

**INTERNATIONAL BIOCENTRIC FOUNDATION**  
**Escuela Modelo de Biodanza Sistema Rolando Toro - Chile**



*SISTEMA ROLANDO TORO*

# **TRES CAMINOS**

# **EXISTENCIALES**

**Autor: Rodrigo Aguilera Hunt**

Santiago, 2007

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

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

## **INDICE:**

<b><u>1.- Introducción</u></b>	<b>p.3-5</b>
<b><u>2.- Desarrollo</u></b>	<b>p.5-15</b>
<b><u>3.- Conclusión</u></b>	<b>p.16-17</b>
<b><u>4.- Bibliografía</u></b>	<b>p. 18</b>

## **INTRODUCCIÓN:**

La red de mensajes que se despliegan en el presente escrito, pretenden constituir un viaje reflexivo hacia las entrañas de una apasionante temática: “Los caminos existenciales”.

Para este viaje es indispensable adentrarse en un breve marco referencial y episódico. A través de nuestra extensa odisea por nuestro planeta, hemos explorado infinitos caminos y formas de vivir... esa es la riqueza de la humanidad y de la naturaleza en general: la diversidad, el cambio, la transformación, la exploración...

No obstante al visitar la literatura científica acerca de lo humano nos encontramos casi siempre con: “las cosas son así” es decir, conceptos inerte e inmóviles que apresan el alma humana en teorías insípidas. Es más, me atrevería a decir que existe una cuasi obsesión delirante por el conocimiento fijo e irrefutable, como si esa forma de conocimiento nos diera una seguridad de que “dominamos las cosas y nos dominamos a nosotros mismos”. Este tipo de conocimiento, hoy llamado científico, no es exclusivo de la institución o de las personas ligadas a la ciencia, sino que es una forma de pensar el mundo y la vida, que ha calado hondo en la subjetividad de las personas (a pesar de su voluntad de no hacerlo).

Ahora bien, en específico para nuestro tema de discusión, léase “los caminos existenciales” nos centraremos en las clásicamente llamadas ciencias del espíritu; como la filosofía (ética, antropología, lógica, epistemología, metafísica, etc.), la sociología, la política y por supuesto, la psiquiatría y la psicología (que hoy en día, más que ciencia del espíritu, del ser, o del misterio cuerpo-alma, se ha transformado en una disciplina teórico-práctica de la mente, la conducta, y el cerebro). Este centramiento en las disciplinas humanistas y en las ciencias sociales, no excluye de la discusión a las voces que las ciencias naturales, el arte y otras expresiones culturales, puedan aportar a la temática; simplemente es un centrar la discusión en lo atingente, valga la redundancia en “los caminos existenciales” “las opciones del vivir humano”.

De esta manera, el saber humano (expresado en todas las disciplinas ya mencionadas) se ha esmerado por ordenar, jerarquizar, discernir y clasificar todo tipo

de fenómenos. Ahora bien, este emprendimiento se ha desvirtuado en la medida en que se ha intentado clasificar lo inclasificable y jerarquizar sistemas eminentemente no lineales, es decir, holográficos. En específico, y a modo de ejemplo, en psicología, existen diversas expresiones que hablan de la tendencia compulsiva a la clasificación y a la generación de conocimiento que intenta “escapar paranoicamente” de las incertezas y los misterios. Algunas de estas expresiones son las siguientes: la existencia de incontables tipologías de personalidad, que alienan a las personas a identificarse y encuadrarse en patrones de conducta inamovibles; nosologías psiquiátricas y sistematización de los diagnósticos clínicos en una total cosificación de las personas, llevando a la estandarización mecánica de los tratamientos; es decir, “X” conjunto de síntomas generan “Y” cuadro clínico, con su consecuente “Z” mecanismo de tratamiento. Por su parte en psicología científica se han generado tediosas escalas de rendimiento cognitivo, innumerables formas de test, y laboriosas investigaciones empíricas plagadas de hipótesis inocuas; entre otras.

Ante esta realidad, la propuesta de abordaje acerca de los caminos existenciales intenta desmarcarse de este ánimo exacerbado de rígida clasificación, intentando hablar montados sobre el manto del misterio y lo indecible. De esta manera, el abordaje no será reduccionista (*esto existe, nada más y nada menos que esto*), no será al tipo de un modelo (*la realidad funciona bajo este patrón subyacente*), ni tampoco taxonómico (*las cosas se clasifican de una determinada manera, que es la correcta, que opera de un modo fijo, y que se extrae a partir de características permanentes y reconocibles*). En consecuencia, el abordaje será más bien una descripción fenomenológica, basada en la observación y la contemplación en movimiento, sustentada en la comprensión de arraigo visceral, y por sobre todo en la intuición reflexiva, presente a mi juicio en cada ser humano, independiente de su origen, su clase social, o su formación cognitivo-formal.

