model based on science, with extensive, complex and deep knowledge of the evolution of man, his experiential and existential experiences that allow a clearer, more precise and concise understanding of the reality lived and experienced by each being. , from the beginning of its gestation, development, growth and death.

Keywords: Model, Biodanza, Life.

Introducción

La base conceptual de Biodanza proviene de una meditación sobre la vida, del deseo de renacer de nuestros gestos despedazados, de nuestra vacía y estéril estructura de represión. Podríamos decirlo con certeza: de la nostalgia de amor. El sistema Biodanza pertenece a las ciencias humanas. Tiene una sólida base teórica y un modelo operacional. Se estructura en fundamentos científicos basados en la Biología, la Psicología, la Etología y amplios estudios de Antropología y Danza. Un modelo en ciencia es una búsqueda de una imagen, una propuesta que sirve de instrumento para la investigación de aquello que se quiere estudiar.

Disponible en Línea en: <https://www.umazuasti.com/publicaciones/2020-09-18-origen-y-evoluci%C3%B3n-del-modelo-te%C3%B3rico-de-biodanza/>

El modelo permite orientar la investigación, formular hipótesis, establecer relaciones y comprender mejor la finalidad, en la concepción del modelo hay una especie de visión totalizadora a priori.

Un Modelo Teórico básicamente es un dibujo que representa una realidad, una teoría, un hecho que va cambiando el tiempo. Por ejemplo, un Modelo Teórico muy conocido puede ser la Doble Helice Helicoidal del ADN, otro puede ser las Tres Instancias Psíquicas de Freud, otro puede ser el Modelo de Tolomeo, del antigua Grecia. Todos en particular representan una aproximación de la realidad estudiada. Si esa realidad va cambiando con el tiempo porque los conocimientos se van perfeccionando, entonces a ese dibujo se le van añadiendo cosas o restando según proceda.

Modelo es "una representación simplificada de la realidad en la que aparecen algunas de sus propiedades" (Joly, 1988:111). El modelo reproduce solamente algunas propiedades del objeto o sistema original que queda representado por otro objeto o sistema de menor complejidad. Membribe, A. (2016).

Un Modelo es un ejemplar o forma que el individuo se propone seguir en la ejecución de algo. Los modelos capturan las características esenciales de lo que están representando. Son una representación simplificada de un objeto, sistema, proceso o idea que se utiliza para comprender cómo funciona. Equipo de Enciclopedia Significados, Significados.com. Disponible en:

<https://www.significados.com/modelo/> Consultado: 15 de septiembre de 2024, 01:47 pm

Modelo Científico

El modelo científico, usado por todas las ciencias puras, consiste en una representación gráfica, visual, del tema en análisis o estudio, es lo que se conoce como mapa conceptual. Es un conjunto de constructos – conceptos, axiomas, definiciones, proposiciones, leyes, entre otros. – relacionados entre sí que presentan un punto de vista sistemático y ordenado de un fenómeno, especificando las variables que intervienen en él, con el objeto de explicar y predecir lo que va a suceder. En: Significados.com. Disponible en: <https://www.significados.com/modelo/> Consultado: 15 de septiembre de 2024, 01:47 pm

El ser humano con el todo. Cada uno de nosotros viene con una historia, cada uno de nosotros viene con una realidad diferente con nuestras propias ideas y unos criterios de lo que es cierto o no, de lo que es bueno o no. Entonces es bien cierto que ninguno tenemos la capacidad absoluta de entender, comprender y poseer la verdad verdadera universal si es que existe. Ninguno deberíamos llevar por bandera la verdad. Desde este punto de vista el conocimiento es como un juego de colores donde tu percibes lo que percibes. A veces se ven más matices, a veces menos matices. Pero no hay una verdad única.

Habría una zona de caos anterior a la forma, lo dice La Teoría del Caos y que nos conduce a distintos niveles de organización de la materia. La Anabasis, yendo de átomos a moléculas cada vez más compleja que entre otras cosas organizan la vida. Entre los seres vivos nos encontramos, no como centro del universo, sino compartiéndolo y como somos seres humanos nos estudiamos, analizamos, nos amamos, entre otros.

Acá entra la Biodanza, como la Poética del Encuentro Humano, seres que, a través de la música, movimiento, vivencias y contacto, quieren desarrollarse, quieren ser felices, quieren aprender a vivir.

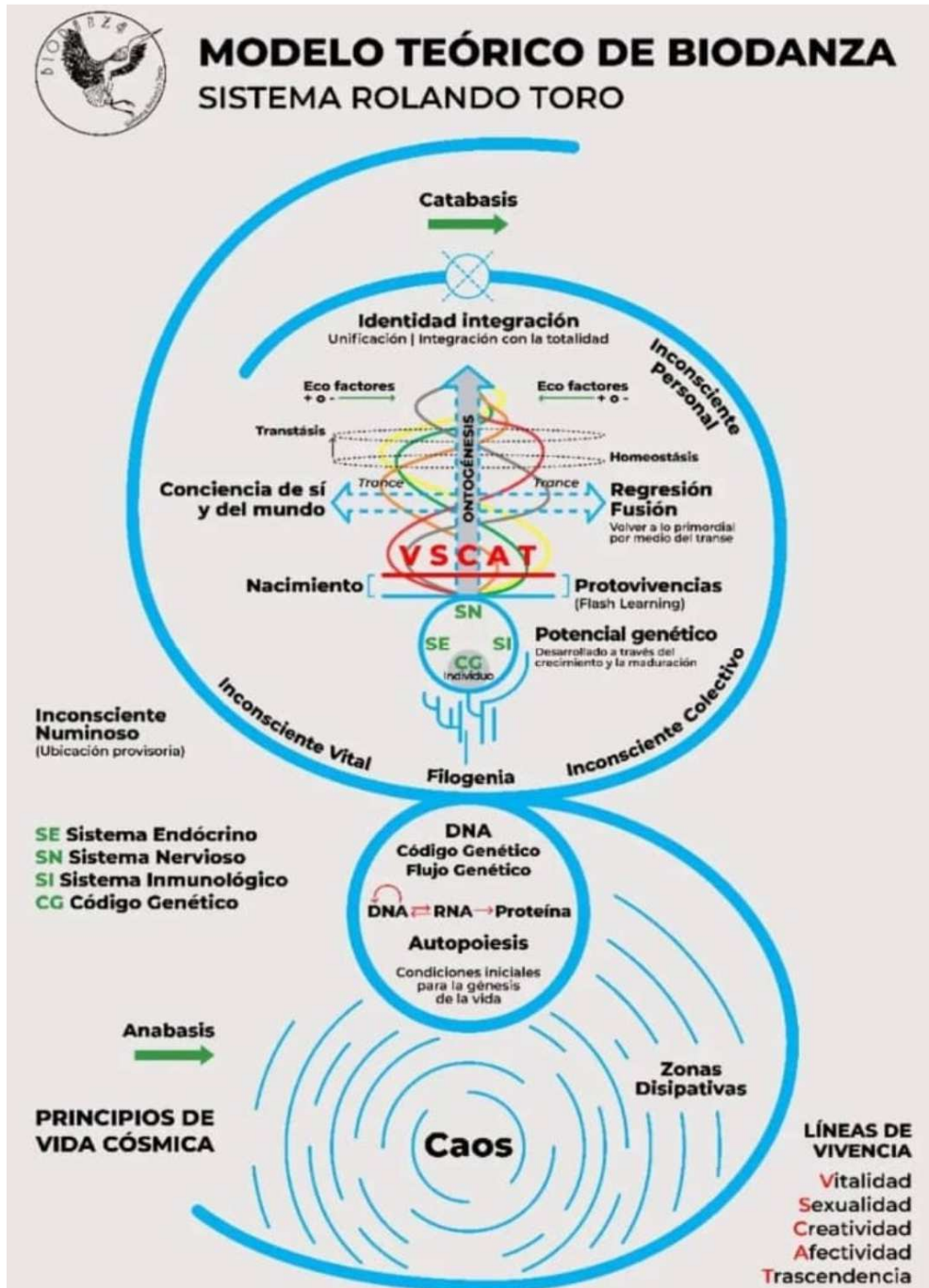
En este sistema nos movemos entre dos polos, Conciencia de sí y la Regresión, y danzamos las cinco (5) líneas de vivencias para desarrollarnos, danzamos en grupo, sino no tendría asunto. El objetivo del Modelo Teórico de Biodanza evolutivo y pulsante, tiene como objeto facilitar la expresión de la identidad.

