

Los límites de Biodanza

¿Por qué Biodanza virtual no es Biodanza, pero el encuentro virtual con elementos de Biodanza?

Marcus Stueck

RECEIVED & REVIEWED

Andreina Acri
Biodanza Schule Tucuman,
Argentienien
Sebastian Müller-Haug
International Biocentric Research
Academy

RECEIVED 9. Juni 2023
ACCEPTED 13. Juni 2023
PUBLISHED 14. Juni 2023

EDITED

Martina Goth, Andreina Acri

AFFILIATION

Prof. Dr. habil. Marcus Stueck
International Biocentric Research
Academy in Leipzig
Baltic Biodanza School in Riga
marcusstueck@gmail.com
Orcid: 0000-0003-0208-0772

CITATION

Stueck, M., Die Grenzen von Biodanza
(2023). Schibri: Bionet-Journal –
Biocentric Sciences BJBS.
Vol. 5, p. 21–27

CORRESPONDENCE

Prof. Dr. habil. Marcus Stueck
International Biocentric Research
Academy in Leipzig
Leipziger Str. 64, 04420 Markranstedt

Open access Journal

Download:

www.bionet-research.com

www.schibri.de

SUMMARY

This article is about the question whether Biodanza, can incorporate the way of working of Online Biodanza into its concept or not? Online Biodanza was introduced during the COVID-19 period, because as a result of the lockdown, it was forbidden for people to meet, e.g. in Biodanza classes. After the end of the COVID-19 period, Online Biodanza was continued by some Biodanza teachers worldwide. From the point of view of this article, this is the limit of Biodanza, because the online version of Biodanza does not take into account certain requirements that the Theoretical Model of Biodanza specifies (e.g., sensory reduction, time shift in the vivencia, lack of possibility to do certain exercises). In addition, some aspects do not go along with the visions of the founder Rolando Toro (e.g. regarding the political function of Biodanza teachers and regarding the omnipotence of technologies in the coexistence of people). The scientific analysis in this article is based on interview statements of Rolando Toro and other experienced Biodanza teachers. As a result, it can be stated that for some application in the context of Biodanza, online media are beneficial (e.g. for study groups, for theoretical discussions). However, working directly with Biodanza in weekly classes, in school modules, workshops and extents and applications it not possible. There are simply too many necessary conditions missing for implementation. The analysis also explores the reasons why Biodanza teachers are not open to these arguments and still continue to work online. Among other things, the lack of self-reflection as components of autoregulation in the Theoretical Model and the lack of understanding of the visions of the founder of the method are pointed out here. The article summarises the risks of integrating Biodanza, Online Biodanza, without naming its contraindications, its limits. Biodanza, without these limits, destroys itself or loses its effectiveness. Biodanza-Online is at best as a digital encounter with elements of Biodanza, but it is not Biodanza.

KEYWORDS

Biodanza-Online, Biodanza and contraindications/limits, Selfreflexion and Biodanza, Theoretical Model and Selfreflexion

1. introducción

La pregunta del título es importante. Porque pregunta lo que también ya se ha escrito en el título, cuáles son los límites de la Biodanza. Este método que parece ser capaz de integrar todo, por ejemplo, Biodanza y Chakras y ahora también Biodanza virtual?

En su Teoría de la Salud Biocéntrica Relativa, Stueck (2023) formula el siguiente supuesto biocéntrico básico:

Si un método no refleja y define sus límites, pierde su efecto. Esto se debe a que permite que todo se integre sin filtrar ni reflexionar. La sustancia, la medicina, del método, que está determinada por el modelo teórico de un método, se contamina y tiene un efecto diferente, reducido. Esto puede llevar incluso a la autodestrucción del método (supuesto básico biocéntrico, Stueck, 2023).

¿Por qué es importante determinar los límites de un método? Porque los límites indican lo que un método puede y no puede hacer, y lo que puede y no puede integrar. En

la investigación científica de intervención, los límites de un método se denominan contraindicaciones. En 1994, cuando era un joven científico que trabajaba en la primera de mis dos tesis doctorales sobre el desarrollo de un programa de yoga infantil con base científica, uno de mis mentores, el Dr. Ebert, del Instituto Carl Ludwig de Fisiología de la Universidad de Leipzig, dijo una frase que se me quedó grabada durante toda mi vida laboral y vital como investigador de intervenciones: „Marcus, lo más importante de un método es la determinación de las contraindicaciones.“ Las contraindicaciones dicen algo sobre las limitaciones de un método en los siguientes aspectos (Stueck, 1997)

- qué no puede hacer el método,
- dónde pierde su efecto, dónde tiene efectos negativos,
- lo que, aunque tenga efecto, se desvía del modelo teórico en su forma de funcionar,
- Lo que puede integrar y lo que no.

Este último aspecto en particular está siendo discutido en este momento, especialmente después de la muerte de Rolando Toro Araneda. Debido a que hay llamadas a integrar la biodanza y los chakras y la biodanza virtual. ¿Cómo se decide esto en un enfoque científico? Normalmente, hasta 2010, el creador del modelo decidía lo que se podía integrar y lo que no. Él lo sabía a través de sus propios estudios, la intuición y la visión. Después de su muerte, ahora le toca a él para examinar críticamente el modelo, si es posible sobre la base de datos empíricos y documentos teóricos.