En otras palabras, mi más profundo deseo es que los siguientes párrafos lleguen a cada persona que tenga la disposición de adentrarse en ellos, y que lo escrito abra nuevos caminos, antes de ser concluyentes.

En síntesis, aun reconociendo que los caminos existenciales son y serán infinitos presentaré paradójicamente tres grandes caminos del existir:

- 1) **Desconexión y mecanicismo:** “el zombi acelerado”
- 2) **Auto-conocimiento:** “la ilusión de ser un objeto a mejorar”
- 3) **Sintonía con la vida:** “asentir a la existencia”

Cada uno de los caminos será abordado en función de cuatro puntos centrales:

- a) - Articulación de bases histórico-sociales
- b) - Manifestaciones individuales y familiares
- c) - Manifestaciones socio-culturales
- d) - Abordaje comprensivo

Por último, es preciso explicitar que el motivo de presentar esta reflexión apunta a que cada persona realice su propio viaje, y que al final de éste, no se clasifique ni se enjuicie, sino que simplemente se reconozca (o no) en ciertos aspectos de cada uno de los tres caminos del existir:

## **DESARROLLO:**

### **1- Desconexión:**

He llamado a este camino el “**zombi acelerado**”, evocando con ello dos imágenes, la primera, “el zombi” que se refiere a que las personas que viven en esta subjetividad, caminan por el mundo alienados de su alma, desconectados de su cuerpo, sin gestos de vida y enajenados de sus emociones. La segunda imagen refiere a la “aceleración”, debido a que esta desconexión genera consecuentemente un caminar sin pausas, sin detenerse, sin silencios, sin intimidad, lejano a los ritmos y pulsaciones biológicas. La imagen radical sería: “Muerto en vida... pero muy apurado y preocupado”. En otras palabras estas personas muestran en términos biológicos una tendencia a abusar de la actividad simpático-adrenérgica, produciendo con ello estilos de vida tendientes al estrés y la depresión, en un total abuso de la fuerza yang (principio de actividad masculino) y un abandono de la inspiración y el descanso propios del yin (principio femenino-receptivo). En consecuencia, la idea que sintetiza

este camino existencial es el mecanicismo, traducido, como un “operar” en el mundo, antes que un disfrutar del mundo; como un “sobrevivir” y no un vivir; como un “vivir para trabajar” y no un trabajar para vivir.

En psicología gestáltica y psicoanalítica esta tendencia se conceptualiza como un estado de “no darse cuenta”, lo que implica el reflejo de una persona con una inconsistencia abismal. Esto es propio de la operatividad neurótica- es un no tenerse a sí mismo, un no tomar la vida en las propias manos, en síntesis, un “hacer sin ser”. En términos técnicos, estas personas presentan una tendencia a la “hetero-referencialidad” y al “locus de control externo”, es decir, es un vivir a partir de lo que los otros y la sociedad en general estima conveniente y no a partir de la validación de sus propios criterios y deseos personales. Esto da cuenta del carácter conformista de este camino existencial. O sea, la persona actúa un guion escrito por otros (su familia, su cultura), sin ninguna inflexión creativa que exprese algo de su singularidad... sin manifestar un atisbo de libertad.

En términos histórico-sociales, esta tendencia del “Zombi acelerado” se sitúa en los albores del asentamiento y del sedentarismo (abandono de las culturas nómades), no obstante, es a partir de la revolución industrial y la valoración de la productividad como el máximo bien social, cuando este camino comienza a masificarse en nuestra tierra. Así, la optimización de los recursos humanos, implica la exigencia por parte de la sociedad de una permanente efectividad laboral, aceleramiento, explotación, falta de tiempo de descanso, y en definitiva una desconexión de la naturaleza interior y exterior. A este fenómeno Erich Fromm lo ha llamado “el camino del tener”. Este fenómeno consiste en que el tener, ejemplo, títulos, bienes, dinero, fama, prestigio, bienes suntuarios, etc. suple las carencias del ser, y tapa los vacíos, las tristezas y las soledades propias del hombre moderno y contemporáneo. Este mismo fenómeno, se manifiesta en una representación cultural vinculada a los actos humanos sustentados en la evasión, léase búsqueda de sobre-estimulación. Esta sobre-estimulación coherente con la imagen del aceleramiento, la desconexión y la evasión, se cubre de múltiples rostros; algunos de ellos son mantener siempre la música encendida, la televisión o el computador, buscar permanente entretenimiento, no tener capacidad de gozar del arte de no hacer nada, el llenar los silencios con verborrea (palabra vacía), el consumismo, el exitismo, el abuso de sustancias y drogas, y el escapismo en general.

