

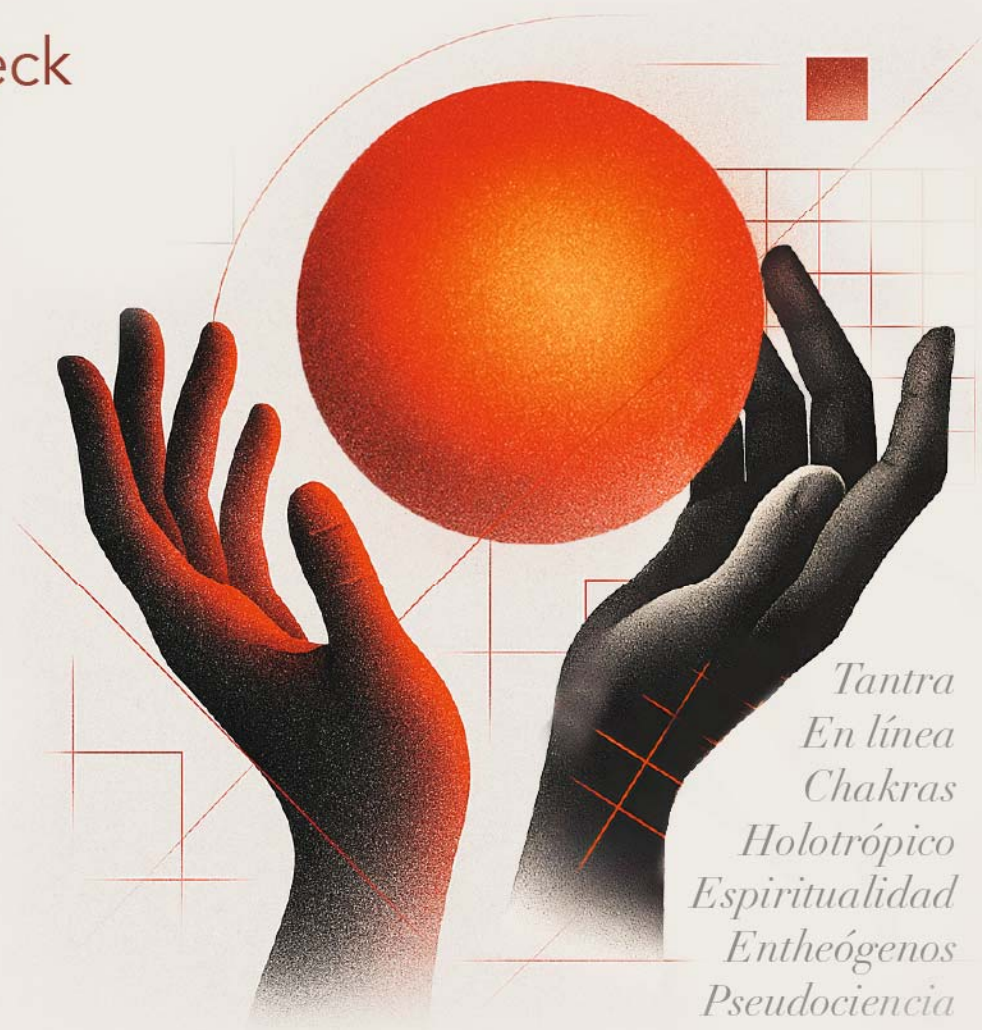
Explorando lo Desconocido -
Estudios de Biodanza Vol. 2

¿Qué puede integrar Biodanza? Estudios sobre los límites de Biodanza

Marcus Stueck



Penguin & Polar Bear Edition



*Tantra
En línea
Chakras
Holotrópico
Espiritualidad
Entheógenos
Pseudociencia*

Aviso legal

© 2025 Marcus Stueck

Portada: Madara Zalane

PoD - Editor - Penguin Polar Bear Edition

www.bionet-research.com

FUENTE - Stueck, M. (2025). *¿Qué puede integrar la biodanza? Estudios sobre los límites de la biodanza* (Explora lo desconocido: Estudios de Biodanza, Vol. 2; Edición Pingüino y Oso Polar). Editorial BoD. Disponible en: www.bionet-research.com

Prólogo del autor

Marcus Stueck

Este libro se hizo necesario después de que, desde el movimiento de la biodanza, se asociaran con la biodanza diversas prácticas espirituales (entre otras, el trabajo con los chakras) y basadas en sustancias (sustancias psicotrópicas enteógenas) que no se ajustaban ni a las ideas de Rolando Toro ni a su modelo teórico. Lo mismo ocurre con las contribuciones teóricas en congresos que tratan sobre la biodanza y la espiritualidad o la biodanza y la conciencia cuántica. Por lo tanto, cabe plantearse dos preguntas:

¿Es la biodanza un sistema de inclusión o de integración? ¿Cuánta inclusión o integración puede soportar la biodanza?

¿Qué se puede incluir o integrar sin que se pierda la esencia de la biodanza?

En el presente libro («Die Grenzen zu Biodanza» [Los límites de la biodanza]), se analizan en dos artículos

- Los límites de la biodanza (parte 1): un análisis basado en la teoría relativa de la salud bioocéntrica y el legado de Rolando Toros
- Los límites de la biodanza (parte 2): ¿por qué la biodanza online no es biodanza?

En primer lugar, una primera hipótesis básica que subyace a la respuesta a las preguntas.

No hay verdades absolutas, solo verdades relativas. Son relativas al individuo que intenta encontrarlas.

Sobre esta base, en el libro se examinan los siguientes supuestos biocéntricos fundamentales:

1. A nivel humano, la biodanza es un sistema de inclusión. Aquí se experimenta toda la gama de conexiones, sin límites. A nivel metodológico, no. Aquí, el sistema de inclusión humana se convierte en un sistema de integración metodológica con límites. No se puede incluir todo. Es decir, los niveles humano y metodológico deben considerarse por separado.
2. Todo lo que se incluye humanamente y se integra metodológicamente debe ser conforme al modelo o la teoría. Todo lo que el modelo teórico no permite tampoco puede integrarse en el aspecto metodológico.
3. Para responder a la pregunta de dónde están los límites de un método (límites de integración), además del modelo teórico del método Biodanza, se necesita una metateoría que explique qué hay más allá de los límites. En este libro, esta teoría de referencia es la teoría relativa de la salud biocéntrica (véase la figura 5).
4. Sin la reflexión sobre los límites, un método se disuelve, ya que carece del sistema inmunológico metodológico.

La base metodológica para responder a las preguntas de este libro es

- el análisis de los textos originales de Rolando Toro
- la consulta de investigaciones históricas a través de entrevistas con testigos de la época que conocieron a Rolando Toro
- la comparación con la teoría de la biodanza y el modelo teórico
- la investigación empírica sobre las contraindicaciones de la biodanza, es decir, sobre lo que la biodanza no puede lograr

El libro («Die Grenzen von Biodanza» [Los límites de la biodanza]) es el volumen 1 de la serie de libros

FUENTE - Stueck, M. (2025). *¿Qué puede integrar la biodanza? Estudios sobre los límites de la biodanza* (Explora lo desconocido: Estudios de Biodanza, Vol. 2; Edición Pingüino y Oso Polar). Editorial BoD. Disponible en: www.bionet-research.com

«Biodanza Studien – Erforsche das Unbekannte» [Estudios de biodanza: explora lo desconocido]. Marcus Stueck publica esta serie de libros desde 2025 con el fin de reforzar el pensamiento científico y crítico (reflexión) en el movimiento de la biodanza y dar a conocer sus efectos. Pero también para difundir el conocimiento sobre los estudios empíricos existentes, con el fin de que la biodanza se convierta en lo que Rolando Toro deseaba, como muestra la siguiente cita:

«La biodanza no tiene connotaciones mágicas. Se basa en la ciencia convencional, en la biología, la neurología, la psicología avanzada, la antropología, la sociología, la ecología y las ciencias políticas. Pero no hay magia en ella, porque no se tienen en cuenta las cosas que no podemos explicar de acuerdo con la ciencia» (Toro Araneda, 1991, p. 53).
Toro Araneda, R. (1991). *Teoria da Biodança: Coletânea de textos*. Editora ALAB.

En el capítulo 4.5 se describe lo que significa la ciencia convencional. Se hace referencia al segundo libro de esta serie («Estudios de Biodanza: explora lo desconocido», vol. 2: «¿Cuánta investigación hay en la Biodanza?», cap. 4.5, fig. 7, descarga en www.bionet-research.com), así como al ciclo de investigación de la biodanza, para decidir qué se puede integrar y qué no (cap. 4.5, fig. 8).

La reflexión crítica es la base de la ciencia convencional. El autor del libro, miembro de la comisión científica de métodos de la IBFed y que lleva 30 años investigando la biodanza con numerosas publicaciones, reflexiona críticamente sobre la inclusión o integración de todos los desarrollos mencionados anteriormente (biodanza y espiritualidad, biodanza con apoyo basado en sustancias) y sobre las dos cuestiones. La reflexión crítica no es algo personal, sino que forma parte de la ciencia empírica, como instrumento más importante para decidir, basándose en datos (hechos), qué es conforme a la teoría y al modelo y qué no lo es.

El artículo 1 explica, basándose en el análisis de dos artículos de Rolando Toro («La transmutación energética», «El inconsciente numinoso»), por qué la biodanza no es un método espiritual. Porque eso significaría que la biodanza tendría que elegir un concepto de energía que asumiera una energía de conciencia fuera del cuerpo (véanse los capítulos 4.2.2 y 4.2.3). Esto es algo con lo que Rolando Toro nunca habría estado de acuerdo. Su comprensión de la energía cambió

- desde el enfoque puramente biológico, descrito en el capítulo 4.1.3.1 (cita del testigo Sergio Cruz: «Rolando Toro entendía por energía la energía biológica que se genera en cada célula en el momento del metabolismo»)
- , a la apertura de la puerta a un concepto más metafísico de la energía en su concepto del inconsciente numinoso (véase el capítulo 4.2.5.1). Sin embargo, lo trascendente y lo numinoso seguían basándose en experiencias sensoriales.

La experiencia sensorial es un criterio de diferenciación que no desempeña un papel central en el ámbito espiritual, ya que aquí se trata de un sentimiento general del ser, que existe de forma general y permanente y con el que siempre estamos conectados (espíritu, esencia). Esto demuestra que, en la comprensión espiritual, las personas son más que su cuerpo (espíritu, esencia, alma que reencarna, véase el capítulo). En los capítulos 4.2.5.2 y 4.2.5.3 se describe lo que Rolando Toro dijo, por ejemplo, sobre la reencarnación, así como las razones del rechazo e de Rolando a las prácticas orientales en la biodanza (véase el testimonio de

FUENTE - Stueck, M. (2025). *¿Qué puede integrar la biodanza? Estudios sobre los límites de la biodanza* (Explora lo desconocido: Estudios de Biodanza, Vol. 2; Edición Pingüino y Oso Polar). Editorial BoD. Disponible en: www.bionet-research.com

Sandra Salmasso: «Rolando rechazaba los conceptos orientales y esotéricos, véase el capítulo,.....) o su distanciamiento de la espiritualidad. Sin embargo, se necesita la filosofía oriental y prácticas como la meditación, el trabajo con los chakras y el tantra para comprender la espiritualidad. Pero estas no forman parte del sistema Biodanza y, según el análisis científico aquí presentado, tampoco pueden integrarse. Lo mismo se aplica a la respiración holotrópica (véase el capítulo...).

Solo las llamadas metateorías, como la teoría relativa de la salud biocéntrica presentada por Stueck (2025) con el concepto de holismo biocéntrico que contiene, determinan la frontera entre la energía física medible y la energía metafísica no medible con ayuda de la longitud de Planck (véase la figura 3, capítulo 4.2.2). En el capítulo 4.2.2, además del Big Bang cósmico, Stueck (2025) describe por primera vez en un modelo científico los niveles visibles e invisibles de la vida (véase la figura 3, Lo visible y lo invisible son planos de una misma dimensión) por Stueck (2025), según el cual todo lo visible proviene de lo invisible (supuesto básico biocéntrico, véase el capítulo 4.2.4 Energía y holismo biocéntrico, véase la fig. 4). En el capítulo 4.2.5 se explica por qué el concepto del inconsciente numinoso sigue siendo un concepto provisional e incompleto. O bien está completo y Rolando Toro establece una clara frontera entre el cuerpo y la energía y entre la conciencia como energía fuera del cuerpo, que emana de una primera causa no causada y es responsable de las manifestaciones detrás de la longitud de Planck (véase la figura 3, Manna, citado en Bazzotti, Manna, Stueck, 2025). Rolando Toro ya traza esta línea al no llamar «inconsciente numinoso» al «consciente numinoso». Porque entonces habría reconocido la energía de la conciencia (véase el capítulo 4.2.5). También en la definición científica de espiritualidad según Harris (2014), descrita en el capítulo 4.2.5.2, queda clara la frontera que Rolando Toro traza en el concepto provisional del inconsciente numinoso.

«La espiritualidad es una experiencia en la que el yo se reconoce como una ilusión y se experimenta la «conciencia pura», que se encuentra más allá de los pensamientos y de la identificación habitual con el yo o la percepción sensorial».

Rolando Toro describió críticamente la ilusión de la tradición budista («maya») (material escolar de educación biocéntrica). Y aquí queda claro lo importante que es la primera hipótesis biocéntrica descrita en este prólogo, según la cual lo humano debe considerarse separado del nivel metodológico. Esta energía de conciencia fuera del cuerpo, de la que Toro se distancia, puede experimentarse posiblemente en las vivencias. Así lo demuestran las investigaciones realizadas en el marco de la teoría relativa de la salud biocéntrica sobre Biodanza Acuática en relación con la percepción del tiempo y la transición al campo espiritual e intuitivo (del ritmo a la frecuencia). Sin embargo, aquí existe un límite teórico que los profesores de biodanza deben respetar cuando dan conferencias sobre biodanza y espiritualidad, incorporan el trabajo con los chakras en la biodanza, integran el tantra, así como las flores de Bach y la conciencia cuántica. De lo contrario, la biodanza deja de ser conforme a la teoría y pierde su base científica. Si la biodanza no quiere seguir siendo un método pseudocientífico, por ejemplo, en relación con la espiritualidad, la actitud hacia el apoyo basado en sustancias, etc., los representantes de la biodanza también pueden decidir cambiar el modelo teórico e incluir el nivel espiritual metafísico, de acuerdo con la metateoría (rbHT).

En la metateoría también se describe que el modelo teórico de la biodanza es un modelo científico clásico

FUENTE - Stueck, M. (2025). *¿Qué puede integrar la biodanza? Estudios sobre los límites de la biodanza* (Explora lo desconocido: Estudios de Biodanza, Vol. 2; Edición Pingüino y Oso Polar). Editorial BoD. Disponible en: www.bionet-research.com

que, sobre todo, presenta poca evidencia científica. No es un modelo cuántico. La metateoría también describe cómo se podría transformar en un modelo cuántico paralelo al modelo clásico. En el libro («Límites de la Biodanza»), en los capítulos 4.4.1 y 4.5 se explica qué se necesita para un modelo psicológico cuántico (cap. 4.5 «Superposiciones relativas y absolutas»). El libro «Límites de la Biodanza» deja esta cuestión abierta. Este libro pretende estimular la reflexión y el pensamiento:

El segundo artículo del libro trata sobre los límites de la biodanza en relación con la biodanza online y la cuestión de qué es la realidad.

Los límites del principio biocéntrico se describen en el primer artículo, en el concepto del holismo biocéntrico. Para profundizar en este tema, se recomienda leer la teoría relativa de la salud biocéntrica (Stueck, 2025).

«La biodanza no es un negocio. Gracias a nuestra capacidad de pensar de forma crítica y científica, podemos preservar la esencia de la biodanza. Todos los profesores tienen la responsabilidad de seguir el deseo de Rolando Toro. Si perdemos esta capacidad, la biodanza perderá su sistema inmunológico».