Es un Modelo abierto como ven, pues cuando se llega a un proceso de regresión lo suficientemente, podríamos fusionarnos con el universo y alcanzar la expansión de consciencia, ser un bambi, ser un junquillo, ser cualquier cosa del universo, incluso ser la lluvia, la montaña o la música. Al salir de ese estado tendremos percepción ampliada, nos comunicaremos con el universo desde nosotros mismos, nos recuperaremos en el polo de la consciencia de sí. Por eso vemos y sentimos el mundo de manera diferente. Ahora nadie nos dice como son las cosas, son verdades para nosotros, como si nunca nadie las hubiera sentido, todo es sagrado. Ahora la vida es un imperativo cósmico. De ahí el Principio Biocentrico, el respeto a la vida, a los animales, plantas y al planeta que nos cobija.

Está claro, un día morimos y nuestros átomos se integran nuevamente al universo, es la Catábasis, mientras estamos acá, Todos Somos Uno, probado por la Neurobiología con el descubrimiento del Sistema Nervioso Espejo, que funciona también con los animales y que sucede también con las plantas y con todo lo existente, no existe el ser aislado, aunque si la alteridad que se respeta. Recuerden que lo primero que leíamos era Martin Huber y Marturana Humberto que nos hablaba del Acoplamiento Estructural, obvio que no existe la genética independiente del ambiente, eso está totalmente superado y la Biodanza nunca lo ha planteado. (Modelo Ernin Rossi, Genómica Psicosocial, probado ampliamente por la ciencia). Por otro lado, la Neurología ha probado que todos somos uno a través de los estudios del sistema nervioso espejo. Y para que decir la Epigenética, que se comenzó a desarrollar hace 50 años y en los últimos 20 años ha producido resultados extraordinarios. Así la ciencia en muchos campos nos corrobora que el Modelo Teórico, no es un modelo biológico, genético, astronómico, psicológico, es un Modelo Holístico, es un Modelo Científico. Rolando Toro decía, aprender a vivir. Aprender a ser feliz, con la alegría, el paisaje, con todo.

La Biodanza inyecta vida. Lo importante en Biodanza es que la gente sea amable, gentil, generosa. Fortalecer el corazón humano que debe latir con los otros seres vivos y con todo el planeta. Que nada de lo humano me sea ajeno. Con el avance de la experimentación nuevos conceptos fueron implementados. (C. Toro). Disponible en: https://youtu.be/gnOkK8j76-c?si=hXm920uABf0_pns.

Figura No. 1: Modelo Teórico de Biodanza



Fuente: <https://images.app.goo.gl/nnQzXUDF1Ce1Uj6>

Fase 1. El Inicio

Al principio fue el caos, eso en la física, en la metodología, los filósofos, los teólogos, allí todo el mundo considere que al principio fue el caos, lo más remoto que nos podemos alejar es el caos primordial, el caos en el universo, la explosión Bin Ban, la explosión más Yang que hubo y habrá en todos los tiempos. De ese caos venimos todos. La materia de la tierra, la materia de la que estamos hechos estuvo un día en la estrella inicial, en la explosión inicial. Literalmente somos hijos de las estrellas y no es ninguna frase poética es un hecho científico. El mismo calcio que está en nuestros huesos, el mismo hierro que corre por nuestra sangre, estuvo un día en las estrellas. Entonces también hay que comprender que la palabra caos no es desorganización como muchos creíamos. Caos es complejidad, no es desorganización y además es una complejidad auto regulable, no queda allí abandonada ella sola y siempre será caos, sino que se va regulando ella sola a sí misma.

Todo tendió y tiende al caos en un principio. En Termodinámica hay unas leyes, y la segunda de ellas dice que todo sistema tiende al caos, a la destrucción, a desestructurarse, a destabilizarse completamente, y a favor, existe algo que se llamaba *Anabasis*, la cual es la posibilidad de organización, de expansión, de crecimiento aun dentro del caos. Es un proceso de estructuración de una complejidad bastante importante y complejidad absoluta que nuestra mente que está acostumbrada a pensar desde las formas, desde las estructuras, desde los conceptos más o menos errados, no alcanza a entender.

La Anabasis se genera a través de unas zonas que se llaman *Zonas Disipativas*, zonas dentro del caos, pero donde se genera un cierto orden, aun dentro del caso, La Anabasis genera un cierto orden en las Zonas Disipativas. Las Zonas Disipativas es un concepto físico químico para explicar eso de que las condiciones originarias de vida no surgen del caos absoluto, sino de unas zonas concretas donde surgen estructuras coherentes y organizadas. En estas zonas disipativas ocurre lo contrario en la segunda Ley de la Termodinámica, donde aparecen estructuras donde se pueden organizar, se pueden crear de forma coherente y desarrollarse. Este es un concepto de las zonas disipativas que la descubrió un físico ruso que se llamó Ilya Prigogine (Moscú, 25 de enero de 1917-Bruselas, 28 de mayo de 2003). Quien fue un físico, químico, sistémico y catedrático universitario de origen ruso,

nacionalizado belga. En 1977 fue galardonado con el Premio Nobel de Química por sus investigaciones que lo llevaron a crear el concepto, en 1967, de estructuras disipativas.

Las Zonas Disipativas son conceptos importantes en la Teoría de Sistemas dinámicos y física, especialmente en el contexto de sistemas no lineales y caos. En términos generales, una zona disipativa se refiere a un área o región en la cual la energía de un sistema se disipa, es decir, se pierde en forma de calor o se transforma en otras formas de energía. Esto es común en sistemas donde están presentes fuerzas de fricción o resistencia. En términos específicos, en el contexto de la Teoría del Caos, un sistema puede ser considerado disipativo si su comportamiento a largo plazo tiende a estabilizarse en un conjunto limitado de estados o trayectorias, a pesar de la posible presencia de una gran cantidad de energía inicial. En un sistema disipativo, la energía que entra en el sistema no se conserva, lo que a menudo conduce a un estado de equilibrio o a la formación de estructuras organizadas a partir de la desorganización. <https://novaappai.page.link/UKqbDMeaVdy4UfKw8>. [15/9, 1:45 p. m.]