Respecto al ámbito familiar, la presencia de esta subjetividad, genera dinámicas familiares en las que los conflictos se silencian y soslayan, mediante una inexpresividad abandonadora. Como consecuencia de estas pautas comunicacionales evasivas, éstas familias tienden a ser “psicosomáticas”, es decir, lo que no se comparte ni se habla, se somatiza (el cuerpo comienza a hablar los conflictos silenciados y reprimidos mediante el síntoma).

Finalmente cabe decir que el mecanicismo propio de las grandes urbes en las que el individuo se transforma en una pieza más de un engranaje productivo-maquínico genera un sentimiento de nostalgia de un modo de vida más sencillo y más comunitario... no obstante, como la cultura no oferta estas posibilidades; las personas vamos optando por privatizar nuestro “tiempo libre” en ocio pre-fabricado en la industria del marketing. Es por ello que los míticos curanderos y curanderas de América del sur, han descrito este modo de vida actual como una forma de existencia carente de poder (acepción original: medicina-conexión), de ahí la imagen del zombi acelerado, como un caminar sin sentido existencial.

## **2- Auto-conocimiento:**

He situado a este camino existencial como una “ilusión de ser un objeto a mejorar”. Para dar cuenta de esta imagen es necesario adentrarse primero en el concepto de autoconocimiento. En términos sencillos auto-conocerse supone varios axiomas cuestionables: el primero es la suposición de una dualidad al interior del ser, entre quien conoce y lo conocido. Esta dualidad es propia de la ciencia positivista, en específico del modelo sujeto-objeto; el sujeto como quien conoce y el objeto como lo conocido. Así, el objeto debe cumplir los requisitos de unidad (ser una cosa o ente diferenciado), y permanencia, es decir, que presente regularidades características de modo que sean susceptibles de ser estudiadas (que se pueda decir algo acerca del objeto). De este supuesto se desprende el segundo: existe algo en el orden del objeto al “interior del ser” que es susceptible de ser conocido; y que en este caso se operacionaliza como un “conocerse a sí mismo” (Es decir, el sí mismo queda reducido a una cosa más del mundo cognoscible).

O sea en el camino del auto-conocimiento, el sí mismo es implícitamente comprendido como un objeto. Esto implica que un ser humano es un objeto (de



conocimiento) que se mira a sí mismo desde otro lugar (meta-posición), que es el verdadero sujeto (quien conoce). De estos supuestos se desprende el siguiente paso: este objeto (el sí mismo) al poder conocerse, se puede “mejorar”. De esta manera queda establecido el modo de operar de las personas en el camino de autoconocimiento. “yo debo conocerme a mi mismo para ser una mejor persona”. Esta frase que a primeras puede sonar bastante cuerda y hasta agradable, me parece que amerita ser cuestionada en su fundamento. Desde ya es posible decir que la palabra “mejor persona” es riesgosa y peligrosa, ya que da cuenta de que es necesario establecer ciertos ideales (moral implícita) de lo que significa ser una buena o mejor persona, y que por tanto todos deben tender a esos ideales: a una “buena personalidad”. Así queda el terreno pavimentado para que la ciencia, la psicología y las filosofías religiosas intenten uniformar a las personas en torno a ideales preestablecidos al interior de dichas disciplinas. Es decir, el abuso de poder está a un paso, entendiendo que todo individuo que “no esté a la altura de dichos ideales de personalidad, de valores, etc”. sea discriminado.