Se trata del núcleo del trabajo científico, la reflexión crítica de un método y la determinación de sus límites. La reflexión crítica es necesaria, es decir, el examen científico de la cuestión de lo que puede ser integrado y lo que no.

2. preguntas sobre los límites de la Biodanza en relación con la Biodanza virtual

De acuerdo con la Teoría Biocéntrica Relativa de la Salud (Stueck, 2023), según la cual hay verdades relativas y no absolutas y las preguntas pueden ser respondidas desde diferentes perspectivas que no discuten entre sí, sino que se complementan, me gustaría tratar de responder a las siguientes preguntas:

1. ¿cuáles son las contraindicaciones o límites de la biodanza con respecto a la biodanza virtual desde el punto de vista científico-psicológico, biológico o físico, sino también desde la perspectiva histórica?
2. ¿Cuáles son las razones por las que estas limitaciones no se reflejan por los directores de escuelas y profesores de Biodanza que han estado haciendo Biodanza durante mucho tiempo?
3. ¿Cómo Rolando Toro Araneda respondería a esta pregunta sobre Biodanza virtual si todavía estuviera vivo?
4. ¿Cómo Biodanza virtual cambia la enseñanza y la comunicación?

Hay otras limitaciones de Biodanza que se describirán en un artículo separado o ya se han tratado en un artículo (Stueck, 2023).

2.1 En cuanto a la pregunta 1 acerca de las limitaciones de Biodanza virtual:

En junio de 2023, la comisión metodológica de IBFed recomendó en un boletín después de COVID19 no trabajar más con Biodanza on line, ya que no corresponde a los principios de Biodanza.

He aquí algunos extractos del documento de posición de la Comisión Metodológica:

„La pandemia de 2020 fue inesperado y nos tomó por sorpresa con poca o ninguna preparación para las plataformas virtuales ... Algunos de nosotros fueron alentados con gran convicción por la gente en nuestros grupos para conectarse a través del ordenador para hablar de lo que nos estaba pasando, cómo estábamos haciendo y cómo podríamos ayudarnos unos a otros. Como una experiencia atrevida, también empezamos a pensar en cómo podríamos hacer nuestra sesión habitual de Biodanza en una sala, ahora en una pantalla de ordenador, utilizando algunos ejercicios de Biodanza en condiciones virtuales. Logramos acercarnos a esta posibilidad con danzas que propusimos a nivel individual, en muchos casos recurriendo a la memoria biológica del cuerpo, utilizando músicas conocidas en Biodanza, especialmente en la fase de integración motora. Las caricias surgían espontáneamente de las miradas en la pantalla y así pudimos superar esos momentos de crisis en los que las personas necesitaban sentir que estaban haciendo algo por sí mismas, mantener el vínculo que se había construido a lo largo del tiempo y ser conscientes de que no estábamos aplicando realmente Biodanza.

Pero como todo en la vida, la pandemia ha terminado y afortunadamente, podemos volver al presente y volver a la verdadera Biodanza. Este sistema fue creado y descrito para ser practicado con personas en un grupo, porque su metodología es la experiencia integradora que se desvanece a través de los estímulos quinestésicos que favorecen el contacto directo y no es sustituido por nada donde la integración de la música, el movimiento y la experiencia se lleva a cabo. Ahora nos enfrentamos a la cuestión de cuándo continuar con las reuniones virtuales. Metodológicamente, creemos que pueden ser útiles para grupos de estudio, intercambio de opiniones y discusiones teóricas. Sin embargo, defendemos firmemente que el trabajo vivencial básico en el sistema de Biodanza no puede alcanzar sus objetivos de forma virtual. Módulos escolares, extensiones, sesiones grupales regulares, aplicaciones y ampliaciones metodológicas de ninguna manera pueden hacerse virtualmente; la transferencia vivencial de conocimientos pierde por completo el componente quinestésico, el aprendizaje orgánico, el intercambio no verbal de información en un campo semántico biológico, fisiológico y existencial que el contacto, la mirada, el olor, el abrazo del otro y de los otros genera en nosotros. Así que acojamos la presencialidad y no queremos mantener una virtualidad que nos limita y no logra transformar nuestra existencia en una conexión profunda con la vida.“

Pero había y hay profesores de Biodanza que, sin embargo, siguen trabajando con Biodanza virtual. Claro que las ventajas son obvias de las sesiones virtuales: no hay largas distancias, se trabaja desde casa, es conveniente y podría llegar a personas que de otro modo no se podría. Pero, ¿sigue siendo Biodanza? (Documento de posición de la Comisión Metodológica „Virtualidad en Biodanza: Si SÍ ... Si NO“)

En lo que sigue, estas posiciones también se reflexionará críticamente desde una perspectiva científica. Desde una perspectiva científica, la cuestión de los límites de la Biodanza no se responderá políticamente, pero mediante la comparación de los componentes de Biodanza virtual con el modelo teórico y algunas de las declaraciones originales de Rolando Toro Aranedo.