Según Rolando Toro, no basta con que se den estructuras coherentes para que surja la vida, porque es muy compleja. Se necesita algo más, un aporte, una energía externa para que se dé una estructura determinada y a partir de ahí se genere vida. Hace falta algo, mas no solamente las zonas disipativas. Rolando decía algo así: Si metemos un bombo de estos de juguetes, de estos de lotería, si metemos todas las piezas de un reloj de pulsera de esos de manecilla de dar vuelta, pero todas las piezas separadas, ninguna coincide, ninguna está montada sobre la otra, todas separadas y nos ponemos a dar vueltas al bombo, cerramos para que no se pierda ninguna y le damos vueltas y vueltas, la pregunta es: Cuanto tiempo tendríamos que estar dando vueltas a ese bombo para que todas las piezas del reloj encajaran de manera casual a base de dar vueltas y el reloj funcionara? Al final podría ser, aunque este un siglo dando vueltas, podría ser que se dé la casualidad y las piezas engranen; que la manecilla entre por el agujerito; que la cabecita entre en tal sitio y el reloj funcione. ¡Ni un millón de años! estaríamos dando vueltas para que eso pase, prácticamente imposible. Entonces al igual que este ejemplo, Rolando Toro no creía en este azar imposible, tenía que haber una matriz organizadora, una fuerza exterior, una energía que aporte algo al sistema, una energía que empujara de alguna manera ese proceso, un patrón invisible para que esas piezas encajaran, algo que ayude a esas piezas a encajar, porque si no sería imposible que se

genere la vida. Rolando pensó que esos patrones de vida, esos impulsos de vida existían antes incluso que las manecillas del reloj, antes del universo, antes que el caos.

Es así, que existía un plan de vida antes del universo, según Rolando, ese plan de vida antes del caos, como una especie de organización enérgica, visible que más tarde respaldaría la creación de vida. Esa fuerza matriz se llama *Atractor*. Un Atractor es una fuerza externa que modifica elementos y los lleva a una estructura determinada. Una especie de magnetismo, una fuerza que atrae, a veces repele y ayuda a que las cosas se organicen. Es como la pulsación de Biodanza que lo logremos, que se repele a veces, atrae otras veces. Ahora la pregunta entonces sería, Cual es el Atractor Universal, que fuerza, que magnetismo que fuerza organizadora hay en el mundo y en el universo que a veces atrae, a veces repele y que es capaz de generar vida. El Amor. Rolando lo llamo el Amor, el Amor a nivel Cósmico, el Amor a nivel Existencial. El Atractor Universal es el Amor. Por eso Rolando Toro hablaba mucho de esto, cuando perdemos un amor, cuando una pareja nos deja, nos abandona o sufrimos una traición, nos sentimos en el caos, nos sentimos como que disgregáramos, cuando sufrimos de amor, parece que la vida se cae, parece que hay una sensación de muerte, una tendencia al caos, a la destrucción, a la desorganización. Hay personas que se emborrachan, quienes se tiran por un puente, es una sensación horrible. Pero paradójicamente, lo único que nos puede ayudar a salir de esa situación, decía Rolando era también el Amor. El mismo motivo que nos llevó a esa situación, es el mismo motivo que nos puede sacar de allí. Es el Amor lo que me permite salir de esa situación conflictiva y que vuelva la coherencia a mi vida. Si no fuera así estaríamos en completa condena, eternamente condenados a sufrir. Entonces gracias al Amor el Sistema no tiende a la destrucción, a la desorganización, gracias a él, tiende a la pulsación entre el caos y el amor. Rolando decía, que bien nos viene a veces una separación, sentirnos rechazados, maltratados afectivamente para acercarnos al caos, nos viene bien para poder reconstruirnos, para poder regenerarnos y es necesario que la vida tenga estos procesos, la pulsación. Entonces ese magnetismo universal se llama El Amor. Y ahora si se darían todas las condiciones iniciales para la vida.

En los sistemas dinámicos, un Atractor es un conjunto de valores numéricos hacia los cuales un sistema tiende a evolucionar, dada una gran variedad de condiciones iniciales en el sistema.

Un Atractor es un concepto que se deriva de la teoría del caos y se refiere a un estado de organización de un sistema en el tiempo a partir de sus condiciones iniciales (Hooker, 2011). El Atractor es un estado donde el sistema tiende a volver, dándole estabilidad, coherencia y permanencia. Al principio era el caos, no parece haber duda de ello, pero luego, algo pasó. La ciencia sostiene que existe una capacidad espontánea de las cosas para organizarse, la cual sería una propiedad inherente de los sistemas complejos y dinámicos; es decir, de aquellos que poseen múltiples componentes, múltiples maneras de relacionarse entre ellos y múltiples trayectorias posibles derivadas de ese movimiento caótico inicial: tarde o temprano habrá “coincidencias” o choques en el espacio que harán aparecer anomalías, cosas nuevas derivadas de circunstancias impredecibles, pero que constituirán una modificación potencialmente organizadora de un sistema. A esa condición emergente la denominamos un “Atractor”. Disponible en línea en: <https://divulgación.miniciencias.gov.co/atractores>, [15/9, 4:44 p. m.].

En este orden de ideas, la Vida surge a través de procesos de Anabasis, no solamente es vida orgánica, hay algo más, hay vida como vínculo, hay afectividad, antes que la materia orgánica y todos los seres vivos traen esa información de serie, por ejemplo, el de engendrarse, traen esa información de serie. Claro que nuestra forma de pensar, nuestra consciencia no logra percibir esta cualidad y si se percibe no logra mantenerla constantemente por bandera. Si queremos un desarrollo en plenitud no tenemos que estar en consonancia con lo que late ahí fuera en la vida, tenemos que estar en armonía con nuestro entorno para poder desarrollarnos. Si nuestro entorno es la vida, si nuestra fuerza que nos creó es la vida, no tendremos que estar más cerca de ella, más en consonancia con ella. Esta es la base del Principio Biocéntrico. Pero lo más importante de Rolando no fue esta institución, no fue esta definición, sino el poder extrapolarlo, el poder llevarlo a cabo a la vida de las personas. Si al principio fue la Vida, como vamos a vivir sin poner la Vida al Centro. Porque cuando Rolando Toro creó este Modelo Teórico, estaba realmente dolido, asustado, estaba consternado por todo lo que estaba pasando en el Siglo XIX, que era en su tiempo el más moderno, el más avanzado tecnológicamente, pero el más mortífero, el más destructor, con 2 guerras mundiales, con millones de muertos en cada una de ellas.

La civilización no tenía la Vida al Centro de ninguna manera y el gran aporte de Rolando Toro fue llevar eso a las Vidas de las personas. Una vez que se dan las condiciones

iniciales para la vida, se desarrolla el Ácido Ribonucleico, el ARN, células sin núcleo y la vida ya en marcha suma una nueva complejidad, un hecho determinante para toda la evolución de las especies. La célula desarrolla una membrana y ya hablamos del ADN, la membrana que para nosotros en Biodanza es la Piel, que como bien sabemos, aparte de separar, que eso lo hacen todas las personas, a los Biodanzantes nos une unos a otros.

En relación a lo antes mencionado, con la creación del ADN, comienza la *Filogénesis*, la cual es la evolución de los seres vivos desde la forma primitiva hasta la forma actual.

La Filogénesis se refiere al desarrollo evolutivo y la diversificación de una especie o un grupo de organismos. Estudia la historia evolutiva y las relaciones entre especies, a menudo representadas en un árbol filogenético, que ilustra las diferentes ramas de la evolución y como las especies se relacionan entre sí a lo largo del tiempo. Disponible en: (<https://novaappai.page.link/UKqbDMeaVdy4UfKwB>).

La Filogénesis humana va desde la forma más sencilla hasta la aparición del ser humano, tal como lo conocemos actualmente. En este contexto cósmico y a la vez diminuto de la Filogénesis, los humanos son un escalón, la cadena infinita de la evolución y basta dejar un poco la consciencia ahí, la arrogancia del saber, de la sabiduría para sentirse parte del gran holograma cósmico, sentirse parte del universo. La Filogénesis es como una cajita chiquitica donde le abres y allí están concentrados la forma mágica como polvos de Adas, todas las experiencias humanas, intercambio de miradas, un apretón de manos, todos aquellos abrazos que dimos y no dimos, todo está allí concentrado en esa cajita, en la cajita de la Filogénesis Y esta Filogénesis da lugar al Código Genético, que es el Potencial Genético que todos los humanos traemos por el hecho de nacer siendo humanos, y a partir de este potencial se desarrolla algo muy interesante, que es la Epigenética, que es el desarrollo que ya no solamente está condicionado por el potencial genérico, sino también por los estímulos que tengamos en el entorno donde los individuos viven.