Leipzig, agosto de 2025

Prof. Dr. habil. Marcus Stueck



Rolando Toro e Marcus Stueck in Tanzania, Università di Bergamo (2009)

Este libro está dedicado a Rolando Toro

Con profunda gratitud

Marcus Stueck

FUENTE - Stueck, M. (2025). *¿Qué puede integrar la biodanza? Estudios sobre los límites de la biodanza* (Explora lo desconocido: Estudios de Biodanza, Vol. 2; Edición Pingüino y Oso Polar). Editorial BoD. Disponible en: www.bionet-research.com

Índice

Los límites de la biodanza – Parte 1	8
Los límites de la biodanza - Parte 2	21
¿Cómo hacer más visible la biodanza? La vía de comunicación científica externa a través de publicaciones - Lista actualizada de la IBFed de publicaciones revisadas y tesis doctorales - Situación en 2025	31

Los límites de la Biodanza , parte 1

Un análisis basado en la teoría de la salud biocéntrica y el legado de Rolando Toro

Marcus Stueck

RECEBIDO Y REVISADO

Andreina Acri

Giovanna Bennatti

RECIBIDO **en revisión**
23/10/2025

PUBLICACIÓN

EDITADO
Martina Goth

AFILIACIÓN

Academia Internacional de Investigación
Biocéntrica/IBRA
Orcid: 0000-0003-0208-0772

CITACIÓN

Stueck, M. (2025). Las fronteras de la biodanza: un análisis basado en la teoría de la salud biocéntrica y el legado de Rolando Toro. En M. Stueck (Ed.), *La salud biocéntrica en el desarrollo humano* (Vol. 1, pp. 242-249). BoD. (Penguin & Polarbear Edition, en prensa)

CORRESPONDENCIA

marcus.stueck@bionet-research.com

Descargar:

www.bionet-research.com

RESUMEN:

La cuestión de los límites de la biodanza ha cobrado gran importancia en los últimos años, especialmente tras la muerte de su fundador, Rolando Toro. Mientras que la biodanza ha demostrado ser un método poderoso y promotor de la vida en los resúmenes científicos de los estudios de Stueck, Thofts (2016) y Ferraro, Aruta, Ambra, Distaso Iavarone (2021), la biodanza ha demostrado ser un método poderoso y que promueve la vida, en la práctica internacional de la biodanza se observan tendencias en las que se incorporan contenidos que no están anclados en el modelo teórico de Toro ni son compatibles con las intenciones de Rolando Toro. Sobre la base de seis observaciones prácticas problemáticas, en este artículo se describen seis límites centrales:

- (1) el uso de sustancias psicotrópicas enteógenas
- (2) la adopción de conceptos energéticos no medibles, como los chakras o las flores de Bach,
- (3) Biodanza y respiración holográfica
- (4) Biodanza y tantra
- (5) la transferencia de la biodanza a formatos en línea
- (6) la ignorancia hacia la ciencia empírica y la reflexión crítica.

El traspaso de estos límites pone en peligro la coherencia interna de la biodanza. Conduce a un debilitamiento de los efectos, a una pérdida de credibilidad científica y a una fragmentación de la integridad metodológica. Una hipótesis biocéntrica básica en este artículo postula que, sin la determinación científica de límites claros, la biodanza corre el riesgo de deslizarse hacia reinterpretaciones arbitrarias o pseudocientíficas. La Teoría Biocéntrica Relativa de la Salud (TBR), desarrollada entre 2020 y 2025, ofrece un marco científico para reflexionar sobre estos límites. Describe las características holográficas de la vida, entendidas como conexiones biospoéticas en las que cada parte refleja el todo. Dentro de este modelo se aplica lo siguiente: los límites son una característica holográfica fundamental de la vida. Proporcionan orientación, protección y claridad, por lo que no representan una restricción, sino una condición necesaria para el desarrollo. La determinación de los límites en Biodanza es un requisito existencial para la eficacia y el desarrollo continuo. Existen varios medios metodológicos para determinar estos límites:

- (a) investigaciones históricas sobre las intenciones de Toro, que excluyen claramente, por ejemplo, el uso de sustancias psicotrópicas o sistemas esotéricos como los chakras,
- (b) el modelo teórico y la definición original de Biodanza, que enfatiza los procesos biológicos y relacionales, y analiza dos artículos sobre el concepto de energía y el inconsciente numinoso
- (c) metamodelos como el rbHT, que clasifican científicamente conceptos fuera del marco de la biodanza (entre otros, el concepto del holismo biocéntrico, el modelo de los cuatro puntos cardinales),
- (d) estudios empíricos sobre indicaciones, contraindicaciones y efectos. Además, el concepto de **superposición relativa** dentro de la rbHT permite delimitar claramente las diferentes modalidades de experiencia (observación, vivencia, reflexión, evaluación), cuya mezcla puede poner en peligro la esencia de métodos como la biodanza.

La reflexión sobre los límites abre perspectivas para **el aseguramiento de la calidad, la profesionalización y la investigación**. Fortalece el diálogo abierto en el movimiento, protege la identidad del método y, al mismo tiempo, afianza la credibilidad de la biodanza en la ciencia, la sociedad y la cultura. Los límites se convierten así en un instrumento de **renovación y sostenibilidad**.

PALABRAS CLAVE Biodanza y límites, teoría relativa de la salud biocéntrica (rbHT)

FUENTE - Stueck, M. (2025). *¿Qué puede integrar la biodanza? Estudios sobre los límites de la biodanza* (Explora lo desconocido: Estudios de Biodanza, Vol. 2; Edición Pingüino y Oso Polar). Editorial BoD. Disponible en: www.bionet-research.com

1 Introducción

En los últimos años, especialmente tras la muerte del fundador de la biodanza, Rolando Toro, se han observado diversos cambios en la práctica de la biodanza que apuntan a una creciente mezcla con otros métodos. Sin embargo, muchas de estas ampliaciones no están cubiertas por el modelo teórico de Toro ni se corresponden con sus intenciones originales. La introducción de nuevos módulos se produce a menudo sin una reflexión crítica y con base científica. Esto plantea cuestiones fundamentales para la integridad metodológica de la biodanza y, al mismo tiempo, afecta al futuro del movimiento internacional de biodanza. Por lo tanto, el objetivo de este artículo es determinar los límites de la biodanza sobre la base del legado de Rolando Toro y la teoría relativa de la salud biocéntrica, analizarlos críticamente y señalar perspectivas para un desarrollo responsable. Por lo tanto, este artículo examina las siguientes preguntas clave sobre la base de observaciones prácticas y ejemplos de tales mezclas:

1. ¿Qué límites presenta el método Biodanza y su modelo teórico, es decir, qué puede lograr Biodanza y qué no?
2. ¿Qué consecuencias se derivan si se siguen llevando a cabo integraciones irreflexivas de nuevas prácticas o si no se perciben y respetan los límites existentes de la biodanza?
3. ¿Qué se necesita para que el método Biodanza conserve su esencia y, al mismo tiempo, se puedan integrar nuevos aspectos de forma reflexiva y con base científica?
4. ¿Cómo se puede cooperar con otros métodos a pesar de las limitaciones descritas?

2 Observaciones prácticas y necesidad de límites

Las investigaciones muestran (entre otras, Stueck & Tofts, 2016; Stueck & Villegas, 2018) que la biodanza puede ser una herramienta potente y eficaz, pero solo si se transmite de acuerdo con el modelo teórico y las intenciones de Rolando Toro. Sin embargo, desde la muerte de Rolando Toro en 2010, se observa una tendencia en la que estos requisitos fundamentales para que la biodanza sea

eficaz se están perdiendo cada vez más. Da la impresión de que se está intentando integrar en la biodanza casi todo lo que parece posible. Muchas de estas integraciones no habrían sido previstas por Rolando Toro, el fundador de la biodanza, como muestran las investigaciones históricas de este artículo.

Por lo tanto, el artículo aborda la siguiente pregunta:

¿Cuáles son los límites de la avalancha de integraciones en la biodanza? ¿En qué aspectos deben establecerse las delimitaciones necesarias del sistema de biodanza para preservar la esencia del método?

Para fundamentar estas afirmaciones, a continuación se presentan cuatro *observaciones prácticas*. Un ejemplo de ello es la combinación de sustancias enteógenas y psicotrópicas con la biodanza (proyecto Danza enteógena). La palabra «entheógeno» proviene del griego (én-theos = «lleno de Dios», gignomai = «ser, surgir»). Las sustancias entheógenas son sustancias (en su mayoría plantas psicoactivas, como la ayahuasca o los hongos) que se utilizan en contextos rituales, espirituales o religiosos para facilitar una sensación de conexión con lo divino, con uno mismo o con la naturaleza. Las fuentes históricas demuestran (véase el capítulo 4.1.1) que Toro rechazaba expresamente tales combinaciones, pero aún así se practican hoy en día (= **observación práctica 1**).

Además, en algunos talleres se utiliza el concepto de energía en un sentido espiritual o curativo, por ejemplo, en formatos como «Biodanza y chakras», «Biodanza y conciencia cuántica» o «Biodanza y flores de Bach». Sin embargo, estos conceptos no forman parte del modelo teórico de Toro y no están respaldados empíricamente ni descritos científicamente (**observación práctica 2**).

En los últimos años, se ha intentado repetidamente en diversos talleres combinar la biodanza con elementos e es del tantra. Esto no es lo que pretendía Rolando Toro, como demuestra la investigación histórica (véase el capítulo 4.1.3.2). El tantra tal y como se practica hoy en día en los festivales es cada vez más una metodología que se ha alejado de sus orígenes indios. La enseñanza tántrica original de la India

entendía el tantra como un camino espiritual hacia la unidad del cuerpo, la mente y el cosmos, en el que la sexualidad, la conciencia y la energía se experimentaban como formas inseparables de expresión de lo divino. Solo en adaptaciones occidentales posteriores se desplazó el foco cada vez más hacia la experiencia corporal y la sensualidad, con lo que se perdió en muchos casos el núcleo espiritual.

Stück describió estas formas modernas en el contexto de *la teoría relativa de la salud biocéntrica* (Stueck, 2025) como métodos del «ego espiritual observado». Por ello entiende una forma de práctica espiritual en la que el ego, en lugar de disolverse, persiste sutilmente y se identifica ahora con la experiencia espiritual para elevarse o confirmarse a sí mismo (**observación práctica 3**).

Otra observación se refiere a la biodanza que se realiza en línea. Desde la pandemia de COVID-19, el número de formatos en línea ha aumentado considerablemente. En algunos casos, incluso se ha intentado realizar extensiones y aplicaciones en línea. En una publicación anterior (Stueck, 2024) ya se reflexionó críticamente sobre el hecho de que la biodanza solo puede desarrollar su verdadero potencial de forma limitada en el espacio virtual. Elementos centrales como el contacto físico y la resonancia no verbal no se pueden experimentar plenamente allí, lo que marca un límite claro (**observación práctica 4**).

Por último, una cuarta observación práctica, que ha inspirado la redacción de este libro 8 de la serie «Descubre lo desconocido: investigaciones empíricas en biodanza», muestra que en algunas partes del movimiento existe una falta de interés por la investigación empírica. A menudo no se reconoce la necesidad de realizar estudios primarios sobre biodanza. Se trata de investigaciones empíricas con biodanza. En su lugar, el efecto del método se justifica con argumentos basados en la literatura. Por argumentación basada en la literatura se entiende una forma de argumentación en la que las afirmaciones, interpretaciones o tesis no se derivan exclusivamente de las propias reflexiones o investigaciones, sino que se apoyan en pruebas procedentes de textos literarios o de trabajos

científicos que han sido recopilados con otros métodos. Por ejemplo, en el caso de los efectos epigenéticos, sobre los que no existen estudios primarios, o en el caso de los procesos de regresión, sobre los que existen estudios, pero que no se leen ni se tienen en cuenta. Esta ignorancia hacia la reflexión científica pone en peligro la integridad metodológica y constituye en sí misma una limitación de la biodanza. Un desarrollo problemático en relación con la ignorancia de las ciencias empíricas es la idea de algunos representantes de que la biodanza puede «resolver todos los problemas» de forma universal. Estas fantasías de omnipotencia son arriesgadas, ya que generan falsas expectativas. Desde el punto de vista científico, es indispensable definir claramente las indicaciones y contraindicaciones de la biodanza y reflexionar críticamente sobre ellas. Sin la determinación científica de las contraindicaciones, es decir, los límites del método, no se puede hablar de un método con base científica, como subraya Ebert (1993, citado en Stueck, 1997) (**observación práctica 5**).

En general, se observa que estos desarrollos se alejan del deseo original de Rolando Toro de establecer la biodanza como un método con base científica.

Como muestran estas observaciones prácticas, es indispensable deducir los límites de la biodanza para evitar malentendidos, excesos y aplicaciones incorrectas, y para proteger la esencia del método biodanza.

3 ¿Por qué es importante ser consciente de los límites de la biodanza?

A partir de las observaciones prácticas, el análisis de los límites de la biodanza puede considerarse esencial para que el método, tanto si se tienen en cuenta las intenciones originales de Rolando Toro, la biodanza pueda desarrollar todo su potencial e sin caer en malentendidos o extralimitaciones. Desde un punto de vista científico, se pueden citar seis razones fundamentales por las que es indispensable ser consciente de los límites:

- **Coherencia teórica:** la biodanza solo despliega su efecto cuando se transmite en consonancia con el modelo teórico de Rolando Toro. Por supuesto,

este modelo puede seguir desarrollándose, pero solo respetando el llamado ciclo de investigación de la biodanza, es decir, en el discurso científico crítico.

- **Delimitación de métodos ajenos:** las ampliaciones mediante sustancias enteógenas o prácticas energéticas esotéricas diluyen el método y ponen en peligro su credibilidad.
- **Indicaciones y contraindicaciones**
La clara designación de los campos de aplicación y los límites protege contra las fantasías de omnipotencia y permite un uso responsable de la biodanza.
- **Dependencia del contexto:** la biodanza solo puede desarrollar su esencia en entornos específicos; los formatos virtuales o las tendencias egocéntricas de los líderes limitan significativamente su eficacia.
- **Fundamento empírico:** los estudios primarios sobre la biodanza son indispensables para demostrar empíricamente su eficacia; no basta con adoptar teorías ajenas.
- **Protección de la esencia:** la reflexión sobre los límites evita malentendidos y excesos, y contribuye a preservar la fuerza específica de la biodanza como práctica encarnada.

proceso de **biospoiesis**. El concepto de biospoiesis (del griego *bios* = vida, *poiesis* = desarrollo) constituye la base para comprender, demostrar y desarrollar científicamente los principios biocéntricos desarrollados por Toro.

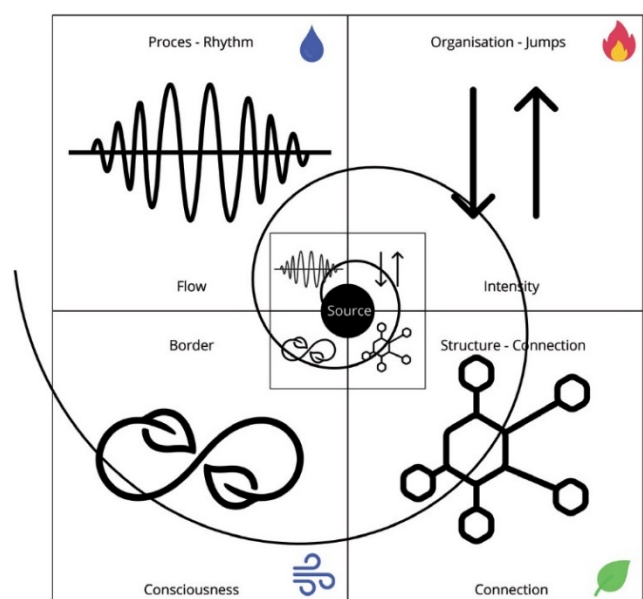
Las características holográficas en este concepto de biospoiesis significan que cada elemento individual de un sistema vivo refleja el todo, al igual que en un holograma la imagen completa está contenida en cada parte (holograma biospoiético, véase la figura 1). Para la determinación científica de las características holográficas, la teoría relativa de la salud biocéntrica proporciona, entre otros, métodos de medición fisiológicos, pero también psicológicos (análisis de procesos biocéntricos). De este modo, la afirmación central de Rolando Toro sobre el principio biocéntrico —centrar la vida— se basa en una base empíricamente verificable. Una de estas características holográficas se refiere, como se puede ver en la figura 1, a la importancia de los límites. Según un supuesto básico biocéntrico, la vida se desarrolla en un proceso biospoiético junto con ritmos (proceso), saltos e inestabilidades (organización), conexiones (estructura) y también límites. Los límites proporcionan orientación, protección y claridad. No son una restricción, sino, según la teoría relativa de la salud biocéntrica, una condición necesaria para el desarrollo de la vida (biopoiesis) en Biodanza.