Este artículo no pretende publicar una nueva petición, sino analizar por qué la Biodanza virtual ha llegado a su límite y qué conclusiones deben extraerse de esto. A continuación, se muestran las razones por las que es el límite:

2.1.1 Biodanza virtual reduce la conciencia sensorial

Biodanza desarrolla valores internos para proteger la vida y sentir al otro como parte de nosotros para el desarrollo de una conciencia ética. Esta es una declaración importante de Rolando Toro Aranedo (2010), en un momento en que el individualismo domina.

„La conciencia ética es la cualidad humana más fina y desarrollable. Las personas que practican Biodanza pueden lograr esta conciencia afectiva mediante el cambio de sus valores. Este cambio sólo puede lograrse a través de la afectividad. Tengo que aprender a sentir al otro como parte de mí. Lo que le pasa al otro me pasa a mí.“

A través de la biodanza virtual, ¿se puede sentir al otro como parte de nosotros cuando falta el 50 % de los sentidos? La respuesta es no. En el contacto virtual sólo están presentes el sentido de la vista y el sentido del oído y en una forma limitada. El sentido del tacto está activo con nosotros o sea en la autopalpación. El sentido del olfato y del gusto y el sentido del tacto, es decir, tocar a la otra persona, quedan excluidos. Necesitamos encuentros, basados en el contacto real (Toro, 2010), en los momentos presentes, para ponernos en contacto con nosotros mismos, con los demás y con la naturaleza.

2.1.2 El contacto concreto, la base real concreta de Biodanza

Una parte importante se extrae en Biodanza virtual, lo concreto, el contacto real concreto: abrazos reales, besos reales, contacto visual real, caricias reales. ¿Qué dice Rolando Toro Aranedo al respecto?

„Vi Biodanza como una poética del encuentro humano. En un mundo donde falta amor y lo que más necesitamos es ternura.“ (Toro, 2014)

La ternura sólo se consigue en el contacto concreto. No puedo tocar a la otra persona a través de la cámara. Todos tenemos aspectos quinestésicos, relacionales, contacto real, ojos, sentidos. Ciertos ejercicios no son posibles en Biodanza virtual, por ejemplo, acariciar a la otra persona. Sentir, tocar al otro lleva a la comprensión: El tacto es la percepción básica basal y la comunicación para ganar conciencia ética y estar en contacto con la vida y el amor (Wagner, 2000). Rolando Toro Aranedo también lo ve de esta manera diciendo (Toro, 2014):

„Tal vez la Biodanza nació de la desesperación. Del deseo de redimirnos. De nuestros gestos empobrecidos, de nuestra falta de amor, de ternura, de nuestra soledad.“ (Toro, 2014)

Para él, era importante mantenerse sobre una base científico-concreta de vida y amor y acción concreta. Es decir, siem-

pre y cuando, por ejemplo, la ternura pueda tener lugar en el contacto real.

Un día, durante nuestro viaje a Tanzania, en 2009, le pregunté a Rolando, ¿qué es para ti la empatía? Me dio tres palabras: acción concreta y real. Por eso no hubiera pedido estar de acuerdo con la biodanza virtual. ¿Cómo voy a desarrollar la empatía si miro a la otra persona a los ojos a través de una cámara o la toco en una pantalla? La posición de una cámara siempre reduce lo que realmente está ahí, por la calidad de la cámara, por el encuadre, por las diferentes distancias.

Lo que dice tiene una base realmente concreta. En un discurso pronunciado en la inauguración del Foro Clínico de Biodanza, Stueck (2023) expresó así la relación entre Rolando Toro Aranedo y lo concreto: „Cuando Rolando habla de amor, siempre lo relaciona con la base biológica del ser humano (por ejemplo, también en su trabajo con los ángeles, el neochamanismo). Siempre trabajó sobre una base científica y concreta. Cuando hablaba de cosmos, se refería al material cósmico en nuestras células, cuando hablaba de ángeles, hablaba de los arquetipos del amor dentro de nosotros. Cuando hablaba de la muerte, hablaba de la transformación de los átomos en otras formas de vida, en árboles o en la tierra. No hablaba mucho de energía ni de Espíritu. No habló de la reencarnación ni de la física cuántica en relación con la conciencia humana. Habló de David Bohm y del orden implícito y explícito de los electrones. Lo metafísico, lo no-real son los límites de su modelo teórico de Biodanza. El sistema inmunológico de Biodanza. Siempre tenemos que incluir eso.“ Sí, Biodanza es un sistema de integración. Si pensamos en términos científicos, entonces podemos integrar cada cosa en su doble expresión, de acuerdo con el modelo teórico de Biodanza, siempre y cuando tenga una expresión concreta y se lleva a cabo en el momento en el aquí y ahora. Y hay un problema de desplazamiento del tiempo en la relación digital.