Por ejemplo, desde hace varias décadas o desde siempre la historia del atletismo, de las carreras de fondo, es curioso que todos los campeones olímpicos, todos los campeones del mundo proceden de una pequeña region de Etiopia, insignificantes en cuanto al número

de habitantes respecto a otras regiones del mundo y mucho más insignificantes en cuanto al número de posibilidades de evolución de las personas en el deporte de alto nivel, y sin embargo, todos los campeones son de esa region. No hay ningún europeo, ni asiático, ni americano que sea capaz de hacerle sombra siquiera en ese tipo de competencias. Resulta que en esa pequeña region los hombres siempre fueron cazadores desde hace milenios, cazadores y había que correr detrás de las presas, porque vivían en la sabana, a veces corrían detrás de las presas, a veces corrían delante de los leones; el caso es que siempre corrían y los mejores cazadores fueron los que dejaron mejor generación, más generación, y poco a poco esos genes de los que más corrían se fueron quedando en las nuevas generaciones. De forma que hoy todos los campeones del mundo son de esa region. Es un ejemplo de cómo La Epigenética puede modificar los genes acordes con el entorno.

La Epigenética es el estudio de los cambios en la función de los genes que son hereditarias y que no se pueden atribuir a alteraciones de la secuencia de ADN. El término epi significa por encima. Es un prefijo griego. También se define como por encima de la secuencia base de ADN.

Bien en esta primera fase, el Modelo Teórico nos describe, informa y refleja el transito evolutivo desde la Filogénesis a la Epigenética y de allí al Individuo. (J. Martin). Disponible en: http://youtu.be/x_jbDJ78BzA?si=SZ9gPEsndVqnTo_v.

Fase 2. La Línea Horizontal: La Consciencia de Si y la Regresión

Antes del nacimiento cada uno de nosotros, en nuestra mama biológica se forman 3 grandes sistemas que van a partir de nuestro potencial genético: El Sistema Nervioso, el Sistema Endocrino y el Sistema Inmunológico. Estos tres sistemas van a funcionar juntos, nunca por separados, siempre entre mezclados y van a mantener nuestro funcionamiento de forma estable durante toda la vida. Es importante estos 3 sistemas. Una vez que nacemos toda nuestra existencia desde el primer llanto hasta el último suspiro de nuestras vidas, durante muchos años. Todo va a ser una continua pulsación entre dos puntos, o entre 2 polos, entre 2 opuestos, dos formas totalmente diferentes de ver y de percibir el mundo, son 2 polos que abarcan la totalidad de las experiencias humanas que podamos tener, todo fluirá dentro de esos 2 polos, más allá no hay nada, no hay vida. Uno es la Consciencia de sí y otro es la Regresión. Pongamos el nacimiento del humano en el medio (de los 2 puntos) para que de

esta forma el individuo tenga el mismo camino entre un lado y otro. Más adelante la cultura y la sociedad se encargarán que esos extremos no sean simétricos. Por eso desde la música en Biodanza es tan importante, que esta línea nos lleve a 2 tipos de realidades, uno es la consciencia de sí como se dijo y el otro es la regresión, a veces nos lleva a una realidad tangible, activa del día a día, palpable y a veces por otro lado nos vamos a otra realidad de introspección, de regresión, de disolverse un poco los límites en la totalidad. Es importante saber que existen estos 2 polos. Millones de personas solo se han quedado en uno y tal vez nunca han tenido la oportunidad de contacto con el otro. Una persona sana y saludable no debería tener problemas en pulsar de un polo a otro en forma natural. Sin embargo, una persona no del todo sana tiene cierta desorganización en el polo de la regresión, por ejemplo, un enfermo mental, en este punto en el polo de la regresión, lo puede vivir como algo desorganizador, con alucinaciones, sin embargo, esa misma experiencia, en una persona saludable, esa misma situación la puede vivir con una experiencia maravillosa de éxtasis o de intásis, en todo caso una experiencia inolvidable.

Este punto en la consciencia de sí, hace mucho tiempo Rolando la llamo Identidad, pero claro la identidad va a ser lo que a mí me va a formar como persona, el humano íntegro, pleno, todos mis potenciales, mis características y mis cualidades. Y acaso entonces, la regresión no es una característica mía, no es una cualidad potencial, pues claro que lo es, porque la Identidad engloba también la regresión, así que en un principio se llamó Identidad y luego se quitó el nombre y se puso como ahora se refleja: Conciencia de Sí, y la Identidad se llevó a otro lugar.

En relación a lo descrito, a veces estamos en un lado y a veces estamos en el otro, pero nunca en los dos a la vez. En las clases de Biodanza tratamos de tocar los 2 polos extremos de la línea y lo hacemos de una forma orgánica, y allí está la verdadera dificultad de una sesión de Biodanza, que ese viaje sea nutrido y placentero, orgánico y es lo que llamamos la famosa Curva de Biodanza. Ejercicios Activos, de ritmo, de movimiento, donde se active el Sistema Adrenérgico o el Sistema Simpático y eso nos lleva al extremo de la Conciencia de Sí Mismo, Por el contrario, ejercicios en cámara lenta, con los ojos cerrados, caricias, activan nuestro Sistema Nervioso Colinérgico, Parasimpático y nos lleva al Polo de la Regresión. Pero como dijimos antes, el Modelo Teórico vincula al hombre con el Universo,

la vida es mucho más que Biodanza afortunadamente. Entonces más allá de una clase de Biodanza, mucha gente, los científicos, los místicos, los borrachos, son todas personas que quizás estén más cerca de un polo que del otro, o digamos que no viajan tan fácilmente de un lado al otro. Los sabios, los locos (seres sabios que no consiguen expresarse), pero el caso es que ambos lados se construyen y se retroalimentan entre sí, cuanta más consciencia de mí mismo más capacidad tendré de regresión. Y cuanta más posibilidad de disolución más pleno vuelvo a la consciencia de sí. Las personas saludables estamos en una o en la otra parte de la línea, pero nunca en las 2 a la vez. Y lo natural sería que hiciéramos el viaje entre una y otra vez con cierta frecuencia, con cierta naturalidad, en la consciencia del si el sentirnos el centro del mundo, los protagonistas de nuestra existencia a la regresión, al trance, a la disolución a la pérdida de los límites corporales y mentales. No es tan extraño, no es un viaje que a lo mejor no estamos familiarizados con la Biodanza, lo hagamos. Muchos de nosotros lo hemos vivido todos los días, todas las noches cuando nos vamos a dormir, apagamos el interruptor de la luz y encendemos el interruptor de la expansión de la consciencia, del cambio de consciencia, de la regresión. Apagamos el interruptor de la consciencia de si y encendemos el interruptor de la regresión, simplemente por el hecho de irse a dormir, cerramos los ojos y nos vamos a otro estado de consciencia, que en este caso nos lleva al sueño.