3.1 La característica holográfica del límite y su significado

En el principio biocéntrico de Rolando Toro, la afirmación central es que **la vida y su protección son lo más importante**. Esto supone un cambio de perspectiva: el punto de partida no son las ideas abstractas, el aprendizaje racional o los dogmas, sino la vida en su experiencia inmediata y encarnada.

Para situar esta afirmación también en el ámbito científico, se elaboró la teoría relativa de la salud biocéntrica (rbHT, Stueck, 2025). Por primera vez, la rbHT describe **características científicamente investigables** que permiten reconocer si la vida y sus principios cósmicos ocupan realmente un lugar central. Esto se consigue mediante la introducción de **las denominadas características holográficas de la vida** (véase la fig. 1), que se desarrollan en un

Figura 1 Esquema de las características holográficas en el holograma biospoiético



FUENTE - Stueck, M. (2025). *¿Qué puede integrar la biodanza? Estudios sobre los límites de la biodanza* (Explora lo desconocido: Estudios de Biodanza, Vol. 2; Edición Pingüino y Oso Polar). Editorial BoD. Disponible en: www.bionet-research.com

En la figura 1 se ve claramente que las características holográficas, incluido el límite, siempre están relacionadas con la fuente.

3.2 La relación con la fuente

En relación con la biodanza, esto significa honrar la intención original de Rolando Toro y, al mismo tiempo, examinar qué desarrollos del concepto y del modelo teórico de la biodanza tienen sentido en relación con esta fuente. En este sentido, la investigación histórica sobre el desarrollo del método y las declaraciones de su fundador revisten una importancia fundamental. La teoría relativa de la salud biocéntrica describe además con claridad lo que ocurre cuando se pierde la conexión con la fuente: se producen procesos patológicos y la disolución de la estructura. Aplicado a la biodanza, esto significa que la ruptura de la conexión con los fundamentos originales no solo pone en peligro la coherencia del modelo, sino que también favorece desarrollos erróneos en la práctica y la teoría.

4 ¿Qué medios metodológicos ayudan a determinar y explicar los límites de la biodanza?

Una vez demostrada la necesidad y las razones para describir los límites que protegen la esencia del método Biodanza, ahora hay que abordar la cuestión de cómo se pueden establecer estos límites. Para determinar y explicar claramente los límites de la biodanza, se dispone de diversos medios metodológicos que pueden servir de orientación y prevenir desarrollos erróneos.

4.1 Investigaciones históricas sobre las intenciones de Rolando Toro

Las investigaciones históricas son fundamentales para describir los límites de la biodanza. La investigación histórica sobre los límites de la *biodanza* aborda la cuestión de qué elementos pertenecen claramente al método y dónde se encuentra su delimitación con respecto a otros procedimientos.

- Un enfoque importante consiste en entrevistar a testigos de la época de los inicios para obtener

perspectivas auténticas sobre las intenciones de Toro y la práctica original.

- Como complemento, se utilizan los escritos de Rolando Toro, que proporcionan indicaciones fundamentales sobre los fundamentos teóricos y las directrices metodológicas.

La combinación de los testimonios de testigos de la época y los análisis de los textos ofrece una imagen diferenciada de los contornos históricos y las posibles ampliaciones o transgresiones de la biodanza. Las investigaciones históricas también ponen de manifiesto los deseos e intenciones de Rolando Toro como creador del método y las ampliaciones que excluyó expresamente. Estas fuentes constituyen un importante criterio de autenticidad.

4.1.1 Investigación histórica sobre el uso de sustancias enteógenas sustancias psicotrópicas enteógenas

En la primera observación práctica se planteó el problema de que hay profesores de biodanza que trabajan con las llamadas sustancias psicotrópicas enteógenas. En el uso actual del lenguaje, *psicotrópico* significa «que actúa sobre la psique o que influye en el estado de ánimo, la conciencia o el comportamiento» (del griego *psyche* = alma, mente; *tropos* = giro, orientación). El término «*entheógeno*» deriva del griego y significa «producir lo divino en uno mismo». En la **teoría relativa de la salud biocéntrica**, estas sustancias se denominan *sustancias psicotrópicas entheógenas*, ya que tienen un efecto transformador en los procesos psíquicos y pueden abrir una conexión con dimensiones trascendentales de la experiencia en contextos espirituales.

Ejemplos de sustancias psicotrópicas enteógenas que se enumeran en la teoría relativa de la salud biocéntrica (rbHT):

- Ayahuasca
- Setas que contienen psilocibina
- MDMA (en contextos rituales o terapéuticos específicos, por ejemplo, para el tratamiento de traumas)
- Cacao (en tradiciones ceremoniales)
- LSD

En la rbHT, estas sustancias se diferencian

expresamente de *la biodanza* y del *principio biocéntrico* según Rolando Toro. La diferenciación se basa en varias razones:

- **Forma de intervención:** las sustancias psicotrópicas enteógenas actúan farmacológicamente a través de procesos neuroquímicos, mientras que la biodanza, como método no relacionado con sustancias, también activa procesos neuroquímicos, pero basados en la música, el movimiento y el encuentro afectivo.
- **Perfil de riesgo y seguridad:** el uso de sustancias psicotrópicas enteógenas conlleva riesgos fisiológicos y psíquicos (por ejemplo, reacciones de estrés agudo, contraindicaciones, problemas legales), mientras que Biodanza se centra en un aprendizaje orgánico y de bajo riesgo.
- **Intención metodológica:** Toro entendía la biodanza como un proceso de desarrollo humanista y biocéntrico que prescinde de sustancias y tiene como objetivo promover la vitalidad, la afectividad y la integración en la vida cotidiana.
- **Enfoque epistemológico:** mientras que las sustancias enteógenas y psicotrópicas inducen estados alterados de conciencia mediante medios externos, el principio biocéntrico persigue la activación de los recursos internos a través de procesos de experiencia naturales, sociales y existenciales.

De este modo, la rbHT deja claro que se trata de **camino complementarios, pero independientes entre sí**, que siguen diferentes fundamentos teóricos y objetivos prácticos.

Como demuestran las investigaciones históricas realizadas hasta la fecha, Rolando Toro está de acuerdo con esta valoración, ya que los compañeros de viaje de la primera hora de Rolando Toro coinciden en afirmar que Toro rechazaba las sustancias **enteógenas y psicotrópicas**, aunque también experimentó con ellas.

A continuación se presenta un informe de estudio cualitativo (estudio piloto) con declaraciones originales de una representante de la Comisión de Métodos de la IBFed (Federación Biocéntrica Internacional) sobre la cuestión de qué pensaba Rolando Toro sobre el uso de sustancias **enteógenas**

y **psicotrópicas**.

Persona 1 (Sandra Salmaso): «Todos los facilitadores y profesores de Biodanza que conocieron a Rolando Toro Araneda en los años 80 y se formaron con él saben que también investigó los estados de expansión de la conciencia mediante el uso de sustancias enteógenas (LSD). En aquella época, Rolando Toro se encontraba todavía en una fase de investigación sobre los estados de conciencia expandida, que llevaba a cabo principalmente mediante el uso controlado de LSD en contextos cuidadosamente preparados y siempre bajo la supervisión de médicos y profesionales cualificados, dispuestos a intervenir en caso de necesidad. Para Rolando, el objetivo de esta investigación era comprender hasta dónde se podía llegar con el uso de sustancias psicoactivas, entendidas como herramientas para ampliar la percepción y la experiencia humanas. Sin embargo, tras varios años, llegó a la firme conclusión de que el uso del LSD, al igual que cualquier otro tipo de sustancia enteógena, no debía formar parte de la práctica de la biodanza. Esta decisión se basó en una idea fundamental: ciertos tipos de movimientos — como los movimientos fluidos o extremadamente lentos—, realizados con los ojos cerrados los ojos cerrados y acompañados de música lenta y un tono «lisérgico», pueden provocar efectos similares a los de las sustancias enteógenas, pero sin efectos secundarios y en un entorno seguro y natural. Sabemos que Rolando Toro experimentó con el LSD y opinaba que, en años posteriores, tras las correspondientes investigaciones científicas y moleculares, podría utilizarse terapéuticamente para descubrir cómo tratar determinados traumas. Observó cómo el estado vital en su fisiología puede nutrirse a través de experiencias con música, canto y danza que producen efectos lisérgicos. Por eso lo llamó «trance integrativo» y lo diferenció de los peligros de otros métodos de trance. Él, Rolando Toro, nos dijo: ni las sustancias ni la respiración holotrópica deben formar parte de la biodanza, se trata de activar de forma natural la química molecular, los péptidos y los neurotransmisores del amor y la alegría de vivir. El profundo conocimiento que Rolando tenía del ser humano le permitió desarrollar la metodología de la Biodanza, gracias a estas herramientas capaces de

promover estados de conciencia ampliada a través del trance, la regresión y los movimientos cinestésicos, en condiciones de bienestar y en contacto con la naturaleza. Hoy en día, sin embargo, observamos en algunas partes del mundo la difusión de prácticas que, aunque se refieren a la biodanza, en realidad representan una peligrosa desviación del sistema original, ya que intentan reproducir la «investigación original» de Rolando Toro sin comprender su desarrollo metodológico y sus decisiones fundamentales. Por esta razón, la Comisión de Metodología de la IBFed se distancia oficialmente de cualquier intento de alterar o distorsionar la práctica de la biodanza mediante el uso de sustancias enteógenas, psicodélicas o similares. Al mismo tiempo, insta a todos los facilitadores y didactas del movimiento internacional a que utilicen su criterio y rechacen cualquier experimento que se desvíe de los principios básicos del sistema creado por Rolando Toro.

Persona 2 (Maite Bernadelle): *«También es importante recordar que estas sustancias enteógenas y similares aún no estaban «prohibidas» por la ley en ese momento, y creo que Rolando, si hablamos de la década de 1990, en realidad ya estaba experimentando con todo esto mucho antes, concretamente desde la década de 1980. Yo soy de esa época y lo menciono por si puede ayudar a responder a la pregunta, formulándola con mayor precisión».*

Como conclusión preliminar de estas declaraciones originales, se puede afirmar que Rolando Toro experimentó en la década de 1960, bajo supervisión médica, con sustancias enteógenas como el LSD para investigar estados de conciencia expandidos. Esta fase se vio favorecida por el entorno legal de la época. Pronto llegó a la conclusión de que las sustancias no debían formar parte de la práctica de la biodanza. En su lugar, desarrolló el concepto de «trance integrador», que permite experiencias similares a través de la música, el movimiento y el encuentro afectivo, pero sin riesgos farmacológicos. De este modo, la biodanza se distancia metodológicamente de las sustancias. La IBFed reafirma hoy esta distinción y se distancia expresamente de cualquier intento de vincular la

biodanza con prácticas enteógenas.

4.1.2 Investigación histórica sobre la biodanza y la respiración holotrófica

En la declaración original de la persona 1 (Sandra Sallmaso) también aparece el método de la respiración holotrófica, al decir:

Persona 1 (Sandra Sallmaso): *«Él, Rolando Toro, nos dijo: ni las sustancias ni la respiración holotrófica deben formar parte de la biodanza, se trata de activar de forma natural la química molecular, los péptidos y los neurotransmisores del amor y la alegría de vivir».*

¿Por qué Rolando Toro excluye la respiración holotrófica como parte de la biodanza? La respiración holotrófica es un método desarrollado por Stanislav y Christina Grof en el que se provocan estados de conciencia alterados mediante una respiración consciente acelerada e intensa en combinación con música. El objetivo es hacer accesibles contenidos inconscientes o permitir experiencias espirituales. Debido a los posibles riesgos físicos y psíquicos (por ejemplo, mareos, calambres, sobrecarga), solo se aplica en entornos supervisados, lo que lo diferencia fundamentalmente de métodos suaves y orgánicos como la biodanza.

Al igual que en la declaración original (Sandra Sallmaso), la teoría relativa de la salud biocéntrica (Stueck, 2025) también distingue la respiración holotrófica del método Biodanza. ¿Por qué? La razón de la diferenciación de **la respiración holotrófica** radica en los mismos principios que han llevado al distanciamiento de las sustancias enteógenas y psicotrópicas:

- **Inducción externa:** al igual que con las sustancias, se fuerza un estado alterado de conciencia mediante un mecanismo fisiológico creado artificialmente, no mediante la integración orgánica.
- **Principio biocéntrico:** la biodanza se basa en procesos seguros y naturales que promueven la vida (*música, movimiento, encuentro*), en lugar de correr riesgos para el cuerpo y la psique.
- **Claridad metodológica:** Toro quería diferenciar claramente la biodanza de las prácticas que

provocan el trance mediante medios extremos, por lo que desarrolló *el trance integrativo* como una forma suave y promotora de la vida.

- **Riesgos y efectos secundarios:** la respiración holotrópica puede provocar estrés físico (por ejemplo, calambres, mareos, trastornos de la conciencia) y desestabilización psíquica debido a la hiperventilación extrema.

En Biodanza, el estado de conciencia de las personas se amplía mediante estados de trance generados de forma natural (trance integrado), tal y como muestra la declaración original de la persona 1 (Sandra Salmasso):

Persona 1 (Sandra Salmasso): *«Él, Rolando Toro, observó cómo el estado vital en su fisiología puede nutrirse a través de experiencias con música, canto y danza que producen efectos lisérgicos. Por eso lo llamé «trance integrador».*

¿Qué son los efectos lisérgicos? Se refieren a efectos similares a los que se experimentan con **la dietilamida del ácido lisérgico (LSD)**, pero que se producen sin la administración externa de LSD. Se trata, por tanto, de estados que suelen ser provocados por el LSD, pero que no son generados por él:

- alteraciones de las percepciones sensoriales (colores, sonidos y sensaciones corporales más intensos)
- Disolución de la sensación de tiempo y espacio
- alteración de la percepción de uno mismo y del cuerpo (disolución del yo, experiencia de unidad)
- Mayor emotividad y receptividad a la música, las imágenes y los símbolos

Rolando Toro utilizó el término para describir que la música, el canto y la danza pueden provocar expansiones de la conciencia similares a las del LSD, pero de forma natural, segura e integradora, sin sustancias farmacológicas.

4.1.3 Investigaciones históricas sobre el concepto de energía de Rolando Toro

Una segunda observación práctica en la introducción describe que, en algunos talleres de biodanza, el concepto de energía se utiliza en un sentido espiritual o curativo, por ejemplo, en

formatos como «Biodanza y chakras», «Biodanza y conciencia cuántica» o «Biodanza y flores de Bach».

4.1.3.1 Investigación histórica sobre el concepto de energía biológica y física Rolando Toros

Rolando Toro tiene un concepto de energía completamente diferente, como muestra el pequeño estudio Pilit (informe cualitativo suty).

Persona 1 (Sergio Cruz): *«Rolando no entendía la energía como un concepto abstracto o esotérico, sino como la energía biológica que se genera en cada célula en el momento del metabolismo. Cada célula transforma sustancias en energía (ATP/ADP) y genera así la energía vital de los seres vivos. Al hacerlo, convierte los procesos entrópicos (descomposición, disolución) en procesos negentrópicos, procesos que construyen y mantienen la vida.*

Esta energía actúa en todos los procesos naturales de la homeostasis: en la respiración, en el sueño, en el abrazo e, en el orgasmo. Son procesos orgánicos, bioquímicos y eléctricos que constantemente generan nueva vida, hasta la concepción de un niño. En Biodanza, esta energía natural se puede experimentar intensamente a través de la regresión, el contacto y el encuentro. Por eso es sagrada y se experimenta como trascendencia. Rolando siempre enfatizaba: no es un milagro de Biodanza, sino un milagro de la vida.