2.1.3 A través del desfase temporal digital, las personas en el encuentro digital danzan su propia danza - una ilusión del encuentro

A través de la biodanza virtual, se danza una ilusión del encuentro. La ilusión consiste en que las personas creen que se encuentran en el momento, pero es una ilusión porque, en primer lugar, se encuentran con un retraso temporal y, en segundo lugar, los paquetes de datos están codificados digitalmente en 0s y 1s, lo que da lugar a una comunicación reducida y alterada entre emisor y receptor, como han estudiado los estudiosos de la comunicación (Krajnik, 2021). En tercer lugar, sólo ven una parte limitada del momento desplazado en el tiempo a través de la cámara.

En la biodanza virtual se impide el momento, en primer lugar por el desplazamiento temporal, por la reducción de datos (encriptación digital) y por la reducción de la sección de la realidad. Sólo se puede experimentar una parte de la realidad porque la perspectiva de la cámara es limitada y sólo se puede utilizar el 50% de los sentidos. Lo mismo ocurre con las limitaciones del sonido y la calidad de la cámara. Esto crea una ilusión del momento, que no es completa. Pero el mayor error es que los danzantes se encuentran en dos momentos di-

ferentes y creen que es un momento común (suposición básica biocéntrica).

La separación creada por la crisis de COVID-19 se ve reforzada por la biodanza virtual. Que el COVID-19 ha llevado a la separación, especialmente en el cuerpo y la mente, las relaciones, etc., se ha analizado científicamente en el artículo „Pandemic Management Theory and Biocentric Evolution“ (Stueck, 2021).

La persona en la pantalla tiene la ilusión de que está en el mismo tiempo con el otro. Desde vivencia se trata de experimentar el momento (Toro, 2010), este es el límite de Biodanza. Esto no es lo que Rolando Toro Araneda realmente quería. Un criterio que él nombra, entre otras características de una vivencia, es la referencia al tiempo. Este criterio no se cumple por biodanza virtual.

„Vivencia están sujetos a la temporalidad. Surgen en un período de tiempo ‚aquí – ahora‘. Son temporales y representan una experiencia de ‚génesis actual‘.“ (Toro, 2020)

Volviendo a la definición de Biodanza, Biodanza es un sistema de autorregulación e integración y auto-renovación orgánica que funciona en un contexto de grupo real, con contacto real, danzando y cantando juntos en el aquí y ahora, en el momento. Tomemos el ejemplo de cantar juntos en Biodanza virtual: ¿cantan dos personas juntas cuando cantan en el ordenador? No, cada uno canta por separado, porque la señal necesita tiempo para llegar a la otra persona. Uno canta antes, el otro después. La sincronización del encuentro se desplaza digitalmente. En cronobiología, este proceso se denomina desfase: un ritmo se desplaza del otro ritmo. Sergio Cruz (2023) describe este desplazamiento de fase de forma muy impresionante:

„... el trabajo con la voz es una de las tareas más delicadas e importantes a nivel experiencial. La voz es resonancia, es vibración, es regresión profunda, etcétera. Sería absolutamente inaceptable hacer esto virtualmente. Una cosa es una ponencia teórica, una conferencia, una mesa redonda para discutir un tema, y otra es una educación del movimiento o de la voz donde tanto los movimientos como los sonidos llegan a lo virtual con un retraso de más de un segundo en tiempo crono. Cuando propuse en una reunión mundial de directores de orquesta al principio de la pandemia que cantáramos juntos, tuvimos que lidiar con este problema del retraso del sonido, que más o menos arreglamos cuando Víctor de Argentina dirigió entonces la música de BsAs para que yo pudiera cantar desde Italia. Más o menos funcionó, también porque era simbólico en ese momento de la pandemia cuando cantamos „Soñé que uno soñaba, es sólo un sueño ... y juntos se hizo realidad ...“ y los directores lloramos de emoción por lo que fue un momento histórico para todos ... Bueno, afortunadamente eso sucedió ... no podemos continuar virtualmente debido a la verdadera biodanza de Rolando Toro Araneda (Cruz, 2023).

Los momentos del verdadero encuentro son diferidos, no sincrónicos. Son una ilusión de encuentro en el aquí y ahora. Son encuentros con una contraparte que está en el pasado. Es como si uno se encontrara a sí mismo en diferentes momentos. Entonces uno sólo se encuentra consigo mismo, o con una imagen del otro, pero no en el mismo momento.

La biodanza tiene lugar en el momento. Es una sincronización de dos o personas en el momento.

Aquí la pregunta es, ¿puedo expresar afectividad real? No, porque cuando veo al otro, lo veo como era un segundo antes. Estuve en el Congreso Mundial de Psicología en Japón en 2016. Allí se presentó un androide que podía leer las emociones del otro captando con la cámara los músculos y expresiones faciales de la persona y comparándolos con las emociones. Aquello se sentía como empatía, pero no era empatía porque faltaba la esencia del encuentro. Pero el ser humano y la máquina no se sentaban uno frente al otro en diferido, como en la biodanza virtual, sino en contacto real. La empatía surge, entre otras cosas, a través del contacto visual y la observación de las expresiones faciales. Esto cambia muy rápidamente, en segundos, milisegundos. Esto enciende la parte del cerebro social que es responsable de las emociones, la amígdala (Adolfs, 2010, citado en Stueck, Villegas, 2020). Pero tiene que ocurrir simultáneamente. El que ve la cara y los ojos del otro debe verlo simultáneamente. Con la biodanza virtual capta un estado que yace en el pasado.