Es de esta forma, como cada uno de nosotros nacemos en un escenario, en una realidad. Los niños ahora nacen en pleno siglo 21 rodeados de todo lo que conocemos y obviamente no siempre fue así. En Antaño había niños que nacían, por ejemplo, en el Siglo 11, en el Siglo 14 con lo que tenían en aquella época, que nacían en la selva, en los campos, y lo normal es que no salieran nunca de su entorno, durante la inmensísima mayoría de la historia, lo normal es que el humano nazca en un entorno en unos pocos kilómetros cuadrados y jamás se allá salido de allí. Eso es lo normal. Y ese escenario donde nacemos va a decidir lo que seamos o no seamos en la vida. Es el ambiente en el que nacemos, es un poco como si las cartas estuvieran echadas del momento del nacimiento. Dime dónde has nacido y te diré como será tu vida. El ambiente, la cultura donde nacemos va a determinar en gran medida lo que seremos. Nacemos incluso antes de nacer los meses que estamos en la gestación y luego después de nacer los primeros 6 o 7 meses, depende del autor que se consulte, hay se dan las Protovivencias, como aquellas primeras sensaciones que marcaran la forma en

nuestro inconsciente y nos condicionaran para bien o para mal toda nuestra vida. Las Protovivencias que se dan un poco antes del nacimiento y un poco después.

Nosotros los humanos somos la parte visible de emociones y sentimientos. Estamos tocados, atravesados, manipulados y absolutamente dependientes de las emociones y sentimientos. Los sentimientos son los que nos organizan como humanos, es lo que nos diferencia, nos hace destacar como humanos. La capacidad de sentir. Nuestra tarea biológica es sentir, antes incluso que reproducirse, somos una organización biológica formada por células que camina por el mundo y que depende al 100 por ciento de lo que sintamos. El pensamiento viene después de sentir. Si uno quiere pensar primero tiene que sentir. Todo pasa por el sentir. No existe el pensar previamente, sino hemos sentido. Una de las maneras de acceder al conocimiento es pensar lógicamente, pero otra y quizás acceda a un conocimiento más evidente es el sentir. Esto bien lo sabemos en Biodanza. Entonces para que podamos sentir y vivir esa tarea principal, ese mandato cósmico, la evolución nos regaló 5 grandes potenciales o capacidad de sentir diferentes emociones. En Biodanza la llamamos Líneas de Vivencias. La primera es la Vitalidad, que mientras nos lata el corazón, será la más duradera de todas ellas y quizás la más intensa, puede ser saludable o enferma, claro, pero si alguien está enfermo es porque lo comparamos con la que está sano, entonces la salud y la enfermedad son dos maneras de presentarse ante el mundo. Decía Rolando que no solamente se contagia la enfermedad, también se contagia la salud y esto es algo que en estos tiempos de pandemia se olvida de decir muchísimos políticos, muchos medios de comunicación, también se contagia la salud. La Vitalidad es energía, es trabajo, es predisposición y sobre todo también es reposo, no es la cantidad de movimiento sino la capacidad de alternar movimiento y reposo. Los grandes Atletas, elite del atletismo de nivel tienen como es lógico, horas obligatorias de entrenamiento, pero tienen otras horas no menos obligatorias de descanso, de reposo. Entonces Vitalidad es la presencia física ante el mundo. La segunda de estos grandes tipos de potenciales de estas líneas de vivencia es la Sexualidad, que está en todo, en todos los momentos, circunstancias, en todas las cosas, en todas las situaciones, en todos los días. Siempre está presente en nuestras vidas la Sexualidad. El Dios Eros de la Mitología Griega nos maneja a su antojo con sus hilos invisibles, somos marionetas de Eros. Es imposible escapar de su energía. Podemos auto engañarnos detrás de una cultura puritana,

detrás de unas leyes estrictas, detrás de una refinada educación, pero Eros siempre está allí, muy a menudo en el inconsciente, otras veces en el consciente, pero siempre está allí manejando sus hilos invisibles.

Quizás nos movemos por la Vitalidad, pero el impulso, el que empuja por detrás es Eros, es la Sexualidad. Entonces, Sexualidad en Biodanza es la capacidad de percibir el placer, de sentirlo y sobre todo de elaborarlo, cosa que se observa que muchas personas andan cojas en este sentido, percibirlo y sentirlo si, pero a la hora de elaborarlo surgen complicaciones y conflictos internos. La tercera de estos grandes grupos de líneas de vivencia es la Creatividad. Crea tu propia vida. La capacidad de crearse a sí mismo. Creatividad es hacer de tu vida una obra de arte, pero no para los demás, no como la Monalisa o el David de Miguel Ángel, sino una obra de arte para ti mismo. Cantar, pintar, tocar instrumentos, viajar, es crearse a sí mismo constantemente, que interesante y profundo esto de crearse a sí mismo verdad, ser creador, ser responsable, ser un ser autónomo, gobernar tu vida, sin buscar culpables ajenos, que esto es también muy común entre todos nosotros y de esa autonomía surge la libertad. Creatividad podría ser Libertad, o mejor dicho Libertad es una mezcla de Vitalidad y Creatividad. El cuarto grupo o cuarta línea de vivencia es La Afectividad, lo que afecta todo lo vinculado al Amor en nuestras vidas, a la Nutrición no la alimentaria, que correspondería a la línea de vitalidad, sino a la nutrición afectiva hacia uno mismo y hacia los demás. El amor y la afectividad no deja de ser un intercambio de información. Si Yo miro a los ojos en forma veraz a una persona, esa persona, esa persona se está llevando información de mí, si viene un amigo (a) y me abraza, bien de forma profunda o en forma veraz, al separarnos, Yo me llevo una información de ella, a través de ese abrazo, no de su historia personal sino de ego mucho más importante. Es una información veraz, es tan profunda que me toca, que me nutre, es sin duda una experiencia vivifica, inolvidable, estremecedora, dulcemente estremecedora.

Personalmente debemos agradecer a la Biodanza la posibilidad de amar nuestra propia vida, amar lo que hacemos, amar nuestra propia existencia, porque a través de Biodanza hemos obtenido información de Sí mismo. La quinta y última Línea de vivencia es la Trascendencia, el gran misterio. Es el mundo de los místicos, de los religiosos, de los espítales, de aquellas personas que son capaces de expandir la percepción de si mismos, que

no todo el mundo lo consigue. La Trascendencia es el gran misterio a pesar de que la experiencia de la trascendencia siempre ha estado muy ligada a la experiencia humana, al simple acto de vivir. Hay trascendencia en un simple abrazo, cuando yo abrazo de verdad a alguien, el lugar que Yo antes ocupaba, ahora está un poquito mucho más cerca de él, un poquito más cerca del otro. Hay trascendencia en el hecho de observar las estrellas y sentir que uno viaja hacia ellas, en ese momento estas un poco más fuera de ti, o en el hecho de observar el océano, los horizontes lejanos del océano, en ese momento también sales de ti mismo, eso es la trascendencia, romper corazas, crecer, desarrollarse más allá de tus límites, y después de muchas experiencias trascendentes, uno se da cuenta de que el lugar en el que realmente vives no es dentro de ti, sino un poquito más fuera, un poquito más allá. Yo pienso mucho en el ejemplo de una lonja de queso fundido que la colocas sobre una rebanada de pan que tiene el mismo tamaño y lo metes todo al horno, el calor del horno, es el efecto de la trascendencia, porque esa lonja se va a expandir, derretir y va a caer por los bordes de la rebanada de pan, ha crecido, ha cambiado, ha expandido y ya lo más importante es que esa lonja ya nunca volverá a su forma de antes. Eso también pasa con las personas, basta con una sola vivifica de trascendencia para que ya hayas cambiado, ya no volverá a ser como antes, es una experiencia donde sales de los bordes y esa rebanada de pan ya no sirve, tiene que ser otra. No te sirve tus amistades, tu contexto social, tus antiguos pensamientos, rompes todas esas limitaciones y das un paso evolutivo que llamamos *Transtasis*, a través de la trascendencia se da todo esto. Es un crecimiento que consiste en salir de los propios límites, es la capacidad suave y constante de ir más allá de las formas de las creencias de las limitaciones, expandir la percepción. Son momentos de intásis, hacia adentro, o de éxtasis hacia afuera, donde uno se siente profundamente arrebatado y un poco impulsado más allá de uno mismo en una experiencia embriagadora. ¿Cómo se alcanza la trascendencia?, los humanos siempre han tenido una herramienta eficaz para alcanzar esta trascendencia, que es la religión, nos guste o no, queramos o no, nos centremos en una sola religión, o en un aspecto de una sola religión, sino en un contexto más largo a través de la historia para alcanzar innumerables veces la trascendencia. También un camino hacia el éxtasis, que también se encuentra, por ejemplo, en el arte cuando contemplas embelesado un cuadro o una obra de arte. Allí sabes también un poco de ti mismo. También se da en la poesía, en la pintura, en el arte en general. En la música, en esos conciertos de rock donde la gente se desmelenan y