4.1.3.2 Investigación histórica sobre los límites de la biodanza en relación con el concepto de energía en el trabajo con los chakras

A continuación se presenta un informe de estudio cualitativo con declaraciones originales, en el que se investigó en qué medida la extensión «Biodanza y chakras» está cubierta por el modelo teórico y si puede ser admitida como extensión. Las personas que respondieron no fueron anonimizadas, ya que son conocidas en el movimiento de la biodanza y, por lo tanto, representan autoridades:

Persona 1 (Sandra Salmasso): *«He hablado con una asesora de metodología de una escuela de biodanza*

en Brasil para pedirle información sobre el tema de esta ampliación de los arquetipos de los 7 chakras. Me dice que se citan en un libro de Rolando y que, por lo tanto, han sido aceptados».

Persona 2 (Maite Bernadelle): *«Me parece muy extraño este texto al que te refieres, porque Rolando decía a todo el que quisiera escucharlo que ellos no creían ni en los chakras ni en los canales de energía, que solo había una única energía, la energía de la vida y del amor, y que no había ningún «desarrollo» en ella, desde su parte más primitiva hasta su parte más espiritual, como afirma la teoría de los chakras».*

Persona 3 (Myriam Sofía): *«Es extraño, porque nosotros mismos oímos hablar a Rolando de la energía y los chakras, y para él no era algo que hubiera que tener en cuenta».*

Persona 4 (Sandra Salmaso): *«Estudié con el propio Rolando en los años 90/93, y él siempre decía que la biodanza no tenía nada que ver con la cultura oriental de los chakras, sobre todo porque en aquella época, como puedo imaginar, tampoco se podía hablar de «espiritualidad». Hablaba de trascendencia... Como todos sabemos aquí. Siempre recordaba que los fundamentos de la biodanza son de naturaleza biológica y que no quería que se confundiera con algo esotérico y de influencia oriental. Sobre todo porque la biodanza es un desarrollo relacional y no solipsista».*

El término *solipsista* describe una actitud en la que alguien está muy centrado en sí mismo, en su propia percepción o en su experiencia interior, a menudo sin una relación real con la realidad exterior o con otras personas. Una práctica espiritual puede volverse solipsista si solo sirve para la propia experiencia o la autoafirmación, en lugar de para la conexión con la vida y con otras personas. Eso era precisamente lo que Rolando Toro quería evitar.

4.1.3.3 El desarrollo de los modelos energéticos en Biodanza según la comprensión de Rolando Toro

Este capítulo se basa en un artículo muy importante

que Sandra Salmaso encontró en la Comisión de Métodos de la IBFed sobre la cuestión de la integración de los chakras y lo hizo público. (Fuente: Toro, R. A., *Theory of Biodanza*, vol. 1, cap. V: *Modelos de transmutación energética*, IBF-CIMEB)

En esta publicación se analiza el concepto de «energía» y su significado para la biodanza desde el punto de vista de Rolando Toro. Se hace evidente que el concepto de energía ha experimentado una profunda transformación en la historia del método Biodanza a través de Rolando Toro. Mientras que las primeras interpretaciones aún se basaban en concepciones simbólicas o espirituales de la energía, a lo largo del trabajo teórico de Toro se desarrolló una comprensión físico-afectiva y con base biológica.

1. De la concepción simbólica a la concepción corporal de la energía

Toro no entendía la «energía» en el sentido de conceptos esotéricos o fuerzas metafísicas, sino como **una experiencia vivida**, perceptible en el cuerpo, en el movimiento e y en el encuentro afectivo entre las personas. Evitó conscientemente términos como «espiritualidad» o «centros de energía», ya que a menudo crean una separación entre el cuerpo y la mente. En su lugar, hablaba de **la trascendencia** como una unidad vivida con la vida, una forma de desarrollo de la conciencia que surge de la relación, el movimiento y la empatía, y no de la activación de centros invisibles.

2. Superación de los modelos simbólicos

Un paso esencial en este desarrollo metodológico fue la decisión de Toro de no incorporar el modelo de los chakras en los fundamentos teóricos de la biodanza. Aunque reconocía su importancia cultural e histórica, adujo tres razones para su rechazo:

Razones para rechazar el concepto de chakra:

Limitación cultural: los chakras están vinculados a sistemas religiosos y filosóficos específicos (hinduismo, budismo).

Peligro de abstracción: los centros de energía invisibles distraen de la experiencia emocional

concreta (Vivencia).

Apertura metodológica: el lenguaje simbólico o espiritual puede excluir a las personas que se orientan por visiones científicas o seculares del mundo.

Con ello, Toro llevó a cabo un cambio paradigmático: la biodanza no describe el cambio humano basándose en modelos externos o mapas metafísicos, sino **a partir de la experiencia del aquí y ahora**.

De la espiritualidad a la trascendencia vivida

En Biodanza, la trascendencia no significa una elevación mística, sino la **ampliación de la identidad** en conexión con la vida.

A través de la danza, la música, el contacto y la resonancia afectiva, puede surgir un estado de unidad en el que la vitalidad, la creatividad, la sexualidad, la afectividad y la trascendencia se interpenetran mutuamente. Toro subraya que en la biodanza **no hay estimulación de los centros de energía**, sino una **transformación natural (transmutación)** de la energía vital que se produce en la relación y el movimiento.

Las cinco líneas de la vivencia como modelo basado en la experiencia

En lugar de un sistema de ejercicios espirituales, Toro desarrolló el modelo de las cinco líneas de la vivencia: vitalidad, sexualidad, creatividad, afectividad y trascendencia. Estas líneas describen formas de expresión biológicas y psicológicas de la identidad y forman un sistema universal y experimentable. La energía no se entiende aquí como una fuerza que se debe dirigir, sino como un principio de vida manifiesto que se expresa en la relación, el contacto y el movimiento. Cada línea se desarrolla solo en interacción con contextos ambientales y relacionales específicos («factores ecológicos») y contribuye así a la integración del cuerpo, las emociones y la identidad.

Importancia de la energía en relación con los sentimientos:

El desarrollo de los modelos energéticos en Biodanza pone de manifiesto **una diferencia**

fundamental entre Biodanza y los sistemas de prácticas espirituales. Biodanza no opera con energías metafísicas no medibles o mapas simbólicos, sino con **la experiencia directa y encarnada**. La energía es la expresión del proceso vivo en sí mismo, perceptible en cada respiración, cada movimiento, cada encuentro.

Toro resume esto en una frase que describe la esencia de la metodología de Biodanza:

«El conocimiento intelectual no genera un cambio existencial, solo la experiencia tiene ese poder».

De este modo, la biodanza se posiciona claramente dentro de un **paradigma biocéntrico** que entiende la vida misma —biológica, emocional y relacional— como el origen y el objetivo de todo desarrollo. Si la biodanza quiere cambiar esto, debe adaptar su modelo teórico, por ejemplo, con la ayuda de la teoría relativa de la salud biocéntrica como metateoría o del concepto de holismo biocéntrico que contiene (véase la ilustración 4).

4.2 Los metamodelos como herramienta para determinar los límites del concepto de energía de Biodanza

El valor de los modelos marco, es decir, los modelos que son «más grandes» que el modelo de Biodanza, se pone de manifiesto cuando se plantea la siguiente pregunta:

¿Qué métodos pueden asociarse a la biodanza y cuáles no?

Mientras Rolando Toro aún vivía, es decir, hasta 2010, él mismo lo decidía. Sin embargo, tras su fallecimiento en 2010, debe decidirse en función de diversos criterios que se describen en este artículo.

- Además de la investigación histórica,
- la comparación con el modelo teórico
- , se aplica un metamodelo, como la teoría relativa de la salud biocéntrica.

Esta metateoría es útil para explicar lo que existe *más allá de los límites* de la biodanza. Esto es especialmente necesario en el caso de conceptos, términos y métodos que se discuten más allá del modelo teórico y las definiciones de la biodanza, bajo la pregunta de si los conceptos, términos y métodos pueden integrarse en el sistema de la biodanza.

Las llamadas metateorías permiten describir científicamente por qué ciertos conceptos (por ejemplo, los chakras o las sustancias psicotrópicas) no forman parte de la teoría de la biodanza y qué otros campos científicos y biocéntricos abarcan.

Y el metamodelo de la rbHT también aclara cuál es la diferencia entre inclusión e integración en relación con la biodanza. Porque aquí parece haber una confusión en el movimiento de la biodanza.

4.2.1 La diferencia entre integración e inclusión en relación con la biodanza

En la introducción se postularon dos supuestos básicos con respecto a la integración y la inclusión. Estos dos supuestos básicos describen los siguientes cinco aspectos:

- A nivel humano, la biodanza es un sistema de inclusión. Aquí se experimenta toda la gama de conexiones, sin límites.
- A nivel metodológico, la biodanza no es un sistema de inclusión. Aquí, el sistema de inclusión humana se convierte en un sistema de integración metodológica con límites. No se puede incluir todo.
- Los niveles humano y metodológico deben considerarse por separado.
- Todo lo que se incluye a nivel humano y se integra a nivel metodológico debe ser conforme al modelo o la teoría.
- Todo lo que el modelo teórico no permita no puede integrarse en el aspecto metodológico.

El hecho de que se intente incluir tantos métodos diferentes en la biodanza (véanse las observaciones prácticas en el capítulo 1) demuestra que se mezclan de forma evidente los planos humano y metodológico. Desde el punto de vista metodológico, existen límites, ya que no todos los métodos encajan en el modelo teórico. Como ya se ha explicado, Rolando Toro muestra claras limitaciones de la biodanza en lo que respecta a los análisis históricos. Y comunica que no todo puede integrarse en la biodanza. Por lo tanto, la biodanza no es un sistema de inclusión en el que todo puede incluirse, sino de integración. Es decir, de un

conjunto básico de posibilidades, algunas deben quedar fuera:

- Las que no se ajustan al modelo
- Las que no están cubiertas por las intenciones del desarrollador Rolando Toro (investigación histórica).
- Las que resultan inadecuadas en el proceso de investigación empírica (contraindicaciones).
- Las que no se ajustan a los principios afectivo-éticos biocéntricos de Biodanza

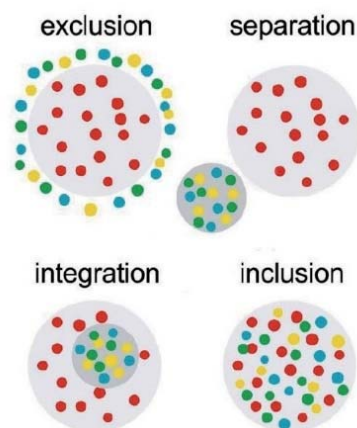
Esta designación del límite, es decir, la diferencia entre integración e inclusión, es importante para comprender los procesos de integración en relación con la metodología de Biodanza.

En la figura 2 se muestra lo que significa la integración en contraposición a los otros niveles de conexión en relación con la conexión con los métodos:

En relación con los métodos, no todo puede incluirse

Desde la perspectiva del ser humano, Biodanza es un sistema de inclusión, pero no desde la perspectiva metodológica. Aquí no se puede incluir todo. Aquí se trata de un sistema de integración con límites.

Fig. 2: Exclusión, separación, integración, inclusión en la teoría relativa de la salud biocéntrica.



A continuación se explican los significados de las cuatro modalidades del sistema con ejemplos:

Exclusión: se excluyen los métodos o contenidos que no sirven para proteger la vida.

Ejemplo: ideologías o enfoques que promueven la violencia, la discriminación o la manipulación, ejército/militar.

Significado: la biodanza se delimita conscientemente para preservar el principio biocéntrico.

Persona 1 (Marcus Stueck): «*En la formación Didacta le pregunté: Rolando, ¿qué es lo que no podemos integrar en el sistema Biodanza? Él respondió: todo lo que es hostil a la vida, por ejemplo, el libro «Mi lucha» o las ideologías de Adolf Hitler».*

Separación: métodos que existen, pero que permanecen al margen, sin contacto con Biodanza.

Ejemplo: procedimientos que existen en paralelo sin relación con el marco de la biodanza, como el trabajo con sustancias psicotrópicas, métodos de sanación energética,

Significado: no se produce ningún intercambio, sino simplemente una coexistencia pacífica.

Integración: métodos que se sitúan en un marco común, pero que mantienen sus límites internos.

Ejemplos: Biodanza en relación con los símbolos del zodiaco o el I Ching.

Significado: se crea una cierta conexión, pero existen delimitaciones metodológicas o simbólicas. La experiencia es el elemento que une.

Inclusión:

Todos los métodos se integran en un campo común. Esto no se aplica a **la biodanza**, ya que se basa en un modelo teórico claramente delimitado. Para la **Teoría Bio-Centrada Relativa de la Salud (rbHT)**, como metateoría con su clara conciencia de los límites de los métodos (superposición relativa) y la descripción de una superposición absoluta, la inclusión es posible. Porque con la superposición absoluta, la metateoría rbHT describe un espacio de posibilidades en el que todas las posibilidades existentes están en constante cambio.

Ejemplo: métodos biocéntricos de los cuatro puntos cardinales, que se clasifican en un campo común. La inclusión también significa que se fusionan los niveles invisible, no medible y medible, visible. Un ejemplo es el holismo biocéntrico. La fusión de los métodos en un metamodelo o la integración de los métodos (coexistencia pacífica de los métodos) se basa en el trabajo con el ciclo de investigación (véase el capítulo 4.6, fig. 6). Es decir, la

integración, la inclusión, la separación y la exclusión deben explicarse primero teóricamente antes de que estos cuatro procesos de un sistema se prueben en la práctica y luego se examinen empíricamente y se reflexionen críticamente. Esto puede dar lugar a que sea necesario adaptar la teoría y la práctica.

4.2.2 Los niveles invisible y visible de la vida y las energías desde el punto de vista de una metateoría.

Para comprender el concepto de energía de forma inclusiva, se necesita un concepto que vaya más allá del plano físico del término energía. Y aquí es donde nos ayuda la metateoría de la teoría relativa de la salud biocéntrica. La metateoría rbHT describe

- un nivel material de la vida con un concepto físico de energía y, dado que la vida tiene una naturaleza dual (principio de dualidad), también un
- nivel no material de la vida con un concepto metafísico de energía:

¿Qué es la energía física?

La metateoría (rbHT) entiende por ello una forma de energía que puede describirse y medirse en física, como la energía mecánica, térmica, eléctrica o química. También se incluyen las cuatro fuerzas fundamentales: la gravedad, el campo magnético y las fuerzas nucleares débil y fuerte. Estas energías físicas son objetivas, cuantificables y se expresan en unidades como julios o vatios. En los organismos vivos, la energía física se transforma en **energía biológica**, por ejemplo, en forma de trifosfato de adenosina (ATP), que sirve como portador universal de energía para los procesos metabólicos. Así, la energía física y la energía biológica juntas constituyen la base de todos los procesos científicos, desde los procesos de la naturaleza inanimada hasta los mecanismos de regulación de los sistemas vivos.

¿Qué es la energía metafísica?

Por el contrario, **la energía metafísica** se refiere a conceptos de energía que se encuentran más allá de las dimensiones que pueden ser captadas por las ciencias naturales. Entre ellos se incluyen, por ejemplo, las ideas de energía vital como el chi, el prana, la energía orgónica o el mana, así como los conceptos de energía de la conciencia.

Sin embargo, según una hipótesis biocéntrica básica de la Teoría Biocéntrica Relativa de la Salud (rbHT), en este ámbito no se asumen energías diferentes y separadas entre sí, sino una forma unificada de energía metafísica que incluye todos los conceptos conocidos (entre otros, chi, prana, energía orgónica, mana). Se denomina energía de la conciencia (supuesto básico biocéntrico de la rbHT).