Necesitamos relaciones en los momentos presentes para conectar con nosotros mismos, con los demás y con la naturaleza. Pero el momento está en Biodanza virtual no está presente, pero el tiempo-demorado, como el ejemplo anterior de cantar muestra. Para él era importante permanecer en una base científica y concreta de la vida y el amor y la acción concreta. Un día le pregunté a Rolando, ¿qué es para ti la empatía? Me dio tres palabras: acción concreta y real. Por eso no estaba de acuerdo con la biodanza virtual. ¿Cómo voy a desarrollar la empatía si miro a los ojos de la otra persona a través de una cámara o la toco en una pantalla de forma diferida? Incluso danzo aislado porque está desplazado en el tiempo.

2.1.4 Holismo de Biodanza se pierde a través de Biodanza virtual, porque algunos ejercicios no son posibles

Como saben los antiguos profesores de Biodanza, que desarrollaron la Biodanza con Rolando Toro Araneda, Rolando Toro Araneda protegió la Biodanza distinguiéndola de las psicoterapias. Luis Ottavia lo resume así „... especialmente del intento de los psicoterapeutas de extraer partes y ejercicios e incorporarlos a las psicoterapias“. Esto es exactamente lo que está sucediendo ahora con Biodanza virtual. Cuando se trabaja con Biodanza virtual, sólo se puede trabajar con partes del sistema de Biodanza, es decir, el criterio de la totalidad de las posibilidades de Biodanza para desplegar plenamente su propósito y potenciales ya no se cumple.

2.1.5 Función Política del Profesor de Biodanza

Rolando Toro Araneda describió al profesor de Biodanza como alguien que tiene una función política. Porque lucha para mantener los besos, los abrazos en este mundo.

„Se está abriendo un mundo donde la pureza y la naturalidad son comunes en medio del amor. El amor no es una palabra. Me parece que la gente que ya está demasiado agotada no ha descubierto el significado, el sentido profundo del amor. Es mucho más que amar a tu perrito, a tus hijos o a tu marido. El amor es una fuerza organizadora que existe en el ser humano y va más allá del individuo, es decir, el amor tiene un significado global. Es poderoso, radiante, integrador, extraordinario. No

se limita al individuo. Es una fuerza cósmica y la tarea de la Biodanza es despertar esta fuerza cósmica. El destino del ser humano es el amor.

Me parece que el mayor acto político que existe, el mejor acto político, es el abrazo. El abrazo, el beso, el encuentro no son tan inofensivos como podría pensarse. En un mundo de guerras como éste, un mundo en el que millones y millones de personas están siendo y han sido asesinadas, proponemos la danza, la canción, el abrazo. Es absolutamente necesario. Por cada fusil, por cada misil, por cada bombardero, hay que besar y danzar.“

Estas palabras de Rolando Toro nos muestran un camino, una visión. Aclara lo que Rolando deseaba. Abrazos, besos, caricias al otro. Todo esto no se puede hacer en la biodanza en línea. Los profesores que enseñan biodanza online apoyan la cultura dissociada. Pero se trata de integrar y conectar con las raíces. Esta es la tarea política de la Biodanza y del profesor de Biodanza. Acabar con las separaciones del ser humano.

Biodanza en línea separa Biodanza de sus raíces. Parece banal encender el ordenador y bailar. Pero no es el sentido profundo de la Biodanza. Es el límite porque promueve separaciones, especialmente de las raíces antropocéntricas del ser humano (supuesto básico biocéntrico, Stueck, 2023).

2.1.6 Desapego de las raíces

¿Ofrecería un chamán rituales virtuales, por ejemplo con Ayawaska? No, porque sabe que esas no son las raíces de la tradición tal y como la han transmitido sus maestros. Los rituales, el canto conjunto, la resonancia y la relación han cambiado. Lo mismo ha ocurrido con el yoga y la atención plena, donde en los programas occidentales de atención plena ya no se nombran las raíces del yoga. Un profesor de yoga enseña un camino de práctica que se basa en una larga tradición.

Nuestra cultura occidental tiene tendencia a separar las cosas que son útiles: por ejemplo, en mindfulness se separan partes y se empaquetan en métodos de intervención sin tener en cuenta las raíces del yoga, los antiguos textos de Patanjali o el camino de práctica en el que se basan el yoga y la meditación, por ejemplo. Es como cortar las raíces de un árbol. Y en Biodanza es lo mismo. Rolando Toro ha propuesto encuentros reales, besos reales, abrazos reales para lograr, entre otras cosas, una habilidad, la expansión afectivo-ética de la conciencia. En Biodanza, se trata de seguir el camino de la práctica propuesto por Rolando Toro, según el cual ciertos ejercicios y rituales necesitan un contacto concreto entre maestro y alumno.