Precisamente las diferentes religiones, filosofías, sistemas terapéuticos y de desarrollo humano, se diferencian en esto, en los ideales que establecen como metas u objetivos que las personas deben alcanzar. Es decir, lo que simultáneamente para un sistema significa salud, para otro significa enfermedad, para lo que un sistema es ético, para otro es negligente, etc. No obstante, existan estas diferencias en los ideales a alcanzar, el principio subyacente es el mismo: esto es, siempre está presente un ideal al que las personas tienen que dirigirse (para ser buenas o mejores personas). En este punto Laing y el movimiento de la antipsiquiatría plantean que es un abuso de poder injustificado el hecho de que un grupo de “expertos” decidan que es lo normal (sano) y lo anormal (enfermo), puesto que la psicología y la psiquiatría se transforman inmediatamente en un juez y policía de la mente humana. Así, aquellos que caigan dentro de la categoría de anormales (fuera del ideal social decidido arbitrariamente por un grupo de “expertos”) serán excluidos de la sociedad mediante diferentes conductos, tal vez el más clarificador y radical sea el régimen tradicional de los hospitales psiquiátricos que salvo valorables excepciones, deshumanizan aún más a sus residentes.

En consecuencia, ya que los ideales de la personalidad son siempre inalcanzables (ej: es imposible ser siempre empático, siempre feliz, siempre y absolutamente sano, intachablemente bueno, perfectamente bello, etc.), la

consecuencia evidente es que el camino del autoconocimiento se cristaliza en que las personas que inician este camino vivirán en una permanente frustración y autorreproche: léase, “aún no soy el ideal que debo alcanzar”, “debo trabajar este aspecto de mi mismo... ahora este otro... y este otro” “debo entender cabalmente lo que me pasa para superarlo”, y frases afines.

Estas frases, sólo intentan dar cuenta de que lo que llamamos conocimiento de sí mismo es muchas veces un engaño paranoico, un hurguetear en el espejo buscando en la imagen algo que siempre se escapa... y en definitiva esta ambición ilusoria de alcanzar un pleno auto-conocimiento puede ser una barrera para la verdadera y espontánea manifestación del ser.

Considerando la noción del auto-conocimiento en términos de una ilusión (no somos un objeto fijo y cognoscible) podemos profundizar aún más en este camino existencial:

Esta forma de vivir la vida se basa en una sobrevaloración del yo (funciones yoicas: conciencia, autodominio, racionalidad, voluntad, juicio crítico, etc.), en el que se piensa que para ser pleno y feliz es “necesario y suficiente”, tener un conocimiento y control absoluto sobre la propia personalidad. Así, el camino del auto-conocimiento es símil al modelo empresarial de desarrollo; es decir, implica tratarse a sí mismo como un objeto científico y como una empresa orientada al éxito (mejorar y optimizar los recursos de la propia personalidad); por tanto, para todo este laborioso camino, las personas utilizarán frecuentemente los verbos “trabajar” y “deber”: “debo trabajar este aspecto de mi mismo”. Queda explicitado que el auto-conocimiento está escrito en un lenguaje de deber y no de placer.

Consecuentemente, este camino genera una especie de consumismo de talleres de desarrollo personal, inclusive dando cuenta de una gula por ser una “mejor persona” y tener una “buena personalidad”. Entonces, este trabajo personal genera la creencia de que existe una ecuación matemática lineal expresada como: a más talleres, más feliz seré. En otras palabras, el modelo capitalista y neoliberal de mercado ha calado tan hondo en nuestra humanidad, que la forma de tratarnos como seres humanos se ha transformado en un producto más del mercado (las personas somos mejores o peores, transables en función de cuánto han invertido en su personalidad). Desde luego que este panorama es triste y desalentador ya que precisamente aquellas personas más sensibles y dispuestas a realizar transformaciones existenciales profundas y genuinas, son literalmente atrapadas por esta empresa del

auto-conocimiento (es lo que más existe como oferta), o sea, son tragadas por el mercado de la personalidad. También, es triste observar que estas personas que salen del conformismo y mecanicismo (camino de la desconexión: “Zombi Acelerado”) ingresen innecesariamente en sentimientos tan dolorosos como el auto-reproche, la frustración y la culpa, en definitiva, en el masoquismo existencial. Este masoquismo es consecuencia de que los ideales a alcanzar para tener una personalidad totalmente buena y totalmente sana, son inalcanzables; por lo tanto, la persona en el camino del auto-conocimiento nunca puede ser lo que supuestamente debe llegar a ser: “siempre está en falta”...

Para completar este triste fenómeno, es posible decir que gran parte de las propuestas vinculadas al auto-conocimiento son caminos solitarios y solipsistas (individulismo), por lo que el verdadero encuentro humano, sencillo y genuino... el nutrirse a través del otro se ve postergado: “primero tengo que trabajarme a mi mismo, luego me puedo abrir al mundo”. Esta frase existencial es, a mi parecer, dicha con demasiada frecuencia, y decirla implica no creer que el amor así mismo y al mundo se generan simultáneamente y recíprocamente.