La energía metafísica (energía de la conciencia) no es directamente medible, sino que se experimenta de forma subjetiva y se sitúa principalmente en contextos espirituales. Sirve para describir fenómenos de la experiencia que se encuentran fuera de los modelos científicos, como la sensación de ser, la energía curativa o el poder espiritual. Según la rbHT, ambos niveles son niveles de una misma dimensión: unos son invisibles e inmensurables, los otros son observables y mensurables. Según la rbHT, la energía en el plano físico tiene su origen en el Big Bang cósmico, en el que, a partir de un estado de nada, de vacío (con fluctuación cuántica), las partículas «explotaron» y se expandieron en el espacio y el tiempo. Según las investigaciones de la rbHT, la fuente de la energía metafísica de la conciencia se encuentra en un Big Bang espiritual, según el cual, a partir de una primera causa no causada, emana la energía de la conciencia, que es responsable de las manifestaciones materiales de las partículas, es decir, también del Big Bang cósmico y de la manifestación de minerales, plantas, animales, seres humanos (formas de conciencia). Estas conexiones son el resultado de una investigación cualitativa con la maestra espiritual Manna (citada en Bazzotti, Manna, Stueck, 2025) y también se tratan en el artículo «El Big Bang cósmico y espiritual: el enfoque de las ciencias sobre el plano visible e invisible de la vida». Una suposición biocéntrica formulada por la rbHT es fundamental en este sentido: «*lo invisible da forma a lo visible*».

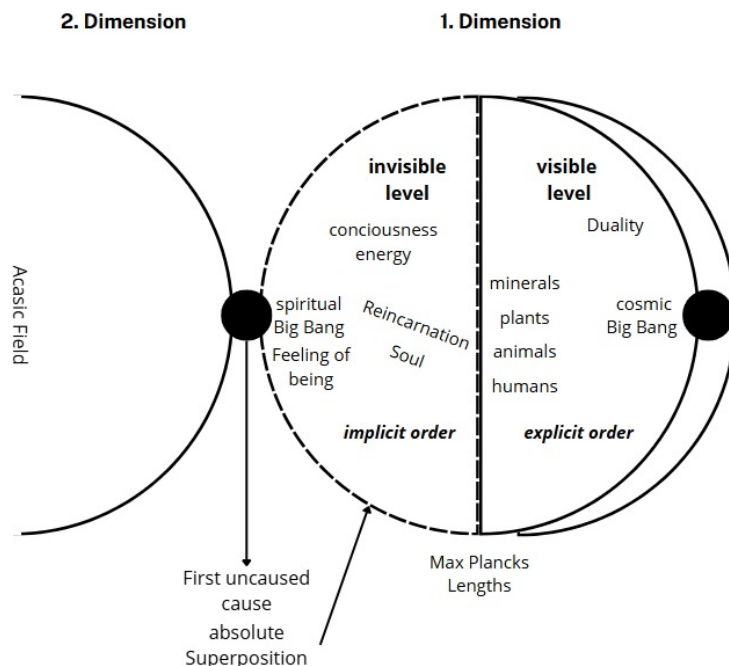


Fig. 3: El Big Bang cósmico y espiritual según las ideas de la metateoría de la teoría relativa de la salud biocéntrica (Stueck, 2025).

Fuente: Stueck, M. (2025) «El Big Bang cósmico y espiritual: el tratamiento científico de los planos visibles e invisibles de la vida en una misma dimensión». EN: Stueck, M. (2025). La teoría relativa de la salud biocéntrica. De la supervivencia egocéntrica a la salud orientada a la vida. Editorial BoD (en prensa, disponible en español en 2026)

4.2.3 La frontera entre el plano invisible y el visible

La rbHT se ha ocupado de la frontera entre el plano visible y el invisible.

En la física moderna, el plano físico llega hasta el límite de la longitud de Planck, es decir, la unidad de medida física más pequeña con sentido, que es de aproximadamente $1,6 \times 10^{-35}$ metros. Por debajo de este límite, los modelos físicos establecidos pierden su validez, ya que aquí dominan las fluctuaciones cuánticas y ni el espacio ni el tiempo pueden describirse en la forma que conocemos. (Supuesto básico biocéntrico de la rbHT)

Desde un punto de vista científico, Rolando Toro, como demuestra la declaración de Sergio Cruz (véase el capítulo 4.1.3.1), se movía con sus reflexiones en un ámbito centrado en las dimensiones visibles y medibles de la experiencia humana y los procesos biológicos. En la teoría relativa de la salud biocéntrica, más concretamente en el concepto del holismo biocéntrico, se establece una diferenciación decisiva precisamente en esta intersección de la longitud de Planck.

La teoría relativa de la salud biocéntrica señala que más allá de la longitud de Planck comienza un ámbito invisible e inmensurable. Este ámbito ya no es objeto de estudio de las ciencias naturales clásicas, sino que se entiende como un plano en el que actúan dimensiones no materiales, energéticas y espirituales.

De esta manera, la teoría relativa de la salud biocéntrica conecta el ámbito accesible a las ciencias naturales con una comprensión ampliada de la salud que trasciende los límites de lo medible. Sin embargo, este plano espiritual ya no está cubierto por el modelo teórico de la biodanza. Aunque en la práctica de la biodanza fluye esta energía de conciencia espiritual, la biodanza no puede integrarla en su sistema y basar la práctica en ella, porque la teoría y el modelo no lo permiten. Métodos como «Biodanza y chakras» o «Biodanza y flores de Bach» no pueden integrarse. Para cambiar esto, Biodanza tendría que modificar su modelo teórico. En la figura 4 se muestra el esquema del holismo biocéntrico, desarrollado en el

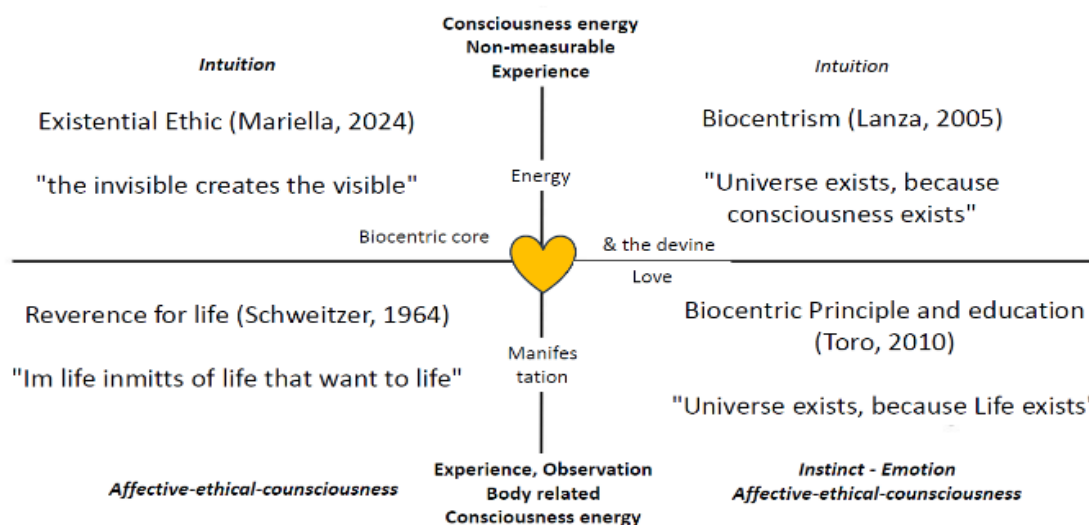
marco de la teoría relativa de la salud biocéntrica (Stueck, 2025).

4.2.4 Energía y holismo biocéntrico

¿Qué relación tienen estas explicaciones sobre el concepto de energía con el paradigma biocéntrico y con los trabajos de Rolando Toro al respecto? Un metaconcepto que ayuda a posicionar la biodanza con respecto al concepto de energía es el holismo biocéntrico en el marco de la teoría relativa de la salud biocéntrica según Stueck (2025).

Como se explica en el capítulo anterior, el concepto de energía se ha estudiado en profundidad en la teoría relativa de la salud biocéntrica, planteando la pregunta: ¿qué ocurre más allá de los límites físicos y biológicos? Es ilógico pensar que la energía deja de existir en algún momento cuando ya no tiene una ubicación física. Aquí encaja la hipótesis biocéntrica básica de la rbHT, según la cual la existencia de lo invisible no es una cuestión de fe, sino una cuestión de lógica. Incluso físicos cuánticos de renombre como Zeilinger (2014) llegan a esta conclusión al afirmar que llegan a un punto en el que se encuentran las partículas más pequeñas (longitud de Planck) y luego no hay nada más allá: **«Muchos fenómenos a nivel microscópico son borrosos y desafían los límites de lo cognoscible»** (Zeilinger 2014).

Fig. 4 Esquema básico del concepto de holismo biocéntrico (Stueck, 2025)



FUENTE - Stueck, M. (2025). *¿Qué puede integrar la biodanza? Estudios sobre los límites de la biodanza* (Explora lo desconocido: Estudios de Biodanza, Vol. 2; Edición Pingüino y Oso Polar). Editorial BoD. Disponible en: www.bionet-research.com

Una de las hipótesis básicas que se deben investigar en la teoría relativa de la salud biocéntrica es la siguiente:

Lo invisible da forma a lo visible (supuesto básico biocéntrico de la rbHT).

Esto significa que todo lo que podemos ver, medir u observar surge de un origen invisible e inmensurable, es decir, de un ámbito que subyace a las apariencias. En la teoría relativa de la salud biocéntrica (rbHT), la «apariencia» se describe como identidad, basándose en las investigaciones de Manna (citado en Bazzotti, Manna, Stueck, 2025). Esta afirmación se corresponde con la **hipótesis biocéntrica básica de la rbHT**, según la cual **la vida, la conciencia y la relación** son las **fuerzas creativas originales** a partir de las cuales se desarrolla la realidad material.

Esto también significa que, de acuerdo con el principio de dualidad (véase Principios científicos biocéntricos, Stueck, 2025), cada manifestación tiene una contraparte dual. Es decir, debe existir una energía invisible e inmensurable y una energía visible y mensurable. No es una cuestión de fe, sino de lógica (supuesto básico biocéntrico). La cuestión de qué es la energía no medible, la energía de la conciencia, se describió en el capítulo 4.1.3.1.1 basándose en la metateoría (rbHT). En esta metateoría, el principio biocéntrico de Rolando Toros se integra en el concepto del holismo biocéntrico (véase la ilustración 4).

En el marco del concepto del holismo biocéntrico, se aplicó y examinó este supuesto básico y este principio de dualidad.

Al investigar en la literatura sobre paradigmas biocéntricos, se encuentran dos áreas:

- trabajos fundamentales sobre el principio biocéntrico y la educación biocéntrica (Toro, 2010, Cavalcante, R., & Wagner de Lima Góis, C., 2017, Schweitzer, 1964, 2020), que utilizan un concepto físico y metafísico de la energía
- trabajos de Lanza y Berner (2009).
«*Biocentrism: How Life and Consciousness are the Keys to Understanding the True Nature of the Universe*», que se sitúan más bien en el ámbito metafísico.

Toro (2010) expone que su principio biocéntrico y la educación biocéntrica sitúan la vida y su protección en el centro, sobre todo mediante el aumento de la conciencia afectiva y ética con el método Biodanza. Acuñó la frase

«el universo existe porque hay vida».

Fuente: Toro, R. (2010). *Das System Biodanza*. Hannover: Tinto Verlag. ISBN: 978-3-941684-04-1.

«... Para él, la vida es sobre todo una energía biológica, como se desprende de las conclusiones de la declaración histórica de Sergio Cruz (véase el capítulo 4.1.3.2). Rolando no entendía por energía conceptos abstractos o esotéricos, sino la energía biológica que se genera en cada célula en el momento del metabolismo. Cada célula transforma sustancias en energía (ATP/ADP) y genera así la energía vital de los seres vivos».

Aquí surge la pregunta de si su comprensión de la energía ha cambiado a lo largo de los años. Para ello, en el capítulo 4.2.5.4 se comparan dos textos:

- **sobre modelos de transmutación energética en Biodanza** (chakras y concepto de energía)
Toro, R. (sin fecha). Modelos de transmutación energética en Biodanza. En R. Toro Araneda, *Teoría de Biodanza*, vol. 1, cap. V. IBF-CIMEB.
- **sobre el inconsciente numinoso**
Toro, R. (sin fecha). *El inconsciente numinoso* [texto inédito, traducción de B. Mutze].
<https://www.biodanza.org/download/...>
(consultado el 20/09/2025)

Al leer *Biocentrism: How life and consciousness are the keys to understanding the true nature of the universe* (Dallas, TX: BenBella Books), de Lanza y Berner (2010), nos encontramos con la siguiente frase:

«el universo existe porque existe la conciencia».

Los autores explican cómo las percepciones del tiempo y el espacio, que en la física clásica se consideran fundamentales, se entienden como dependientes de la vida y la conciencia. Aquí se abre la puerta a la conciencia como energía que se

encuentra fuera del cuerpo humano.

Fuente: Lanza, R., & Berman, B. (2010). *Biocentrism: How life and consciousness are the keys to understanding the true nature of the universe*. Dallas, TX: BenBella Books

Lo que expresan Lanza y Berner (2010) es un límite para Rolando Toro (véase la declaración histórica de Sergio Cruz, cap. 4.1.3.2), ya que no podía imaginar que existiera algo independiente del cuerpo que se denominara conciencia (supuesto básico biocéntrico de la rbHT). En el capítulo 4.2.5.4 se analiza cómo cambia esta actitud.

La metateoría de la teoría relativa de la salud biocéntrica (rbHT) aclara este límite mediante el concepto del holismo biocéntrico (véase la figura 4). El concepto del holismo biocéntrico añade ahora, además

- el nivel de «Toro y Schweitzer» u otros representantes de su principio biocéntrico (entre otros, Freire, 2000; Morin, 2008; Cavalcante, Wagner de Lima Góis, 2017) con una comprensión física y biológica de la energía,
- el nivel de Lanza y Berner (2009), que se complementa con los trabajos de Manna (2023, citado en Bazzotti, Stueck, Manna, 2025) sobre la ética existencial.

Manna (citado en Bazzotti, Stueck, Manna, 2025) postula que, más allá de todas las manifestaciones, debe existir la conciencia como energía, responsable incluso de las manifestaciones, por ejemplo, de células, moléculas, etc. Manna describe que esta energía, que no es medible, emana de la primera causa no causada (véase la ilustración 3).

A partir del estado actual del análisis, se puede deducir la siguiente hipótesis biocéntrica básica:

El límite del principio biocéntrico y del método Biodanza, o del principio biocéntrico, se encuentra exactamente donde la energía es medible y visible en la longitud de Planck (véase el capítulo 4.2.3). Aquí surge la pregunta de si su comprensión de la energía ha cambiado a lo largo de los años.

Es decir, que hay dos corrientes en el paradigma biocéntrico:

- Mientras que unos entienden la conciencia misma como una forma de energía responsable de las manifestaciones y los procesos creativos («el universo existe porque existe la conciencia»,
- Rolando Toro, según el estado actual de los conocimientos, parte de una **energía biológica** que sustenta la vitalidad y el desarrollo orgánico («el universo existe porque hay vida»).

Uno es un enfoque espiritual y el otro, un enfoque científico. De aquí se puede deducir una importante hipótesis biocéntrica básica:

Una prueba de lo mucho que Rolando Toro se aferra al plano físico-biológico y no a la energía metafísica de la conciencia es el hecho de que Toro habla del inconsciente y no del consciente. La única conciencia que es fundamental para él es la conciencia afectiva-ética (supuesto básico biocéntrico).