Sergio Cruz (2023), profesor experimentado que desarrolló Biodanza con Rolando Toro, lo expresa así: „Para todos nosotros es realmente muy serio. Especialmente formaciones de 4 elementos, Minotauro, Árbol de los Deseos, etc., donde hay retos y rituales importantes y fundamentales que hay que hacer en el presente.“

2.2 En cuanto a la pregunta 2 sobre las razones de la falta de reflexión crítica

¿Cuáles son las razones por las que estos límites no se reflejan por los directores de escuelas y profesores de Biodanza que han estado haciendo Biodanza durante mucho tiempo?

2.2.1 La falta de conciencia de los profesores sobre la especificidad de Biodanza

Ahora se puede decir, sí a través de Biodanza virtual se acaba la soledad. Sí, eso es cierto. Pero también a través de un grupo de deportes o grupo de baile en línea soledad se termina. Pero la especificidad de Biodanza falta. Pregunta 2 trata de responder por qué la especificidad de Biodanza, a diferencia de Biodanza, no es reconocido por los que ofrecen Biodanza virtual.

2.2.2 Una de las razones es la falta de conciencia de los límites descritos anteriormente.

Es evidente que algunos profesores de Biodanza no han aprendido a elaborar las especificidades del método en una reflexión crítica. Una parte importante de la base científica de la Biodanza es la reflexión crítica de las limitaciones del modelo teórico. Los profesores de Biodanza deben ser capaces de responder a la pregunta de lo que Biodanza no puede hacer y reflexionar críticamente sobre el método de Biodanza.

También hay que ser capaz de reflexionar críticamente lo que uno ama para proteger el método. Y uno tiene que conocer la especificidad de un método y sus límites, que destruyen esta especificidad (supuesto básico biocéntrico, Stueck, 2023).

En un discurso en el Foro Clínico de Biodanza, Stück (2023) lo resumió en las siguientes palabras:

„La Biodanza existe desde hace 60 años. La pregunta surge una y otra vez por qué la Biodanza, este método mágico, no ha llegado más lejos en su reconocimiento en instituciones de diferentes países o como método de intervención. Además, es importante abordar la cuestión de los límites de Biodanza, porque después de la muerte de Rolando Toro Araneda, métodos como el trabajo de la energía chakra o Biodanza virtual se añaden. Se cambian los ejercicios, con el peligro de diluir cada vez más el método y los efectos. El resultado es una variopinta ‚ensalada‘ de métodos sin efectos suficientes. Sobre todo, todo lo que significa integración con la vida se integra bajo el término biocentrismo. Por eso necesitamos estimar las contraindicaciones y una reflexión crítica basada en datos empíricos y en el pensamiento lógico y la autorreflexión. Otros métodos dan una imagen mucho más clara en cuanto a las contraindicaciones con base científica, como muestran las publicaciones (Handbook of Dance and wellbeing, por ejemplo Dance Movement Therapy, etc.). No voy a hablar mucho acerca de una reflexión crítica sobre el método de Biodanza. Pero si este método se considerará científica y si este método quiere ser desarrollado, entonces tenemos que tratar con él.“

Un ejemplo de reflexión crítica es la publicación de los estudios sobre reducción del estrés y Biodanza (Stück, M.; Tofts, PD, 2016, Efectos de Biodanza en la Reducción del Estrés y el Bienestar – A Revisión de la calidad y el resultado del estudio. De Gruyter: Signum Temporis. 8 [1], 57–66) pero también en la tesis doctoral sobre Biodanza in escuela (Reflexión Crítica sobre el Modelo Teórico de Biodanza, Stueck, 2007, universidad de Lipsia).

Sobre la necesidad de una reflexión crítica, se afirmó además: „Tuve que aprender en mi segundo doctorado sobre Biodanza con profesores a criticar un método que me encanta. La

comisión detuvo mi trabajo, que me llevó 9 años porque no había pruebas suficientes para el modelo teórico, especialmente acerca de los instintos y la transtasis. Y no hubo reflexión crítica sobre Biodanza. Los científicos necesitan mantener una distancia crítica.“ (Stueck, 2023).

2.2.3 Una segunda razón es la falta de auto-reflexión.

Si los profesores, que han reflexionado críticamente sobre todos los puntos de la pregunta 1, todavía siguen trabajando con Biodanza virtual, esto puede tener diferentes razones. Una razón es que es cómodo. Una segunda razón podría ser que hay efectos, así que ¿qué debo cambiar? Pero, de nuevo, no se trata de efectos, que es una visión antropocéntrica. La biodanza trata de los mecanismos de los efectos, es decir, de cómo se consiguen los efectos, por ejemplo, mediante el contacto real. Para el caso de la zona de confort, falta la auto-reflexión, por qué es importante salir de la propia zona de confort y decir a los participantes que la Biodanza virtual ha terminado. Esto requiere autorreflexión. ¿Cuál es el papel de la autorreflexión en Biodanza? Según Lazarus (1999) y Schröder (1992, 1996), la autorregulación implica 2 componentes. La regulación de las emociones y la autorreflexión. Lo que es específico de Biodanza es la regulación de las emociones, por ejemplo, en contraste con otros métodos de autorregulación (Stueck, 2023). La autorreflexión no debe confundirse con la intimidad verbal de Biodanza. Es la capacidad de percibir los propios límites, sentimientos y pensamientos, entre otras cosas, y regularlos (Stueck, 2007). En el modelo teórico falta la autorreflexión psicológica, como parte de la autorregulación. Esto fue encontrado en un análisis crítico de los límites de la Biodanza por Stueck (2023). Posiblemente esta es la razón por la que existen los múltiples problemas en Biodanza con los límites (por ejemplo, los límites del ego, los temores irreflexivos, la actuación impulsiva, el miedo competitivo).