pierde la consciencia de si y se va a la trascendencia. También las personas buscan experiencias de salir de sus límites, a través de las drogas, claro que si, a través del sexo, del deporte, son instrumentos que te hacen salir de tu propia percepción y alcanzar límites fuera de ti. Lo que propone Biodanza en sus sesiones es experimentar esa trascendencia sin nada de esto, solamente en el propio acto de vivir, retando la propia vida.

Pues estas son las líneas de vivencias, los grupos de potenciales que nos regala la posibilidad infinita de la expansión. ¿Expansión, pero hasta dónde?

¿Hasta dónde podemos crecer, si estamos liberados de creencias que nos atan, hasta donde nos permiten nuestros potenciales, donde estará el límite? Somos mucho más grandes que lo que nuestras mentes creen y sobre todo somos mucho más grandes que lo que nuestras mentes limitadas y encorsetadas. Volviendo a los primeros 6 meses, volviendo a esas protovivencias, es bueno saber de ellas, porque marcan nuestras vidas, y para auto chequearnos, y ver cuál de ellas quizás no dejó una impronta del todo positiva. Por ejemplo, la de vitalidad, es el movimiento. La Protovivencia de la sexualidad es el contacto, lo reprimido y lo deprimido que ha acontecido y más si eres niño. La Protovivencia de la creatividad es la posibilidad de explorar. La Protovivencia de la afectividad es el contacto nutritivo, con nuestra mamá biológica, contacto cercano en su pecho, contacto nutritivo y la Protovivencia de la trascendencia es la armonía. Crecer en un entorno armónico, sin grandes ruidos, sin grandes discusiones, sin grandes problemas, observando a unos padres que están juntos. Que el mundo alrededor del bebé sea armónico.

Quizás en muchos de nosotros estas protovivencias no ayudaron a crecer, a desarrollarse con plenitud, más bien puede ser que entorpecieron el crecimiento.

Pues en Biodanza danzamos para crear un campo energético, anímico, que honre la palabra humanidad, que merezca la pena la palabra humanidad e intentamos cambiar para enriquecer las condiciones de nuestra vida. Y sobre todo danzamos para crear un campo energético para los que vengan detrás encuentren un lugar más humanizado. Estas son las protovivencias, que son antes del nacimiento y unos meses más después del nacimiento. Pero lo que, si nos afectara toda, pero toda la vida, son los ecofactores. Eco de ambiente y factor, de factor ambiental. Que podrán ser ecofactores positivos o ecofactores negativos. Si me

hacen bien, si me ayudan o facilitan mi camino. O ecofactores negativos, Si me restan, si me entorpecen, si limitan mi crecimiento. También hay muchos factores neutros como los detergentes de las lavadoras, pero bueno como esos no nos afectan. Nos vamos con los positivos y negativos. Todo, absolutamente todo, lo que encontramos en este mundo son ecofactores que afectaran nuestro crecimiento y nuestra vida para bien o para mal. Un 25% de los que somos lo va a condicionar la genética que traemos detrás, pero otro 75%, lo van dictar los ecofactores que yo me encuentre alrededor., los que me encuentre en el lugar y las circunstancias en la que viva. Y lo más interesante saber de esto es los mayores ecofactores que me voy a encontrar en la vida son las otras personas. Es la gente con la que me rodeo, y el mayor de todos ellos es ser Yo mismo., mi propio comportamiento va a influir en mi propia calidad de vida. A veces somos duros con los demás y con uno mismo, somos intolerantes, y eso afecta a nuestra vida. Otras veces somos cálidos, amorosos, empáticos con los demás y con uno mismo. Cubrimos todo con un manto de comprensión, de ternura y eso obviamente afecta a nuestra vida. La manera en que tratamos a los demás y a uno mismo, es uno de los mayores ecofactores que influirán en nuestra calidad de vida. Y la cosa se complica un poco más cuando Rolando Toro nos habla de las neuronas espejo. Cada vez que ves una barbaridad en la televisión, que ocurre en la otra punta del planeta, muy lejos de ti, en cierto modo lo estás haciendo tú también. Soy Yo no es el otro, porque la estructura biológica que nos organiza como especie emocional, está vinculada unas a otros como una infinita e invisible red de telaraña que emocionalmente vincula a toda la humanidad. (J. Martin.) Disponible en: <http://youtu.be/NGA-Ryusdqo?si=4gbNYJtDKdAOTxDd>.

3. Fase: La Evolución del Individuo. Identidad - Integración

Ya le hemos dado forma y cuerpo al Modelo. Vamos a colocar una línea vertical, del nacimiento hacia arriba, que pase a ser el eje de estos grupos de potenciales genéticos, de estas líneas de vivencias y que no tiene fin y sube hacia arriba. Esta línea es la Ontogénesis, representa la evolución del individuo, simboliza el crecimiento hacia el tiempo hacia arriba, podemos también poner otra línea horizontal aquí que es la Homeostasis, que es el equilibrio orgánico, en el cual a veces funcionamos o a veces no tanto, estamos desequilibrados. A veces equilibrado, a veces desequilibrados, depende el momento de nuestras vidas. Y así esta línea de la Ontogénesis nos conduce hacia la integración, hacia la Identidad, ahora sí y

está arriba como en el cielo por encima de nosotros, como en el cielo, en el cosmos porque un Ser Humano que recorre toda esta evolución, desde el principio, desde el caos, pasando por las otras etapas, en algún momento la persona siempre se da cuenta de que todo esto es un viaje Ontocosmológico, Onto significa de cada uno, Cosmológico de la Totalidad. Entonces, Ontocosmológico es la expresión de mi propia vida a través de la humanidad, a través de la totalidad, Al principio cuando RT creo este Modelo Teórico pensó que la identidad de lo que tú eres, de lo que vas a hacer de adulto, estaba, crecía, se formaba en el momento de la fecundación, en la concepción, pero otro personaje muy importante Humberto Marturana, pensaba que la identidad no está tanto en la genética sino que es un proceso de vida que siempre se va construyendo, que por mucho que ponga esa semillita de determinada manera, luego sabrás tu que identidad tendrás, eso lo vas a ir construyendo poco a poco. Las dos posiciones son maravillosas siempre y cuando no se nos olvide ir construyendo nuestra propia identidad día a día. ¡La persona que viene a Biodanza viene con un alto grado de desequilibrio no! Porque a todos nos pasa eso al principio, porque la sociedad es así. En esta línea de la Homeostasis, estamos como encajados o desequilibrados, así nos trata la vida, y así vamos a Biodanza, por las condiciones de la sociedad, por las corazas caracterológicas, entre otras. Por lo general una persona viene a Biodanza sufre una especie de enamoramiento, disfruta o padece de un descubrimiento maravilloso, pero ocurre que en un segundo o tercer año como mucho, el 90% de la gente lo deja, deja Biodanza, porque se vuelve un espejo y uno descubre lo que realmente uno es, y lo dejan, no quieren verse, quieren disfrutar, pero Biodanza no fue construida para disfrutar, fue construida para crecer, es la diferencia. Y crecer en todo el recorrido de la Ontogénesis, porque el crecimiento no es una cosa de niños, o de adolescentes, el crecimiento está todo el tiempo en nuestras vidas. Asumir el proceso de crecimiento es un acto de responsabilidad perenne, es un don porque es tuyo. Yo puedo heredar los condicionantes genéticos de mis padres, pero no puedo heredar su proceso de crecimiento ay cada uno tiene su Yo, esto no se hereda. Hagamos cada uno con nuestros potenciales genéticos hacia el proceso Ontocosmológico, cada uno tiene que crecer. Todo este Modelo es una expresión de vida, de mi vida, de la vida de cada uno, a través de toda la humanidad, y cuanto más crezco en el mas no soy Yo, cuanto más soy con los demás soy Yo, pero claro cuánto más crezco si soy más Yo.