En síntesis, ingresar en este camino de auto-conocimiento implica utilizar un lenguaje de trabajo y deber, tener tiempo y disposición para someterse a una infinitud de reproches; reproches disfrazados como consejo de un experto o bien desde la propia autoconciencia. Implica también la ansiedad y la gula por el desarrollo personal, y por tanto la eterna disconformidad: el estar en falta.

Por otra parte, es muy importante destacar que aunque el auto-conocimiento fuese algo posible y benéfico, tenemos que reconocer que existe un alto riesgo de engañarse a sí mismo en los siguientes términos: “ser el ideal porque lo sé, y no porque lo vivo”. A modo de ejemplo, es posible ser un experto teórico acerca de la iluminación, inclusive dar metódicas conferencias acerca del tema, aún escribir libros al respecto; pero eso no convierte a la persona en un iluminado. En síntesis, el conocer algo es diferente a vivenciarlo, el autodefinirse de una determinada manera (por ejemplo, soy generoso) no es lo mismo que tener realmente incorporada esa vivencia. De modo que no tener esta distinción puede llevar a grandes confusiones.

Cuando el conocimiento desplaza a la vivencia, se produce un estancamiento de la energía ya que en el conocimiento “yo soy algo” (autodefiniciones), mientras que en la vivencia “vamos siendo segundo a segundo”. Lamentablemente la primacía del conocimiento y la sobrevaloración del yo en psicología ha promovido y

popularizado sistemas de autoayuda y terapias orientados al déficit, a la patología, al capitalismo de la personalidad y al individualismo. La imagen más clara de esta postura existencial es “enfrentarse a la vida”, y no “estar en la vida”.

En términos históricos la inclinación sistemática al auto-conocimiento comprendida en los términos ya planteados, puede situarse en la Grecia antigua. De esta manera, la “ética tradicional” de Aristóteles, y otros filósofos morales, gira en torno al concepto del Bien, y propone diferentes “bienes” que compiten entre sí por la posición de Bien Supremo. En la actualidad el bien supremo del auto-conocimiento sería la “buena personalidad”, por lo que se puede presentar una metáfora que refleja parte de nuestro funcionamiento cultural y social actual. Vivimos en la “metáfora de la carrera”: “existe una meta a la que llegar y sólo ahí podré disfrutar... no antes ni durante”.

Es decir, el axioma que funda este paradigma de auto-conocimiento es: “las cosas de valor en la vida, necesariamente tienen que costar, ser difíciles y doler”; desplazando al placer y a la fluidez a las últimas escalas de valores (es mal visto disfrutar de la vida... a menos que se justifique en un arduo trabajo previo). De esta forma podemos ver que -desconocimiento y auto-conocimiento- pueden llegar a ser sinónimos, en tanto que no permiten que aflore lo genuino del ser.

Por último, en términos familiares, podemos plantear una imagen caricaturesca, pero que refleja algo de la realidad. Por ejemplo, es una pérdida para la familia, cuando uno de sus integrantes es tragado por la maquinaria del auto-conocimiento, puesto que no lo verán nunca más un fin de semana en casa, ya que se encontrará trabajando en sus talleres. Paradójicamente lo que más busca el camino del auto-conocimiento (amar y estar en armonía con la familia, etc.) es lo que menos permite que suceda naturalmente. Así, no hay tiempo para la familia, porque tampoco hay tiempo para el decante... siempre viene otra y otra cosa. De esta manera, lo paradójico no son los talleres en sí, ni el ánimo de transformación, sino la forma de vivírselos. Es decir, si la persona no está en una gula ni en una ansiedad, ni tampoco cree que su personalidad sea un producto, ni que su vida sea una carrera con una meta a alcanzar; entonces podrá decantar sus experiencias con la naturalidad propia de su biología y con la compañía sencilla de quienes ama (léase, camino de sintonía con la vida... que presentaremos más adelante).