2.3 Pregunta 3: ¿Cómo Rolando Toro responder a esta pregunta sobre Biodanza virtual si todavía estuviera vivo?

La mejor manera de abordar la cuestión es con una cita original de Rolando Toro Araneda: Aquí afirma que la Biodanza es un contra-diseño radical a la omnipotencia del dinero y las tecnologías. Biodanza virtual se basa en la tecnología.

„Biodanza crea la bomba del amor para despertar la energía del amor que llega a todo el planeta. Cuando me toca despedirme del mundo, me voy sin tristeza, me voy con un gran sentimiento de que vendrán tiempos mejores. tiempos mejores, sin masacres, sin competencia, sin injusticia, sin enfermedades graves, sin delincuencia, tendremos tiempos mejores, de eso no tengo ninguna duda, porque ese es el destino humano, el destino humano no es la omnipotencia del dinero, no la omnipotencia de la tecnología.“ (Toro, 2012)

Aquí se refiere a la tecnología y la rechaza en relación a Biodanza. Biodanza es natural. La música es orgánica, la relación es natural en el momento y no cambia el tiempo, la tecnología solo debe usarse donde sea absolutamente necesario.

2.4 Pregunta 4: ¿Cómo Biodanza virtual cambia la enseñanza y la comunicación?

El maestro como el alumno. Debido a la posición de la cámara, ambos solo perciben una parte de la realidad. Biodanza virtual también carece del campo de resonancia de la clase, que es importante para la enseñanza. El docente no puede percibir en línea el campo real de resonancia, sino sólo una ilusión, una hipótesis del mismo. Ahora hay más cursos de formación y manuales de Biodanza virtual para profesores de Biodanza que no reflejan en absoluto los límites mencionados anteriormente.

3. Conclusión

Las declaraciones de este artículo se pueden resumir en los siguientes puntos y, por lo tanto, las preguntas se pueden responder de manera resumida.

- Biodanza virtual tiene límites, los beneficios no superan los costos. Fue bueno trabajar con Biodanza virtual en el momento de la pandemia, ahora ya no por las razones resumidas en la pregunta 1.
- Un resumen de los pros y los contras de la Biodanza presencial y en línea significa que la Biodanza virtual no se puede integrar como un método de Biodanza (pregunta 1).
- Biodanza virtual puede ser una puerta de entrada para Biodanza, pero entonces debería dársele un nombre diferente, ya que no es Biodanza. Por ejemplo encuentro virtual con elementos de Biodanza (pregunta 1)
- El hecho de que se siga ofreciendo Biodanza virtual después del Covid19 se debe a la falta de reflexión crítica y autorreflexión por parte de los docentes (pregunta 2)
- Después de analizar algunas de las citas originales de Rolando Toro, se puede llegar a la conclusión de que Rolando Toro con Biodanza virtual no estaría de acuerdo (pregunta 3).
- Biodanza virtual también cambia la enseñanza de los profesores de Biodanza (cambio de tiempo, campo de resonancia faltante) (pregunta 4)

Como dice Sergio Cruz, es hora de „reflexionar de verdad y aceptar los límites con amor“ (Cruz, 2023). De lo contrario, el sistema Biodanza no se puede proteger de la manera que sugirió Rolando Toro. El sistema Biodanza corre el riesgo de autodestruirse de esta manera. Es muy sutil y requiere un alto nivel de reflexión crítica y autorreflexión. Lo que está sucediendo metódica y éticamente con Biodanza en línea en este momento no es aceptable. Las limitaciones del modelo teórico y la visión de Toro no son suficientemente consideradas. Volvamos a la Biodanza de Rolando Toro Araneda, por favor. Se trata nada más y nada menos que del futuro del método Biodanza.

Los siguientes pasos aún son necesarios para esto:

- La reflexión crítica de los límites de Biodanza
- La alineación de los nuevos métodos con el Modelo Teórico de Biodanza y la visión de su creador Rolando Toro Araneda
- La autorreflexión del docente y la incorporación de la autorreflexión como parte de la autorregulación en el modelo de Biodanza
- Percibir y consultar los pocos estudios científicos publicados y específicos de Biodanza que Biodanza ha producido en los últimos 60 años.

¿Qué debería suceder exactamente ahora? Es cuestionable si el movimiento de biodanza en línea aún se puede detener, pero los siguientes puntos son necesarios desde mi punto de vista:

- Los directores de escuela deben reconocer el problema y si están trabajando con biodanza en línea y detener este trabajo.
- Si no quieres o no puedes detenerlos, al menos debes concienciar a los participantes de que lo que está pasando en los grupos no es Biodanza. O bien se le debe dar un nombre diferente. O después de cierto tiempo, los participantes deben ser transferidos a grupos presenciales.
- Se deben realizar grupos de discusión con aquellos que todavía quieren seguir trabajando con Online Biodanza. No se trata de normas y prohibiciones morales, sino de intercambio de argumentos
- Por parte de la comisión metodológica de la IBFed, el límite de Biodanza debe quedar muy claro en forma de recomendación y los integrantes deben ser modelos a seguir y tener una actitud clara.