4.2.5 Toro habla del inconsciente, no del consciente

Rolando Toro vincula el principio biocéntrico con un concepto específico de conciencia, que él denomina conciencia afectivo-ética. Esta conciencia no se basa en la racionalidad abstracta, sino en la capacidad de conectar los sentimientos, la empatía y la responsabilidad ética. Es afectiva porque se basa en la resonancia emocional y la sensibilidad, y es ética porque se orienta hacia la vida y guía la acción en el sentido de proteger, promover y respetar lo vivo. De este modo, la conciencia afectiva-ética constituye el núcleo del principio biocéntrico: no solo experimentar la vida, sino también preservarla y respetarla. Schweitzer se expresa de manera similar. En el holismo biocéntrico (fig. 2), son los cuadrantes por debajo del límite de energía de la conciencia (longitud de Planck). La conciencia afectiva-ética está ligada a la acción, como muestra la siguiente afirmación:

Persona 1 (Marcus Stueck). «Rolando, ¿qué es la empatía? Su respuesta fue una sola palabra: acción».

Para Toro, la conciencia es un proceso encarnado,

ligado al cuerpo, nada abstracto ni metafísico. Esto también se refleja en su forma de abordar el inconsciente. Toro ha elaborado cuatro conceptos del inconsciente y los ha incorporado a su modelo, aunque uno de ellos puede considerarse provisional:

- El inconsciente personal
- El inconsciente colectivo
- El inconsciente vital
- El inconsciente numinoso

Si hubiera retomado las ideas de Lanza y Berner o Manna sobre la ética existencial, según las cuales la conciencia, como energía, desarrolla la vida, habría denominado al menos sus conceptos del inconsciente vital y numinoso como consciente vital y numinoso. En el siguiente capítulo 4.1.4.2 se debate hasta qué punto Rolando Toro, en el inconsciente numinoso, deja abierta la puerta a la conciencia como energía y qué consecuencias tendría esto para el modelo teórico de Biodanza, ya que allí habla de energía numinosa. En el siguiente capítulo se explica qué es esto.

4.2.5.1 La energía numinosa Rolando Toro

Las afirmaciones de este capítulo se refieren a una publicación de Rolando Toro que se puede descargar en la página **www.biodanza.org**.

El inconsciente numinoso es un concepto que puede considerarse inconcluso.

En un texto (Rolando Toro, resumido por Birgit Mutze, ...) lo describe de la siguiente manera:

«He denominado «inconsciente numinoso» a la capa más profunda del inconsciente humano. Se basa en una unidad de potenciales de extraordinaria diferenciación y sutileza que constituyen el poder de lo excelente de lo humano. Por otra parte, estos potenciales son, de todos los que manifiestan lo humano, los más reprimidos. La totalidad del inconsciente numinoso constituye el «ser humano eterno»... El inconsciente numinoso nos da acceso a un sentimiento de intimidad, al amor ilimitado y a la creación como revelación de la belleza y el misterio.

El inconsciente numinoso debe responder a la pregunta sobre lo que es humano: *«La pregunta*

esencial de toda filosofía y antropología es: ¿qué es ser humano?».

Contiene las siguientes características:

- **No se cultiva en los sistemas educativos modernos:** las escuelas y universidades promueven el conocimiento cognitivo e histórico, pero no el desarrollo de la dimensión numinosa.
- **Formas de expresión:** se manifiesta con una fuerza extraordinaria en artistas, místicos, humanistas (por ejemplo, Bach, Rilke, Einstein, Teresa de Calcuta), pero también en personas comunes y corrientes que son capaces de amar.
- **Transformación:** la energía numinosa transforma la «energía cósmica» en expresiones creativas, éticas y amorosas de la vida.
- **Anclaje:** Está anclada en el «inconsciente numinoso», que se manifiesta en la música, el arte, el amor epifánico, la maternidad y la percepción de lo maravilloso.
- **Esencia:** representa la condición humana original y lo más profundo de nuestra identidad: el «ser humano eterno».

La energía numinosa representa lo que constituye lo humano en su grandeza, creatividad y capacidad de amar. No es una forma de energía medible, sino un concepto para describir aquellas cualidades trascendentales que conectan al ser humano con lo eterno, lo cósmico y lo maravilloso.

«La energía numinosa es una dimensión original y trascendente del ser humano. No pertenece a la energía física o biológicamente tangible, sino que es una fuerza metafísica que se expresa en el ser humano como potencial del "ser humano eterno"».

Por primera vez, expresa en este concepto que existe una energía en el plano metafísico.

En el marco de la metateoría, con este concepto se mueve precisamente en la frontera con lo metafísico.

El concepto del inconsciente numinoso sigue siendo provisional, ya que Rolando Toro no pudo completar su trabajo sobre este tema. Por lo tanto, sigue siendo especulativo cómo habría descrito el tratamiento científico posterior de la frontera de la energía numinosa. La cuestión de si se trata de una energía física o biológicamente detectable o, como postulaba Toro, de una fuerza metafísica,

requiere análisis más profundos y decisiones teóricas fundamentales.

Desde el punto de vista de la Teoría Relativa Bio-Centrada de la Salud (rbHT), el concepto de Toro del inconsciente numinoso debería desarrollarse hasta convertirse en un consciente numinoso. Para ello, sería necesario integrar la conciencia misma como una forma de energía. Tal ampliación requeriría una revisión del modelo teórico de Biodanza para incluir explícitamente la dimensión metafísica, de acuerdo con el supuesto básico biocéntrico de la rbHT.

La decisión de atravesar la puerta hacia el plano metafísico es una ponderación que solo puede tomarse en un discurso científico. Con la metateoría biocéntrica rbHT, este discurso es posible.

Desde la práctica, no se debería abrir la puerta a la metafísica sin ampliar el modelo teórico y la teoría de Rolando Toro o sin referirse a la rbHT. Lo que está sucediendo actualmente con la oferta de biodanza y chakras, flores de Bach, etc., es que los profesionales están empezando a trabajar con el concepto metafísico de energía sin que se hayan producido los ajustes teóricos y científicos del modelo (supuesto básico biocéntrico de la rbHT).

Esto lo corrobora una declaración de una profesora de biodanza en una conferencia

Persona 1 (anónima): *«La conciencia como energía da a las células una cierta inteligencia que les permite saber qué hacer en el sentido de una inteligencia cósmica».*

Esta concepción de que la «inteligencia cósmica que actúa en todas las células» se basa en la energía de la conciencia no es compatible con el modelo teórico de la biodanza.

Toro escribe (véase Material escolar, principio biocéntrico), según el físico cuántico Bohm (1980), que existen órdenes implícitos según los cuales se estructura el universo y la vida en él, pero no se pronuncia sobre cómo se formaron

estos órdenes implícitos, ya que entonces habría tenido que describir un nivel de una misma dimensión, que es metafísico. Por lo tanto, el concepto del inconsciente numinoso no está cerrado y debe considerarse provisional.

Bohm (1980, citado en Stueck, 2025, basándose en Manna) describe cómo un electrón pasa de un nivel de energía medible a un nivel de energía no medible, transfiriendo así las estructuras de orden del orden implícito al orden explícito. Aquí existe una interconexión entre la física cuántica y la espiritualidad.

4.2.5.2 La relación de Toro con lo espiritual

Para aclarar la relación de Rolando Toro con lo espiritual, es necesario realizar una investigación histórica más detallada con testigos de la época. Sin embargo, cabe mencionar aquí una declaración original que da una idea de cómo pensaba él sobre la espiritualidad.

Persona 1 (Marcus Stueck): *«Estábamos de viaje en Tanzania. La respuesta de Rolando a mi pregunta sobre qué ocurre después de la muerte fue: no creo en la reencarnación, creo en la transformación de mi cuerpo, mis átomos, etc., en otras formas de la naturaleza, por ejemplo, en ese árbol de allí», y señaló uno.*

Esta afirmación demuestra que Rolando Toro no sitúa su método en un contexto espiritual o metafísico. Esto también lo confirma la afirmación de otra profesora de biodanza con amplia experiencia.

Persona 2 (Rosario Hernández): *«La biodanza no es un método espiritual».*

Harris (2014) describe la espiritualidad como una experiencia en la que el yo se reconoce como una ilusión y se experimenta una «conciencia pura» que se encuentra más allá de los pensamientos y de la identificación habitual con el yo, y más allá de las percepciones sensoriales habituales.

Manna (citado en Bazzotti, Manna, Stueck, 2025) entiende lo que Harris denomina «conciencia pura» y lo que está más allá de las percepciones sensoriales

habituales como el sentimiento inmutable del ser en el ser humano. Este sentimiento de ser desempeña un papel importante en la espiritualidad, ya que es un sentimiento incorpóreo de ser, que es inmutable y se caracteriza por la luz, el amor y la energía de la conciencia (Manna, 2025, citado en Bazzotti, Manna, Stueck, 2025).

A Toro (2010) no le convence en absoluto esta definición, ya que para él la experiencia sensorial corporal es muy importante para experimentar estados trascendentales. Para él, la sensación de ser se encuentra siempre en un plano encarnado: como vitalidad vivida, como intensidad emocional y como experiencia de amor en el aquí y ahora.

La pregunta de por qué Rolando Toro no quiso traspasar la frontera del sentimiento incorpóreo del ser remite a una investigación histórica aún por realizar con testimonios de testigos de la época y fuentes originales. En la teoría relativa de la salud biocéntrica se describe un núcleo biocéntrico, una fuente que contiene ambos componentes, una parte incorpórea y una parte encarnada, del sentimiento del ser. Gislon (2024, el método A.T.M. – Amore, Transformatione, Maturatione, citado en Stueck, 2025) describe esta fuente como la conexión con el amor y lo divino.

La fuente de la vida puede describirse como la conexión con el amor y lo divino.

Por supuesto, no se debe negar el nivel espiritual del sentimiento del ser. Pero se puede establecer un límite. Rolando Toro traza este límite al afirmar que la biodanza no es un método espiritual. (Véase también el capítulo 4.2.5.2 «Rolando Toro y la relación con lo espiritual»).

Dado que la biodanza no es un método espiritual, temas como el trabajo con los chakras, las flores de Bach y también los trabajos filosóficos sobre la física cuántica y la psicología cuántica (filosofía cuántica) constituyen un límite e . Y Rolando Toro no quería traspasarlo desde un punto de vista científico (supuesto básico biocéntrico).

4.2.5.3 ¿Cuáles son las razones de la deliberada separación de Toro con respecto a lo espiritual?

Desde un punto de vista científico, se pueden reconstruir varios motivos por los que Toro no quiso traspasar la frontera hacia el ser incorpóreo:

- **Anclaje empírico:** la biodanza debía basarse en observaciones de la experiencia humana, no en suposiciones metafísicas.
- **Compatibilidad cultural:** una clasificación espiritual habría dificultado el acceso a contextos educativos seculares y campos terapéuticos.
- **Claridad metodológica:** la biodanza se centraba en procesos afectivos y físico-emocionales cuyos efectos son observables en las relaciones y el movimiento.
- **Delimitación de las prácticas espirituales:** procedimientos como el trabajo con los chakras, las flores de Bach o la filosofía cuántica traspasan la frontera de lo incorpóreo. Toro no quería integrarlos en el núcleo metodológico de la biodanza para proteger la coherencia científica y práctica de su método.

4.2.5.4 Comparación de dos textos: ¿hay un cambio en el concepto de energía en Rolando Toro?

Hay dos textos de Rolando Toro que, según nuestra estimación, deben haber sido escritos con una diferencia de tiempo de al menos diez años. Se considera que el segundo texto es el más antiguo, ya que el concepto del **inconsciente numinoso** de **Rolando Toro** fue descrito poco antes de su muerte.

- **Sobre los modelos de transmutación energética en Biodanza** (chakras y concepto de energía) Toro, R. (sin fecha). Modelos de transmutación energética en Biodanza. En R. Toro Araneda, *Teoría de Biodanza*, vol. 1, cap. V. IBF-CIMEB.
- **Sobre el inconsciente numinoso** Toro, R. (sin fecha). *El inconsciente numinoso* [texto inédito, traducción de B. Mutze]. <https://www.biodanza.org/download/...> (consultado el 20/09/2025)

La cuestión es si Rolando Toro formuló en el texto más antiguo sobre **el inconsciente numinoso** un concepto de energía diferente al relacionado con los **chakras**.

De hecho, Toro utiliza aquí un concepto de energía diferente, que se aleja de su anterior concepción biocéntrica y biológica, sin contradecirla por completo. A continuación, la clasificación precisa:

En las primeras fases teóricas (por ejemplo, *Theory of Biodanza*, volumen 1, capítulo V), Toro destaca el carácter físico-afectivo y biológico de la energía. Evita expresamente los términos «espiritual» o «metafísico» para mantener la biodanza como una disciplina científica, basada en la experiencia y compatible con todas las culturas. La energía no es aquí un principio metafísico, sino la expresión de la vitalidad vivida.

En su obra posterior sobre *el inconsciente numinoso*, Toro vuelve a abrir el concepto, pero a un nivel transpersonal. Describe la «energía numinosa» como una dimensión original y no material que va más allá de lo biológico. Ya no pertenece a la energía vital medible biológicamente, sino que remite a lo metafísico, a una «fuente trascendente de vida» que se manifiesta en el ser humano como potencial del «ser humano eterno». Este cambio no supone un retorno a los sistemas de energía de prácticas espirituales (por ejemplo, los chakras), sino una ampliación de su pensamiento hacia una antropología espiritual-ontológica. Mientras que los chakras se entienden como modelos estructurados y culturalmente determinados, el *inconsciente numinoso* es para Toro un principio universal y no simbólico que no puede localizarse ni cartografiarse.

En resumen:

- Antes: energía = experiencia biológica-afectiva (encarnada, experimentable).
- Después: energía = fuerza numinosa y trascendente (metafísica, universal). Transición: del biocentrismo inmanente al biocentrismo trascendente, es decir, una integración de la biología y la metafísica.

Rolando Toro no se aleja de forma contradictoria de la experiencia biológica-afectiva (encarnada, experimentable), sino que desarrolla su modelo: de la experiencia biológica de lo vivo a la experiencia de lo metafísico, lo trascendente, pero vinculada a la experiencia

sensorial. Aquí resulta interesante la idea de si Rolando Toro, tal y como se describe en el capítulo 4.2.5.1, abrió una puerta que debería seguir desarrollándose. Sin embargo, la afirmación relativa al rechazo de los chakras como límite sigue siendo válida, ya que el modelo teórico no permite otra cosa (supuesto básico biocéntrico).

4.2.6 El límite con el tantra

El tantra en el sentido indio original es un trabajo energético en el que se trabaja con energías sexuales. En el tantra original, las personas no se tocaban en absoluto. El concepto de energía utilizado en Biodanza, descrito en los capítulos anteriores, en contraposición al concepto metafísico de energía, también determina la frontera con el tantra. Pero, sobre todo, son las afirmaciones de Rolando Toro (véase Testigos de la época) las que determinan esta frontera.

Como describe Sandra Salmaso (cita - persona 4 («Rolando Toro siempre decía que la biodanza no tiene nada que ver con la cultura oriental...»)) en el capítulo 4.1.3.2, Rolando Toro rechaza los métodos orientales, entre ellos el tantra, por ser un método oriental, en su modelo.

Rolando Toro respeta los métodos orientales, pero estos no encajan en la teoría de la biodanza (supuesto básico biocéntrico).

Según el presente análisis, el tantra es un límite porque este método tiene una orientación energética y espiritual-erótica: en el tantra, la sexualidad se entiende como un camino hacia la transformación espiritual, con prácticas rituales y energéticas para la expansión de la conciencia. No todo lo que hoy en día se comercializa popularmente como «tantra» se corresponde con las enseñanzas tántricas clásicas, sino que a menudo se trata de una sexualización comercial en lugar de una práctica espiritual. La biodanza, por el contrario, tiene una base biológica y afectiva. Fortalece la relación con la vida y con otras personas sin activar conscientemente los centros de energía (por ejemplo, despertar y estabilizar la shakti y unirla con el principio shiva de la «conciencia pura»). La biodanza se centra en las

experiencias naturales del movimiento, la música y el encuentro, las llamadas «vivencias», que fomentan el sentir, el percibir y el ser auténtico en el aquí y ahora. La sexualidad puede aparecer como expresión del amor por la vida o la afectividad, pero no es un objetivo ni un instrumento del método.