En una suerte de reflexión, podemos decir que en general el tránsito de las personas entre el camino de la desconexión y el del auto-conocimiento es directo (lamentablemente), ya que ambos caminos son coherentes a una posición antropológica común y representan dos rostros de la misma moneda: un producto de conformidad social y cultural, sustentada en el mercado. De esta manera, presentamos un tercer camino, un camino poco explorado y reconocido; un hallazgo que un hombre llamado Rolando Toro (creador de Biodanza) supo escuchar en tiempos en que la humanidad ha estado desprovista de fineza auditiva:

### **3- Sintonía con la vida:**

Asentir a la existencia es decir “sí a la vida”. Es tomar de la vida con todo lo que implica, sin excluir nada. Desde ya una breve reseña de las grandes exclusiones sociales: las emociones, el erotismo, la diversidad, la legítima agresividad, la muerte...

En términos muy sencillos el movimiento de asentir, es incluir e integrar lo previamente excluido dentro de uno mismo (y/o de una sociedad en su conjunto). Para cada ser humano ese movimiento es diferente (de ahí que no hablamos ni de personalidad ideal, ni de metas a alcanzar), algunos tienen excluidos de su corazón a un familiar, otros a la muerte, otros a la rabia, otros al placer, otros a la enfermedad, otros a sus gestos creativos, otros a las diferencias sexuales o étnicas, etc. Es decir, el primer llamado de la Biodanza (sistema que encarna la posición existencial de estar en sintonía con la vida) es a no enjuiciar las diferencias, y a no enjuiciarse a sí mismo. En otras palabras, evitar cualquier forma de sadismo o masoquismo que tenga que ver con la compulsión a criticar (y criticarnos). Evidenciando que Biodanza, reconoce la riqueza del misterio y la belleza de lo diverso.

“En sintonía con la vida”, es una imagen conmovedora que invita a sus navegantes a sentirse a sí mismos (aquí no hay dualidad de conocedor y conocido, sino unidad vivencial en el aquí-ahora). En ese sentimiento de sí, no hay lugar para querer ser algo distinto de lo que se es. Es decir, la “cualidad de la vivencia” es en sí misma unificadora y pacificadora (Rolando Toro). Así, la transformación es una revelación y no un objetivo; es natural, es el flujo del cambio; es una total entrega a las fuerzas de vida, es sencillez y resonancia. Nótese que estas no son sólo palabras poéticas, sino que representan una verdadera forma de experimentar la vida cotidiana,

en donde la auto-exigencia es menos severa y por lo tanto el humor se siente más liviano.

De esta manera la sintonía de vivir no requiere de la idealización (ideales a alcanzar), ya que se vivencia la sacralidad de estar vivo como un regalo de superabundancia. De modo que en este camino tendemos a sentir con más frecuencia la gratitud que la queja. En este sentido el sistema Biodanza plantea que la sacralidad, como vivencia de gratificación, no es una experiencia que se limite a una elite; sino que puede ser universal y transversal. Esto debido a que la gratificación no se juega en el éxito social o económico, sino en la capacidad de vincularse afectivamente (consigo mismo, con el otro, y con la naturaleza en general). En otras palabras, la sacralidad tiene cuerpo, tiene vísceras, tiene raíces, y descansa sobre la sencillez del acto de vivir. Rolando Toro es radical en este sentido, su convicción es que cada ser viviente, por el simple hecho de vivir es sagrado y posee un valor intrínseco. ¿Será esto lo que hemos olvidado? ¿Será Biodanza, entre otras cosas, un sistema que nos permite recuperar este valor intrínseco? ¿Podremos amarnos sin necesidad de apelar a nuestros logros y éxitos?

Cabe notar que no tenemos nada en contra de los éxitos o logros (al contrario, reflejan un valioso camino), sino que simplemente estamos convencidos de que la plenitud humana no pasa por ahí. De ahí que el énfasis de la Biodanza está en conectarnos con la cualidad de nuestros vínculos, y así transformarnos con el otro y a través del otro... recuperando los sueños de una convivencia comunitaria armónica y respetuosa de las diferencias.

En este respecto, diremos que tal vez el único “ideal” que emana de este camino (sintonía con la vida) sea el respeto a todos los caminos; pero no desde una imposición moral (debes respetar), sino como una manifestación genuina del ser. O sea el respeto ligado al amor... como un proceso vivencial que nos permite sentir en cuerpo propio una intensa sensación de formar parte... así como otros, de un universo a compartir. En este sentido Rolando Toro diferencia a la moral como imperativos de deber culturales, de la ética, como una emanación natural del ser humano en resonancia con su afectividad. Es decir, la regulación de los seres humanos compartiendo en sociedad no requeriría de normas represivas si todos tuviésemos acceso a vivencias saludables de afectividad que nos permitieran considerar al otro de una manera espontánea.