Este análisis está en curso y debe utilizarse como base para iniciar las discusiones. El análisis aún no está completo y debe profundizarse.

Sin embargo, debe resumirse enérgicamente que el trabajo experiencial básico en el sistema Biodanza no puede lograr sus objetivos virtualmente. Las razones de esto se presentaron en este artículo, científicamente justificadas. Por lo tanto, el trabajo en línea con Biodanza no se puede utilizar en las siguientes áreas:

- módulos escolares,
- maratones,
- reuniones periódicas de grupo,
- Aplicaciones y extensiones metodológicas

Este trabajo de Biodanza no se puede realizar virtualmente bajo ninguna circunstancia, porque la transferencia de conocimiento basada en la experiencia pierde por completo el componente cinestésico, el intercambio de información sincrónico no verbal en un campo semántico biológico, fisiológico y existencial. Este campo de resonancia es creado por un grupo que está en contacto, por caricias tiernas, por miradas, por olores, por abrazarse unos a otros. Así que abracemos la presencia del momento y el equilibrio entre lo virtual donde es útil y la presencia que logra transformar nuestra existencia en una conexión profunda con la vida.

Literatura

Cruz, S. (2023). Aviso al Comité de Métodos. inédito.
 Dettwiler, O., Lafleur B., Martinez M. (2021). Aplicación y limitación de Biodanza. Estudio sobre el uso de Biodanza durante la pandemia. Biodanza Escuela de Ginebra y Quebec.
 Karkou, V. (ed.), Oliver, S. (ed.), Lycouris, S. (ed.) (2017) The Oxford Handbook of Dance and Wellbeing. Oxford University Press.

Krajnik, R. (2021). El impacto del lenguaje/inmersión profunda. sistémico/ágil. Podcast 23.03.2021.
 Lázaro, RS (1999). Una nueva síntesis: estrés y emoción. Nueva York: Springer Publishing Company.
 Schroeder, H. (1992). Emociones – personalidad – riesgo para la salud. psicópata. Revista de Psicología y Medicina, 4 (2), 81–85.
 Schroeder, H. (1996). Opciones de intervención psicológica en situaciones de estrés. Intervención para la promoción de la salud para la clínica y la vida cotidiana, 1, 7–26.
 Stueck, M. (1997). El entrenamiento de relajación con elementos de yoga para niños. Donauworth: Auer Verlag.
 Stueck, M. Biodanza y Yoga en la reducción del estrés para profesores. PhD-Habilitation (disertación de profesor) Universidad de Leipzig: Reflexión crítica sobre Biodanza.
 Stueck, M. (2008). Nuevos caminos: Yoga y Biodanza en la reducción del estrés con profesores. Nuevas direcciones en pedagogía y psicología. Volumen 1. Estrasburgo: Schibri-Verlag.
 Stueck, M. & Villegas, A. (2009). Danza hacia la Salud. Estrasburgo: Schibri.
 Stueck, M.; Tofts, PD (2016). Efectos de Biodanza en la Reducción del Estrés y el Bienestar – A Revisión de la calidad y el resultado del estudio. De Gruyter: Signum Temporis. 8 (1), 57–66.
 Stueck M., Sakti Kaloeti V., Villegas A., Utami D. (2019). La influencia de Biodanza y Escuela de Empatía verbal – comunicación respetuosa en la capacidad de expresar emociones y necesidades: un estudio piloto entre adultos en Indonesia. Informe de Psicología de la Salud, 7 (4).
 Stueck, A. y Villegas, A. (2020). Ciencia y Biodanza. Manuscrito no publicado.
 Stueck, M. (2020) Covid19 y desarrollo biocéntrico. La teoría de la gestión de la pandemia. Informe de Psicología de la Salud.
 Stueck, M. (2023) La Teoría de la Salud Biocéntrica Relativa. inédito.
 Stueck, M. (2023). ¿Qué puede y no puede lograr la Biodanza? La necesidad de una reflexión crítica sobre los límites de la Biodanza como base de un método científicamente fundado. 9º Foro Biodanza Clínica Mayo 2023 Discurso de Apertura. Acta Forum Clonic Biodanza.
 Toro, R. (2010) El sistema de Biodanza. editorial tinta.
 Toro, R. (2014). Film de Circuito KDT Buenos Aires sobre una entrevista a Rolando Toro. Día Mundial de Biodanza 19.04.2014. Descargar.
 Toro, R. (2020) Materiales didácticos de Biodanza. Escuela de Biodanza del Báltico de Riga.
 Wagner, U. (2000). Sentir – tocar – agarrar: el tacto como percepción y comunicación. Oldenburg: Biblioteca y sistema de información de la Universidad de Oldenburg.