4.3 La cartografía de los métodos biocéntricos y la determinación de los límites mediante el método de los cuatro puntos cardinales

Ahora surge la pregunta de si los métodos orientales como el tantra, el trabajo con los chakras, el trabajo energético o la terapia con flores de Bach son, a pesar de todo, métodos biocéntricos.

Para Rolando Toro, la diferencia radica en si la vida misma (bio) o algo superior (espiritual, energético, esotérico) constituye el centro y el sistema de referencia del método y la evaluación. Según este criterio, los métodos mencionados anteriormente pueden considerarse no biocéntricos. Depende del marco de referencia que se utilice como base. Estas cuestiones deben seguir debatiéndose (supuesto básico biocéntrico).

4.3.1 ¿Por qué es importante cartografiar los métodos biocéntricos para determinar los límites?

Un problema que existe es el gran número de métodos biocéntricos que están relativamente desordenados (supuesto básico biocéntrico).

Existe un gran número de métodos biocéntricos, especialmente procedentes de Sudamérica.

Persona 1 (Marcus Stueck): *«En 2006 encontré un libro de Oliver Kahn, uno de los porteros legendarios del fútbol alemán. En él había una ilustración en la que se mencionaban los paradigmas antropocéntrico y biocéntrico. Me sorprendió mucho y se lo comenté a Rolando. Le pregunté quién había desarrollado la idea del principio biocéntrico, cuáles eran las fuentes y si deberíamos realizar un análisis científico al respecto. ¿Cuál es la fuente de tu principio*

biocéntrico, ya que obviamente hay varias opiniones al respecto?».

4.3.2 Descripción del método para cartografiar los métodos biocéntricos

Para cartografiar los métodos biocéntricos, Stück (2025) propone un concepto de métodos biocéntricos ordenados según los cuatro puntos cardinales. Este procedimiento se describe en la teoría relativa de la salud biocéntrica.

Métodos biocéntricos del sur:

La mayoría de los métodos biocéntricos del sistema Biodanza provienen del sur (Sudamérica). Se puede considerar científicamente demostrado (investigación histórica) que Rolando Toro respetaba la mayoría de los métodos de la cultura oriental, pero que en su mayoría los rechazaba para el principio y el método biocéntricos. Las excepciones son las conexiones entre Biodanza y el I-Ching.

Esta suposición confirma una afirmación original del capítulo 4.1.3.1 (*Investigación histórica sobre los límites de la biodanza en relación con el concepto de energía en el trabajo con los chakras*), que se repetirá aquí.

Persona 1 (Sandra Salmasso): *... él siempre decía que la biodanza no tenía nada que ver con la cultura oriental de los chakras, sobre todo porque en aquella época, como puedo imaginar, tampoco se podía hablar de «espiritualidad». Hablaba de trascendencia... Siempre recordaba que los fundamentos de la biodanza son de naturaleza biológica y que no quería que se confundiera con algo esotérico y de influencia oriental. Sobre todo porque la biodanza es un desarrollo relacional y no solipsista».*

Por desarrollo solipsista, Rolando Toro se refiere a una actitud epistemológica según la cual solo el yo propio existe con certeza. Todo lo demás, tanto los demás seres humanos como el mundo exterior, podría ser solo una proyección o una ilusión. Esta visión presenta paralelismos con el concepto budista de *maya*, que entiende el mundo como un engaño y un velo que oculta la verdadera realidad. Según la

investigación histórica, Toro rechazaba esta idea.

Métodos biocéntricos de Oriente, Occidente y el Norte:

Aquí surge la pregunta de investigación de si también existen métodos biocéntricos que conectan al ser humano con la vida en las culturas orientales, occidentales y septentrionales.

Los métodos orientales, como la meditación, el tai chi o el gi-gong, no forman parte de la biodanza. Sin embargo, incorpora algunos movimientos del tai chi, como por ejemplo en la danza del fluir, serie 1).

Método biocéntrico en la cultura del sudeste «8 Aboriginal Ways of Learning»:

Si tomamos la India como punto de referencia (meditación, yoga), en el sudeste, en la zona australiana, existe una interesante forma de educación biocéntrica de los aborígenes. Esta forma se conoce también como las «8 Aboriginal Ways of Learning». Se trata de un modelo pedagógico de los aborígenes que configura el aprendizaje no solo a través de contenidos, sino también a través de formas culturales de aprendizaje: con narraciones, imágenes y símbolos, con referencia a la naturaleza, con acciones no verbales y prácticas, con holismo (de lo general a lo particular), con lógica creativa y con reconexión con la comunidad. Esta forma de aprendizaje fue desarrollada por pedagogos indígenas de Australia. El modelo de aprendizaje se basa en formas tradicionales de conocimiento.

Las ocho vías son:

- **Story Sharing (compartir historias):** aprender a través de relatos y experiencias.
- **Mapas de aprendizaje:** el conocimiento se transmite de forma visual y espacial, por ejemplo, mediante imágenes, caminos y símbolos.
- **Non-verbal (aprendizaje no verbal):** aprender a través de la observación, los gestos, la acción y la imitación, en lugar de las palabras.
- **Symbols and Images (símbolos e imágenes):** aprender a través de representaciones pictóricas, metáforas y signos culturales.
- **Land Links (Conexión con el país):** el conocimiento está vinculado a lugares, la naturaleza y el paisaje; el aprendizaje se produce en contacto con el entorno.
- **No lineal:** el aprendizaje es cíclico y holístico,

no sigue pasos fijos ni jerarquías.

- **Deconstruir/reconstruir:** aprender a través de la reflexión, la experimentación y la reconfiguración del conocimiento.
- **Vínculos con la comunidad:** el aprendizaje está integrado socialmente; el conocimiento se crea y se comparte en el contexto de la comunidad.

El «camino de los ocho sentidos de los aborígenes» es biocéntrico porque sitúa la naturaleza, la comunidad y la vitalidad en el centro del aprendizaje. El camino de los aborígenes contiene en su esencia lo que Rolando Toro denomina «vivencia»: la experiencia intensa y presente en la que el conocimiento no se transmite de forma abstracta, sino que se encarna, se siente y se experimenta (supuesto básico biocéntrico).

Esta distinción de los métodos en el sistema de los cuatro puntos cardinales permite realizar una cartografía científica de los métodos biocéntricos, basada en una definición inicial y en criterios de selección con un mínimo común denominador. De este modo, se hacen visibles tanto las similitudes como las diferencias y los límites dentro de los métodos de orientación biocéntrica. Mediante la cartografía de los métodos biocéntricos, la teoría relativa de la salud biocéntrica no solo contribuye a la fundamentación teórica del principio biocéntrico, sino que al mismo tiempo protege la independencia y la claridad metodológica de la biodanza y su principio biocéntrico.

4.4 Referencia al modelo teórico y a la definición de Biodanza como método para determinar los límites

Otra herramienta metodológica, además de la investigación histórica y el análisis de textos, o el método de los cuatro puntos cardinales para determinar los límites de la biodanza, es el modelo teórico de la biodanza. Lamentablemente, hasta ahora no existe un modelo científico del principio biocéntrico que haya presentado Rolando Toro. La rbHT intenta llenar este vacío. El modelo teórico y la propia definición de Biodanza establecen límites claros en cuanto a lo que se puede integrar en Biodanza y lo que no.

Rolando Toro (2010): «*La biodanza es un sistema de integración y autorregulación humana para la renovación orgánica, el reaprendizaje afectivo y el reaprendizaje de las funciones vitales originales. El método se caracteriza por provocar experiencias integradoras en el grupo mediante música, movimientos y situaciones de movimiento*».

Esta definición de biodanza describe varios límites de contenido y metodológicos que diferencian el sistema de otros enfoques:

- Límite con la psicoterapia: no se trata de la curación patológica o el análisis profundo, sino de la integración y la autorregulación.
 - El objetivo no es «tratar problemas», sino estimular la vida y promover la autorregulación natural.
- Límite con la espiritualidad
 - No se trabaja conscientemente con energías, chakras u objetivos rituales o espirituales.
 - El enfoque es biológico y afectivo, no metafísico ni místico.
- Límite con los métodos puramente orientados al cuerpo (por ejemplo, entrenamiento de danza, gimnasia)
 - El movimiento no sirve para el rendimiento o la técnica, sino para la experiencia afectiva y existencial («experiencias integradoras»).
- Límite con la práctica individual
 - Las experiencias surgen en el grupo, a través de las relaciones y la resonancia, no en la experiencia personal aislada.
- Límite con la pedagogía cognitiva
 - No se trata de un aprendizaje racional, sino de un «reaprendizaje afectivo», es decir, aprender a través de los sentimientos, el movimiento y las relaciones.

4.4.1 ¿Permite la biodanza interpretaciones cuánticas mecánicas o cuánticas psicológicas?

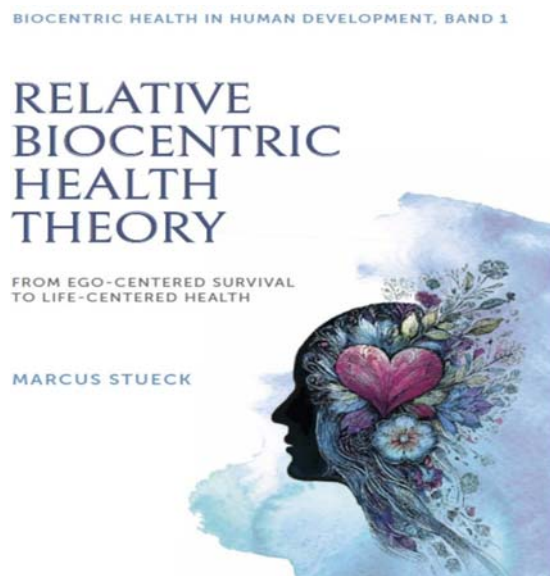
Hay representantes de la biodanza que recurren a la física cuántica para explicar los efectos de la biodanza. Una de las razones por las que la biodanza no puede integrar la física cuántica ni la psicología cuántica es el hecho de que el modelo teórico de la

biodanza no es un modelo cuántico, sino un modelo clásico. Para transformar el modelo teórico en un modelo cuántico-psicológico o cuántico-mecánico que pueda coexistir con el modelo clásico, habría que introducir, entre otras cosas, superposiciones relativas y absolutas, tal y como describe teóricamente Stueck (2025) en la teoría relativa de la salud biocéntrica. Y, sin embargo, esta teoría y la superposición que en ella se describe pueden utilizarse para mostrar los límites de la biodanza, tal y como se describe en el siguiente artículo.

4.5 La superposición relativa como herramienta para determinar los límites

La metateoría de la teoría relativa de la salud biocéntrica es una herramienta para determinar los límites de la biodanza.

Fig. 5: Publicación sobre la teoría relativa de la salud biocéntrica (información: www.bionet-research.com)



Uno de los méritos de la teoría relativa de la salud biocéntrica es que, gracias a la descripción de las características holográficas, por primera vez se puede investigar científicamente la frase de Rolando Toro «la vida en el centro». Otros conceptos científicos que se pueden investigar empíricamente son

- La inteligencia del corazón con la acción afectiva

FUENTE - Stueck, M. (2025). *¿Qué puede integrar la biodanza? Estudios sobre los límites de la biodanza* (Explora lo desconocido: Estudios de Biodanza, Vol. 2; Edición Pingüino y Oso Polar). Editorial BoD. Disponible en: www.bionet-research.com

- Núcleo biocéntrico
- Factores de modulación y puntos de conmutación biocéntricos, como por ejemplo la coregulación
- Descripción de la salud y el bienestar biocéntricos

El trabajo sobre los fundamentos de la psicología cuántica aplicada en la teoría permite determinar los límites de la biodanza. Una herramienta útil para ello son las superposiciones absolutas y relativas utilizadas en la teoría. La mecánica cuántica y también la psicología cuántica aplicada, que se basa en la teoría, parten de un campo unificado de energías e información (campo cuántico), que está conectado con un campo intuitivo y este, a su vez, con un campo denominado espiritual, del que emana la energía de la conciencia mencionada anteriormente, responsable de las manifestaciones. El concepto de superposiciones relativas constituye un concepto básico tanto en la mecánica cuántica como en la psicología cuántica aplicada, desarrollado por Stueck (2025, véase el artículo Fundamentos de la psicología cuántica aplicada). Se trata de un campo espacial biocéntrico en el que todas las posibilidades están en constante cambio (superposiciones absolutas) o con superposiciones más pequeñas que se forman en relación con ellas (superposiciones relativas) en las que se desarrollan redes de posibilidades. Una superposición relativa forma un campo en el que las posibilidades se superponen (coherentes). Solo a través de la conciencia se vuelven incoherentes. La teoría describe que las superposiciones relativas pueden formarse racionalmente mediante una llamada «cuadración», es decir, la formación de cuatro aspectos a partir de una pregunta inicial. También se forman de forma irracional, por ejemplo, en una experiencia de biodanza. Si esto no resulta comprensible, se recomienda leer la teoría. Si ahora dirigimos la conciencia hacia la cuestión de las posibles formas de percepción humana (cuadración racional), se presentan cuatro posibilidades:

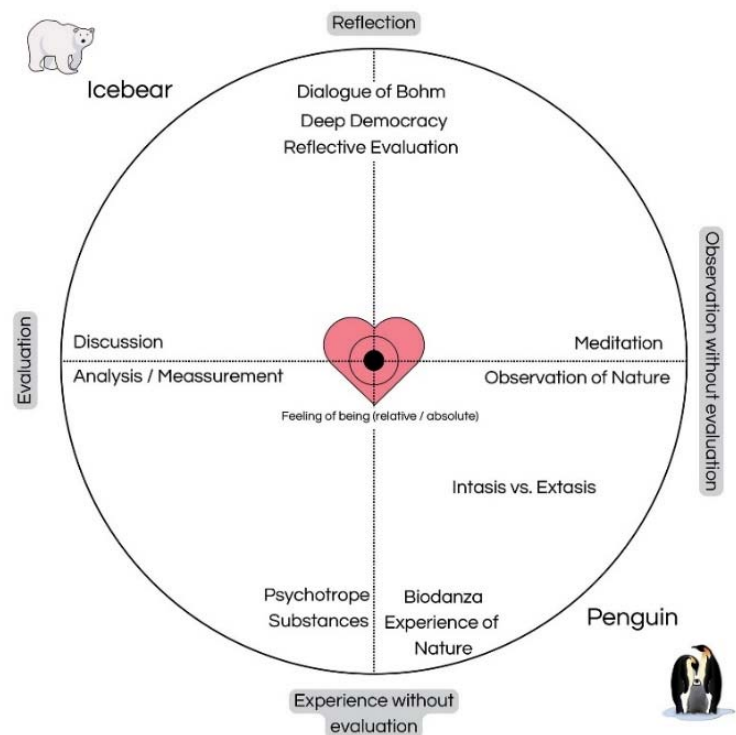
- Observación sin valoración, por ejemplo, en la

meditación.

- Experimentación sin valoración, por ejemplo, en la biodanza.
- Reflexión, por ejemplo, en métodos de reflexión como el diálogo de Bohm.
- Evaluación, por ejemplo, en métodos de evaluación como listas de prioridades, etc.

Aquí se pueden ver claramente los límites de las cuatro posibilidades. La biodanza pertenece a la posibilidad de la experiencia y se diferencia así de la observación, la reflexión y la evaluación. Pero también dentro de la posibilidad de la experiencia hay diferencias entre las distintas posibilidades. Así, la biodanza se diferencia de las sustancias psicotrópicas enteógenas y también de la respiración holotrófica. Los niveles de observación y experiencia pertenecen al nivel de los pingüinos, porque pertenecen al nivel irracional (paradigma del pingüino y el oso polar, Stueck, 2013). Las dos primeras formas de percepción (reflexión, evaluación) son, según la teoría relativa de la salud biocéntrica, niveles del oso polar, porque son racionales.

Figura 6 Superposición relativa de la percepción sensorial.