Este crecimiento en la línea de la Ontogénesis es pura Trascendencia, crecer más allá de lo que Yo soy ahora y no es algo que me cueste hacer, no es algo que Yo tenga que ir a buscar, no es algo que este fuera de mis posibilidades, el crecimiento interior, es algo que ya todos tenemos allí dentro, existe dentro de mí y de cada uno de nosotros. Si estamos limitados por creencias, por ideologías será difícil crecer, pero si yo mantengo cierta libertad puedo alcanzar también cierta identidad. El camino de la Ontogénesis está formado por pequeños pasos que todos en Biodanza conocemos es la Transtasis, que son pequeños saltos evolutivos a partir de los cuales tu realidad de vida ya no es lo que era. Transtasis es comprender las cosas de una determinada manera no a nivel cognitivo, sino a nivel afectivo que hacen que a partir de ese momento las cosas de antes ya no te sirvan, ya no son válidas. La forma de relacionarte, la forma de moverte por el mundo, de pronto hay un antes y un después. Te diste cuenta que toda esa vida que tenías antes, ya no encaja en la de ahora, como que algo ha hecho Click, algo que siempre ha estado desencajado de pronto se encaja en un instante de darte cuenta. Pequeños saltos evolutivos que te van conduciendo a la identidad plena. Entonces este es el Modelo Teórico Autogénesis, conexión con la totalidad, integración, Transtasis, son palabras extensas, llenas de significado, palabras profundas muy bonitas, pero es necesario experimentarlas alguna vez, no quedarse en la pura teoría, por ser un proceso de desarrollo es importante experimentarlas, en el mejor marco para ello que es la Biodanza. Porque igual no es conveniente volverse un mistoico, un ermitaño un eterno peregrino de pies descalzos para descubrirlo, pero si una pequeña vinculación si de vez cuando darse cuenta de estos pasos evolutivos, toma de consciencia, a través de la Vivencia que propone Biodanza, que solo sea eso.

Un punto interesante en el Modelo Teórico hace más o menos unos 20 años, Rolando Toro estableció varios niveles de Inconsciente, hablamos de inconsciente porque en cada uno de nosotros hay algo que no lo percibimos, pero existe, una historia que no percibimos pero que tenemos dentro, tenemos allí adosado y vivimos con ello, pero de alguna forma no lo sentimos y allí esta. Esta el Inconsciente Personal. Que es la historia de cada uno, mi Inconsciente personal es diferente al tuyo y al del otro, cada uno tiene el suyo totalmente diferente. Froid, su creador.

Pocos años después Jung descubrió que la memoria de la humanidad, toda la información de experiencia por la que han pasado nuestros Ancestros, dolor, rabia, amor, miedo pánico, todos los sentimientos, todo el acervo de experiencias humanas, está dentro de cada uno de nosotros también, la consciencia de la humanidad, la experiencia de la humanidad, está aquí también dentro de cada uno de nosotros. Los aspectos del comportamiento humano están dentro de cada uno y lo llamo el Inconsciente Colectivo.

Décadas después apareció Rolando Toro descubrió algo interesantísimo. Por ejemplo, una persona que le habían imputado una pierna, pero le picaban los dedos de los pies, de la pierna que le faltaba. Y dos personas que se estaban acariciando en una habitación y en la habitación de al lado una tercera persona está sintiendo esas caricias. Como es posible, porque allí hay algo que se extiende más allá de las formas, más allá de lo físico, más allá del cuerpo. Hay un campo magnético, hay una memoria celular, hay una inteligencia emocional que relaja y es parte de la biología. Rolando Toro le decía una inteligencia Celular que salva guarda y protege respalda el acontecer exitoso de la vida. Las células tienen inteligencia y un propósito que nos impulsa a la vida y lo llamo el Inconsciente Vital. Y el Inconsciente Numinoso, según la Real Academia significa, aquello sobre lo cual nada se puede contar, nada se puede decir, Numinoso es un Calificativo, algo tan inmensurable, tan bello, tan maravilloso que no hay palabras para describirme, de lo cual no se puede hablar, y si hablamos de ello, deja de ser numinoso. Por ejemplo, si Yo digo ordenador, digo cámara, móvil, si yo digo ese tipo de objetos que estoy viendo, al decirlo estoy sacando de un plumazo todas las personas que ayudaron a construirlo, los programadores, las personas que lo empaquetaron, lo distribuyeron, lo vendieron, las personas que sacaron las materias primas para hacer este aparato. Yo digo ordenador y estoy limitando, anulando sin querer a muchísimo más de lo que es el aparato, toda su historia que viene detrás.

Numen, numinoso está presente en todo, pero desaparece cuando lo nombro. Podemos hablar de numinoso, podemos hablar de lo maravilloso, pero que si hablamos de ello deja de ser numinoso, en el momento en el que lo nombramos. No hay un lugar del Inconsciente Numinoso en el Modelo Teórico. Quizás porque no le dio tiempo a Rolando, o quizás porque describirlo ya deja de serlo. Si algún día los que saben de Biodanza pone el

Inconsciente Numinoso en el Modelo, quizás sea un lugar temporal porque lo numinoso está en todo, desde el caos hasta la integración.

La Anábasis (que esta abajo) que es la posibilidad de organización y crecimiento aun dentro del caos. Y en el otro extremo arriba esta la Catábasis, que suena como a cataclismo, a tragedia, pero que significa terminar un proceso, pero sin fin dándole continuidad, como una internación, una parada necesaria para que todo se regenere, como Deméter, Orfeo, personajes de la Mitología Griega, que nos enseñan que la palabra muerte como final irremediable no existe, no tiene sentido, es un punto y aparte ara seguir expandiéndose. Para seguir expandiendo la vida. No puede haber una evolución de la vida sin esta pausa temporal que llamamos muerte. La existencia sería entonces, así como una pulsación entre lo ancestral, lo primitivo, lo original, caos inicial, y lo glorioso, lo numinoso, lo trascendente, lo que va más allá de nuestros límites. La vida que se expande hacia la luz cada vez más luminosa y numinoso.

Desde esta perspectiva del Modelo Teórico, la vida tiene un potencial gigantesco desde el caos del universo hasta la reorganizacion de otra forma de vida. Y nosotros los humanos que perdidos estamos. Andamos allí con pequeños sufrimientos, con enfados, con miserias, expectativas, y si todo sale bien, busco algo para que salga mal, y si todo sale mal, estoy contento, y si haces algo que no me gusta te dejo de hablar y me enfado. ¿Que estamos haciendo en este contexto primigenio y cósmico a la vez?