Justamente aquí radica la escena antropológica cautivante y visionaria propia del camino de la “sintonía con la vida”, y particularmente de Rolando Toro: “no se requiere sólo tolerar la diversidad, sino ingresar en un estado de conciencia en el que sea posible amar la diversidad” (Rolando Toro, clase de formación en escuela modelo IBF, 2005).

De este modo las paradojas de la identidad planteadas en Biodanza, léase la identidad de un individuo se revela en presencia de otros y la identidad es inmutable y, sin embargo, está en permanente transformación; dan cuenta de que el camino de la sintonía es familiar, es comunitario, es eminentemente de encuentro. De ahí que Biodanza ha sido descrita por Rolando Toro como “la poética del encuentro humano”.

De esta manera, en términos sociales, la sintonía crea los caminos para la gran comunidad humana; que en términos cósmicos es la gran aldea planetaria...

En términos familiares, se manifiesta en un “decir sí” a la propia familia para tomar la fuerza de mis ancestros y antepasados. No significa que cada uno de nosotros no tenga conflictos con su familia de origen, sino en que aún con dichos conflictos podamos sentir gratitud por la vida recibida. Y desde luego que como parte de este camino llegar a alcanzar la suficiente autonomía y diferenciación, como para no hacerse cargo (no repetir) de los temas no resueltos por nuestros propios padres y antepasados.

Podemos ver que si bien en Biodanza no hay un punto omega (final) al cual dirigirse como ideal, si existen potenciales humanos a desarrollar e integrar (5 líneas de vivencia en Biodanza: vitalidad, sexualidad, creatividad, afectividad, y trascendencia) y son el desarrollo de estos potenciales los que nos van dando la sensación de plenitud existencial. Es importante desmitificar el concepto de plenitud, ya que no significa ausencia de problemas o ausencia de sentimientos difíciles; sino que significa sentir que la vida vale ser vivida y que todas las experiencias (fáciles y difíciles) nos traen savia (sabiduría) nueva.

Especificando un poco más el método de Biodanza, diremos que sumergirse en la existencia es su consigna, y desde ahí en las cinco líneas vivenciales. Para ello sólo se requiere el deseo y el coraje de vivir... y arrojarse a encontrar aspectos inesperados de sí mismo y de la vida. Buscamos a su vez una conciliación con lo que es (aquí-ahora); una entrega a la perfección, entendida como lo que es (no como lo que debiera ser). En consecuencia, es absolutamente necesario plantear que ingresar

en la sintonía de vida es un viaje en aras de un maravilloso despertar: un camino de animalidad despierta (vitalidad), de una intuición abierta y una apertura a las fuerzas de la vida (trascendencia), de un caminar vinculado con otros (afectividad), de un vivir apasionado, deseante y pulsante (sexualidad), de una expresión genuina, y un constante asombro e innovación (creatividad). Esta es sólo una descripción fenomenológica; un pequeño atisbo de lo que el sistema Biodanza, a través de su metodología, permite a los seres humanos incorporar en su camino de vida.

No es este el escrito que detallará en específico lo que sucede en una sesión de Biodanza, cómo se realiza, cuáles son sus aspectos técnicos y metodológicos, etc. Este escrito intenta dar cuenta a grandes rasgos del movimiento subjetivo que Biodanza genera en la humanidad que vivencia regularmente este sistema.

Diremos que el decante y la templanza de este camino conducen a una existencia en que el deleite se asienta en el ser, y por tanto el hablar y el hacer están en armonía y resonancia con los llamados interiores: “pocas palabras, gran mensaje” - “hacer, siendo” - “haciendo de la rutina, un rito” - “de la vida una ceremonia”.

Esta existencia en sintonía con cada sistema: yo, el otro, y la totalidad, ha sido descrita por Rolando Toro, como las tres esferas de la integración humana, de ahí que el lugar del vínculo con los otros y con la naturaleza no es sólo una postura teórica, sino una práctica vivencial sistemática. Esta práctica sistemática (básicamente asistir a un curso regular de Biodanza), permite incorporar vivencias integradoras en relación al propio cuerpo, el emocionar, la familia, las relaciones, los animales, las piedras, las plantas, los planetas, etc., es decir, el encuentro con la unidad subyacente a toda la existencia (A sabiendas de que la vinculación más poderosa e intensa del ser humano es con su propia especie: la humanidad y dentro de esta humanidad con las relaciones más próximas e íntimas).