El gran drama que vivimos en la actualidad es la desconexión con la vida, con la grandeza de la vida. Dejar de ser embajadores, dejar de ser representantes cósmicos de la vida. Limitarnos a pequeñas cosas mundanas que nos produce infelicidad y olvidarnos de la grandeza cósmica, en la que estamos ubicados. Y con esta actitud es lo que se producen las separaciones con las fuentes originales de la vida. La pérdida de conexión con la fuente primaria de vida es lo que justifica todo lo que hacemos en Biodanza. Es lo que respalda a ese caminar por el mundo de la Biodanza, para poder llegar a la integración. Y esta tarea es lo más importante y necesaria de todos los que pertenecemos a la comunidad de Biodanza. Decía al principio que este Modelo Teórico es un reflejo de la realidad, pero la realidad va cambiando acorde a como esta nuestra apreciación de esa realidad. Rolando inicio este Modelo Teórico en el año 1965 y no lo acabo, lo interrumpió porque se nos fue en el año

2010. Los que saben de Biodanza, podrán añadir en un futuro no tan lejano, añadir más cosas, pero siempre como anexos, para respetar el trabajo del creador. Rolando decía que el Modelo Teórico de Biodanza es un Modelo de hombre Cósmico, que aproxima al Ser Humano a su dimensión biológica, psicológica, y cósmica. No considera al individuo como aislado, sino en completa conexión con la vida. (J. Martín.) Disponible en: <http://youtu.be/kOlnj9-JVlg?si=SmJOvHYCyShweweDqv>.

Reflexiones Finales

El Modelo Teórico de Biodanza se articula a lo largo de 2 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 generación de vida. En el Modelo Teórico de Biodanza, la Integración es un proceso cúspide hacia el cual se dirige el desarrollo de las cinco Líneas de Vivencia y consiste en la integración recíproca, dinámica y creativa que se produce en la expresión de estas cinco líneas de impulsos innatos.

Sobre el eje horizontal del modelo se encuentra el Continuum Conciencia de si-Regresión, que representa la alternancia natural de los estados de conciencia. Así mismo refleja las tres capas del Inconsciente: Personal, Colectivo, Vital y un cuarto que quedo sin desarrollar el Numinoso. Refleja el eje potencial genético-identidad e integración, que deriva de la Filogénesis y representa la Ontogénesis. En fin, es importante observar que estamos insertos en la totalidad cósmica, dentro de la cual hacemos parte del fenómeno unitario de la vida. No estamos solos. Todos somos uno.

Notas Al Pie: ^[1]

Jesús Martín

Facilitador de Biodanza, año 2011, Sistema Javier de la Sen, No. 207. Miembro de la Asociación Española de Biodanza, AEB, No. De registro 586905. Facilitador de Cursos y Talleres de perfeccionamiento y desarrollo de Biodanza en: Biodanza y Ecología Mental, Madrid 2011. Biodanza y los 4 Elementos, Murcia 2011. Biodanza Educativa para niños y deficientes mentales, Madrid, septiembre 2011. Arquetipos Mayas en Biodanza, La Coruña, julio 2012. Años 2011-2012, 2013 y 2014, cursos semanales en el Gimnasio Acrópolis y Centro Joven en Soria. Para el 2014 finalizo su formación como Didacta en La Escuela Hispánica de Madrid, SRT. Extensiones: Biodanza y lectura corporal, abril 2013. Biodanza y Neochamanismo, Julio 2013. Biodanza y Masaje, noviembre 2013 y mayo 2014.

Biodanza Acuática, junio y noviembre 2014. Biodanza y Arcilla, agosto 2014 y Biodanza Infantil y Adolescentes, enero 2015. Minotauro, El Árbol de los miedos, diciembre 2013. En septiembre 2013 forma la Asociación Cultural Wiphala Evolución Consciente, en Leganés (Madrid). Desde septiembre 2014 forma parte de la Red de Profesionales “Biodanza Ya”, a nivel nacional. En septiembre 2015 pone en marcha la Asociación “La Casa con Alas”. Mantengo grupos regulares en Leganés (Madrid), talleres en Soria y diversas clases de profundización de Extensiones.

Eucaris Rodríguez ^[1]

T.S.U en Relaciones Industriales, Instituto Universitario Antonio José de Sucre, 1981. Lcda. En Contaduría Pública, Universidad de Carabobo, 1991. MSc. En Gerencia, Mención Finanzas, Universidad Bicentenario de Aragua, 2007. Doctor en Ciencias Gerenciales, UNEFA-NE, 2015. Facilitadora Internacional de Biodanza, SRT, 2016. IBFed No. 1615. Trainer Internacional de Circulo de Realización Personal (CRP). Profesora Titular Jubilada a Dedicación Exclusiva, Universidad de Oriente, Núcleo de Nueva Esparta, 2001-2023 (Udone). Investigador Activo Udone. Directora Editorial Revista BioMagazineIslamara, diciembre 2023. Directora de Redacción Revista Arbitrada LAC (Los Agentes de Cambio) julio 2018. Extensiones en Biodanza: Biodanza y Los 4 Elementos, diciembre 2022. Biodanza y Juego, mayo 2022. Actualmente tengo aprobada la Catedra de Biodanza como Extraacademica en la Universidad de Oriente NE, desde octubre 2021 a la fecha. Y en estos momentos realizando la Formación de Didacta Internacional en Biodanza, octubre 2023.

Referencias Bibliograficas

Atractor. Disponible en línea: <https://divulgación.miniciencias.gov.co/attractores>, [15/9, 4:44 p. m.].

Diseño Modelo Teórico de Biodanza. Figura No. 1. Disponible en: <https://images.app.goo.gl/nnQzXUDF1Ce1Uj6>

Equipo de Enciclopedia Significados, Significados.com. Disponible en: <https://www.significados.com/modelo/> Consultado: 15 de septiembre de 2024, 01:47 pm

Martin, J. *Modelo Teórico de Biodanza.* Fase I. Disponible en: <https://novaappai.page.link/UKqbDMeaVdy4UfKw8>. [15/9, 1:45 p. m.]

Martin, J. *Modelo Teórico de Biodanza.* Fase II. Disponible en: <http://youtu.be/NGA-Ryusdgo?si=4gbNYJtDKdAOTxDd>.

Martin, J. *Modelo Teórico de Biodanza.* Fase III. Disponible en: <http://youtu.be/kOlnj9-JVlg?si=SmJOvHYCyShweweDqv>.

Membribe, A. (2016). *Modelos y representación de la realidad en la planificación hídrica.* In *IV Jornadas del Doctorado en Geografía (Ensenada, 28 de octubre de 2016)*.

Que es un Modelo. Disponible en: <https://www.umazuasti.com/publicaciones/2020-09-18-origen-y-evoluci%C3%B3n-del-modelo-te%C3%B3rico-de-biodanza/>

Equipo de Enciclopedia Significados, Significados.com. Disponible en: <https://www.significados.com/modelo/> Consultado: 15 de septiembre de 2024, 01:47 pm

Novaappai.page. *Zonas Disipativas.* Disponible en: <https://novaappai.page.link/UKqbDMeaVdy4UfKw8>. [15/9, 1:45 p. m.]

Novaappai.page. *Filogénesis.* Disponible en: <https://novaappai.page.link/UKqbDMeaVdy4UfKw8>. [15/9, 1:45 p. m.]

Toro, C. *Modelo Teórico de Biodanza.* Disponible en: https://youtu.be/gnOkK8_j76-c?si=hXm920uABf0_pns.

Toro, R. (2007) *Biodanza*, Editorial Cuarto Propio diciembre 2007.