Si bien Biodanza es una metodología vivencial que permite el acceso a un camino de sintonía con la vida; ello no quiere decir que una persona que no haya hecho, por ejemplo Biodanza, esté necesariamente en desconexión con la vida. Es más, resulta importante destacar que esta subjetividad está presente en muchas culturas ancestrales y que en la actualidad, es posible observarla como un destello luminoso de una estrella fugaz. Tal vez sociológicamente hablando, estemos lejos de una humanidad en sintonía con la vida, producto de la contaminación (material y simbólica) de los estímulos propios de las grandes urbes, que están tan lejanas a los ritmos y los mensajes de la biología (sabiduría del cuerpo). En este punto es



imprescindible acudir al concepto de “inconsciente vital”, puesto que cada acto que realizamos tiene un impacto en los procesos orgánico-corporales. De ahí que Rolando plantea que el inconsciente vital es entre otras cosas “la memoria de las células” y por tanto el modo que elijamos para existir (desconexión, autoconocimiento o sintonía con la vida) estará íntimamente vinculado a nuestra corporalidad en términos filogenéticos (desarrollo de la especie) y ontogénicos (desarrollo del individuo).

Me parece fundamental plantear en este sentido, que es absolutamente posible vivir en una gran ciudad industrializada, modernizante y plagada de estímulos, y estar en sintonía con la vida (no es excusa, no vivir en el campo por ejemplo). Ya que las fuerzas de vida son insospechadamente poderosas y trascienden las contingencias. Es decir, la naturaleza no está sólo allá en los bosques, montañas y desiertos; sino que habita en lo profundo de cada ser viviente... es decir, en todos nosotros.

### **CONCLUSIÓN:**

Cada ser humano, puede pasarse por cada uno de los caminos planteados, tejiendo su existencia y la de la humanidad segundo a segundo: esa es la abismal libertad... la infinita posibilidad de la existencia... “lo imposible puede suceder” (Rolando Toro)... en consonancia “caminante no hay camino, se hace camino al andar”.

**Finalmente he querido compartir un rezo de mi corazón:**

*“He decidido no conocerme a mi mismo,  
He decidido no saber quien soy,  
He decidido no intentar engañarme ni engañar a nadie,  
He decidido jamás tratarme como un objeto de ciencia o una empresa a  
mejorar*

*He decidido simplemente  
entrar en sintonía con la vida,*

*resonar,*

*fluir,*

*respetar,*

*fallar,*

*amar...*

*en cada instante de mi existencia*

*He decidido asentir*

*A mi cuerpo*

*A mi ser*

*A mi familia*

*Al gran misterio*

*A la vida y la muerte*

*He decidido decir sí”*

## **BIBLIOGRAFÍA PARA LECTURA COMPLEMENTARIA:**

- 1- Berman, M (2004) *Historia de la conciencia*. Ed. Cuatro Vientos: Santiago.
- 2- Fromm, E. (1998) *Ser o Tener*. Ed. Fondo de cultura económica: México
- 3- Hellinger, B. (2001) *Los órdenes del amor*. Herder: Barcelona.
- 4- Lacan, J. (1966). *La direction de la cure*. En *Écrits*. París: Seuil (ed. 1999). Trad. *La dirección de la cura*. En *Escritos*. México: Siglo XXI (1977).
- 5- Lacan, J. (1954-55). *Seminario 2: el yo en Freud y la técnica analítica*. (ed.1988) Ed. Nueva Visión: Madrid.
- 6- Lacan, J. (1959-69) *Seminario 7: la ética* (ed.1988) Edit. Nueva Visión: Madrid.
- 7- Laing, R. (1965) *Mistificación, Confusión y Conflicto*. Paidós: Barcelona.
- 8- Merton, T (2002) *Místicos y maestros Zen*. Ed. Kairos: Barcelona.
- 9- Rawls, J. (2001) *Lecciones sobre historia de la filosofía moral*. Paidós: Barcelona.
- 10- Toro, R (2007) *Biodanza*. Cuarto Propio: Santiago, Chile.
- 11- Toro, R: Apuntes de formación en escuela modelo de Biodanza (IBF):  
Definición y modelo teórico- Vitalidad-Sexualidad-Creatividad-Afectividad  
Trascendencia-Aspectos psicológicos de Biodanza, Inconsciente Vital.
- 12- Wilber, K (1996) *Breve historia de todas las cosas*. Ed. Kairos: Barcelona.