FUENTE - Stueck, M. (2025). *¿Qué puede integrar la biodanza? Estudios sobre los límites de la biodanza* (Explora lo desconocido: Estudios de Biodanza, Vol. 2; Edición Pingüino y Oso Polar). Editorial BoD. Disponible en: www.bionet-research.com

Una suposición básica biocéntrica de la teoría relativa de la salud biocéntrica afirma que los métodos no deben mezclarse para que se conserve la esencia del método, incluso dentro de la modalidad de percepción. Es decir, la biodanza no debe mezclarse con sustancias enteógenas-psicotrópicas, al igual que los métodos de observación (meditación), de experiencia (biodanza, sustancias psicotrópicas), la reflexión (diálogo de Bohm) y la evaluación, es decir, por ejemplo, tomar sustancias psicotrópicas y luego bailar, o practicar biodanza y luego reflexionar. Aquí se aprecia el valor de las metateorías, como la teoría relativa de la salud biocéntrica, porque pueden determinar los límites. En teoría, los métodos biocéntricos también se discuten en relación con las estructuras neurobiológicas

- **Corteza cerebral:** responsable de los procesos cognitivos, el análisis y la reflexión (reflexión, evaluación).
- **Sistema límbico:** sede de las emociones y la motivación (biodanza).
- **Tronco cerebral:** regula las funciones vegetativas básicas (función basal, mantenimiento de la vida).
- **Epífisis (glándula pineal):** relacionada con los ritmos biológicos y los estados de conciencia (meditación).
- **Cerebro abdominal (sistema nervioso entérico):** estrechamente relacionado con la percepción corporal, las emociones y la experiencia inmediata (biodanza).

Cada modalidad (por ejemplo, biodanza, meditación, sustancias enteógenas) activa **diferentes redes neuronales**. Por lo tanto, tienen diferentes perfiles de acción y deben mantenerse claramente separadas (límites), también desde un punto de vista científico-neurobiológico ().

4.6 La investigación empírica como herramienta para determinar los límites

La investigación empírica y la reflexión crítica desempeñan un papel decisivo a la hora de responder a la pregunta sobre los límites. Los

estudios sobre los efectos, las indicaciones y las contraindicaciones de todos los formatos utilizados en Biodanza permiten una evaluación objetiva. De este modo, se pueden respaldar científicamente las posibilidades y los límites del método. En cuanto a la importancia de la ciencia para Biodanza, la investigación histórica ha puesto de manifiesto la siguiente declaración de Sergio Cruz.

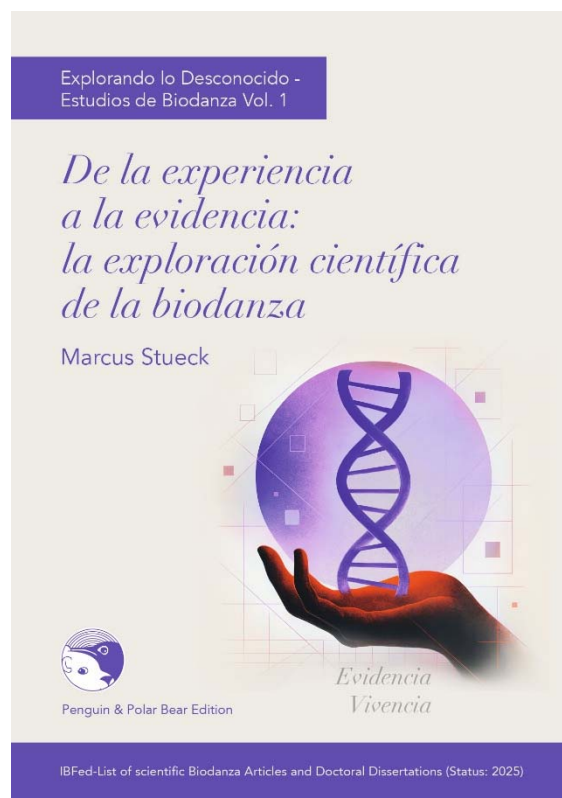
Persona 1 (Sergio Cruz): «*Rolando siempre se preocupó mucho de que la biodanza se considerara una ciencia y no una disciplina mágica*».

En el discurso científico, la determinación de los límites solo resulta convincente cuando se combinan la claridad histórica, la coherencia teórica, una clasificación científica inequívoca y la posibilidad de una verificación empírica. En este contexto, Marcus Stück pronunció una conferencia titulada

¿Cuál es el papel de la investigación empírica en Biodanza?

¿Cuánta ciencia hay en la biodanza?

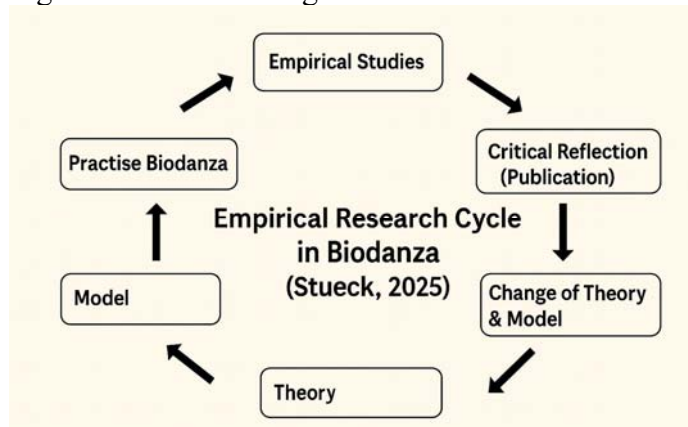
Fig. 7: Fuente de la conferencia Stueck, Marcus (2025) Descargar www.bionet-research.com



FUENTE - Stueck, M. (2025). *¿Qué puede integrar la biodanza? Estudios sobre los límites de la biodanza* (Explora lo desconocido: Estudios de Biodanza, Vol. 2; Edición Pingüino y Oso Polar). Editorial BoD. Disponible en: www.bionet-research.com

En la conferencia y en la publicación (véase la fig. 7) se reflexionó críticamente sobre la investigación realizada hasta la fecha sobre la biodanza. Stueck (2025) destaca que solo se puede lograr una base científica sostenible para la biodanza y el principio biocéntrico mediante una investigación claramente estructurada que abarque los pasos **teoría - práctica - preguntas - investigación empírica - reflexión crítica - cambio de la práctica** (el llamado ciclo de investigación de la biodanza, Stueck, 2025, fig. 8).

Fig. 8: Ciclo de investigación de la biodanza



Este ciclo permite transferir los modelos teóricos a la práctica, desarrollar allí observaciones y nuevas preguntas de forma sistemática y verificarlas mediante investigaciones empíricas. Los conocimientos resultantes se incorporan a una reflexión crítica que, a su vez, conduce a un cambio en la práctica y garantiza así el proceso continuo de desarrollo y perfeccionamiento de la teoría.

5 Derivación de los límites

De las ideas aquí descritas se pueden derivar los siguientes seis límites centrales de la biodanza:

5.1 Uso de sustancias enteógenas y psicotrópicas como límite

Este límite ya se ha tratado en detalle en el capítulo 4.1.1. La pregunta sobre el límite se puede resumir de la siguiente manera. La biodanza se basa en la activación de procesos vitales saludables a través de la música, el movimiento y el encuentro. El uso de sustancias

enteógenas y psicotrópicas contradice este principio básico. Las sustancias alteran artificialmente la conciencia y pueden superponerse o distorsionar la autorregulación de la vida. Esto diluye los fundamentos de la biodanza y traslada la responsabilidad a un medio externo.

5.2 Conceptos energéticos no medibles físicamente como límite

Este límite también se ha descrito con gran detalle (véase el capítulo 4.1.3). Las afirmaciones básicas se pueden resumir de la siguiente manera. En Biodanza, el término «energía» está relacionado con procesos biológicos y físicamente experimentables. Conceptos como los chakras o la «conciencia cuántica» no han sido descritos por Rolando Toro ni están científicamente probados. Si se integran en Biodanza, se crea confusión y el método pierde su conectividad con la investigación y la práctica.

5.3 El tantra como límite

El tantra tiene como objetivo la transformación espiritual-erótica y trabaja con energías (por ejemplo, chakras, kundalini).

La biodanza, por el contrario, tiene una base biológica y afectiva, sin trabajo energético ni rituales sexuales.

El límite radica en que la biodanza entiende la vida y las relaciones, y no la sexualidad y la espiritualidad, como camino hacia la integración.

5.4 La respiración holotrópica como límite

En el capítulo 4.1.2 se describe un resultado histórico de la investigación según el cual Rolando Toro describió la respiración holotrópica como un límite de la biodanza o también de su comprensión biocéntrica, porque no es «orgánica».

5.5 La biodanza en formato online como límite

Una observación práctica describió un problema según el cual, tras la COVID-19, los contenidos de Biodanza se transmitían cada vez más en formato online. Debido a la actualidad del tema, ya se ha publicado un artículo al respecto (Stueck, 2024). La cuestión del uso de formatos online no pudo

responderse desde una perspectiva histórico-científica, ya que Rolando Toro ya no vivía en ese momento. La respuesta científica y analítica a la pregunta, basada en la reflexión sobre la teoría y el modelo de la biodanza, se puede resumir de la siguiente manera: la esencia de la biodanza reside en el encuentro real, en el que la resonancia corporal, el contacto y la comunicación no verbal desempeñan un papel central. Los formatos online no pueden reflejar esto completamente. Aunque el intercambio a distancia puede ser útil, la experiencia biodanzística real se ve limitada o incluso impedida en el espacio virtual. En un artículo de Stueck (2023) ya se ha escrito detalladamente sobre esta limitación.

5.6 La ignorancia de la ciencia empírica y la reflexión crítica como límite

La sexta limitación se refiere a la ignorancia de la investigación empírica en biodanza. La biodanza necesita investigación y reflexión científica para comprender su efecto, alcance y límites. Si se ignoran o se menosprecian los resultados empíricos, el método carece de un importante correctivo. Sin un debate crítico, existe el riesgo de una expansión arbitraria que debilita la credibilidad e impide el discurso científico. Además, la determinación científica de las contraindicaciones (límites) y las indicaciones del método solo es posible mediante el trabajo científico empírico (véase Stueck, 2025, fig. 7).

6 Consecuencias de la falta de conciencia sobre los límites de la biodanza

¿Qué consecuencias tiene seguir integrando nuevas prácticas sin reflexionar o no percibir y respetar los límites existentes de la biodanza? Para la biodanza, esto significa:

Es una cuestión existencial describir claramente y respetar los límites del método. Si no se respetan los límites, como se ha puesto de manifiesto en las observaciones prácticas, surgen dos riesgos:

- El modelo de Biodanza se interpreta de forma arbitraria y se superpone con contenidos ajenos.

- Se pierde la conciencia de que ciertos temas o prácticas no están cubiertos por el modelo.

Las seis actividades problemáticas descritas al principio del capítulo 2 en las observaciones prácticas debilitan la eficacia de la biodanza. Mediante la integración, por ejemplo, de intervenciones ajenas al modelo (como la ayahuasca, la doctrina de los chakras, las flores de Bach o la conciencia cuántica) o mediante enseñanzas no conformes con el modelo (ética), el método pierde su lógica interna y su claridad. Esto tiene varias consecuencias concretas:

- **Pérdida de credibilidad científica:** cuando se integran en la biodanza contenidos no contrastados o con connotaciones pseudocientíficas, disminuye la conectividad con la investigación y el mundo académico.
- **Atenuación de los efectos:** los ejercicios no desarrollan la profundidad prevista inicialmente porque se mezclan con conceptos ajenos que no han sido verificados empíricamente.
- **Riesgo de interpretaciones erróneas:** los participantes pueden sentirse confundidos o tener expectativas erróneas, como suponer que la biodanza puede ofrecer curación espiritual o soluciones universales.
- **Peligro para la identidad metodológica:** si cada líder añade sus propias ampliaciones, se crea un mosaico de variantes. De este modo, se pierde la unidad del método.

En resumen, esto significa que, sin una definición clara y el respeto de los límites, la biodanza corre el riesgo de perder su fuerza, claridad y compromiso, tanto en la práctica como en su desarrollo internacional.

7 Estrategias y perspectivas para el problema de los límites

¿Qué se necesita (estrategias, perspectivas) para que el método Biodanza conserve su esencia y, al mismo tiempo, se puedan integrar nuevos aspectos de forma reflexiva y con base científica?

7.1 Estrategias para abordar el problema de los límites

Los problemas pueden resolverse estableciendo normas claras, una orientación científica y una formación profesional. De este modo, Biodanza conserva su fuerza original y, al mismo tiempo, gana en credibilidad.

- **Sustancias psicotrópicas:** delimitación clara: la biodanza debe practicarse sin sustancias. Las asociaciones nacionales e internacionales pueden elaborar directrices que lo establezcan de forma inequívoca.
- **Conceptos energéticos no medibles físicamente:** Aclarar la teoría: utilizar solo conceptos que estén basados en la teoría de Toro o en la investigación científica. En cuanto a los contenidos espirituales, es necesario establecer una separación consciente para evitar confusiones.
- **Respiración holotrópica:** Aclarar la teoría: utilizar solo conceptos que estén basados en la teoría de Toro o en la investigación científica.
- **Tantra:** lo mismo que para la respiración holotrópica se aplica al tantra.
- **Biodanza en formato online:** diferenciación clara: los formatos online pueden utilizarse para la teoría, el intercambio y la supervisión, pero no para la experiencia biodanzística propiamente dicha. Aquí se necesitan normas de calidad claras.
- **Ignorancia hacia la ciencia**
Integrar la investigación: los resultados de los estudios empíricos deben incorporarse en mayor medida a la formación y la práctica. Las cooperaciones internacionales (por ejemplo, IBRA, universidades) pueden ayudar a fundamentar científicamente la biodanza y a desarrollarla de forma crítica.

Los problemas pueden resolverse estableciendo normas claras, una orientación científica y una formación profesional. De este modo, la biodanza conserva su fuerza original y, al mismo tiempo, gana en credibilidad.

7.1 Perspectivas derivadas

El análisis de los límites de la biodanza muestra claramente que es necesario definir y respetar claramente estos límites para preservar la fuerza y la integridad del método. En lugar de ser una restricción, los límites abren nuevas posibilidades:

proporcionan orientación, seguridad y claridad. De ello se derivan varias perspectivas para el futuro:

- **Garantía de calidad:** las asociaciones internacionales pueden desarrollar normas vinculantes que aclaren qué contenidos forman parte de la biodanza y cuáles no.
- **Formación y supervisión:** los profesores deben adquirir un conocimiento profundo de las indicaciones, contraindicaciones y fundamentos psicológicos, acompañado de una supervisión continua.
- **Investigación y reflexión:** la integración de la ciencia empírica en la práctica permite demostrar los efectos, detectar a tiempo los errores y afianzar la credibilidad del método a nivel internacional. La ciencia empírica debe introducirse en las escuelas y en la formación de Didacta.
- **Conservación de la esencia:** los formatos en línea, los nuevos contextos culturales y las ampliaciones pueden ser útiles si se utilizan con una clara delimitación respecto a los elementos centrales de la biodanza.

Esto abre a Biodanza la oportunidad no solo de seguir siendo auténtica y eficaz, sino también de seguir desarrollándose de forma sostenible en diálogo con la ciencia, la sociedad y la cultura.

8 Cooperación metodológica en el contexto de Biodanza

¿Cómo se puede cooperar con otros métodos a pesar de todo?

La cuestión de una cooperación significativa entre Biodanza y otros métodos se plantea especialmente en el contexto del aumento de los programas de salud interdisciplinarios y los enfoques integradores. En este sentido, es fundamental preservar la independencia teórica de los respectivos métodos y, al mismo tiempo, aprovechar el potencial de sinergia.

8.1 Cooperación complementaria

La cooperación significa que cada método permanece en su propio marco de referencia. En lugar de mezclar modelos teóricos, los enfoques se yuxtaponen en una estructura complementaria. De este modo, la biodanza, como método de experiencia físico-emocional, puede combinarse con la meditación (observación basada en la

atención plena), los métodos enteógenos (alteración de la conciencia inducida farmacológicamente) o el trabajo energético e (centrado en energías de la conciencia invisibles e inmensurables) sin distorsionar la teoría correspondiente.

8.2 Colaboración orientada a la investigación

Una forma especialmente fructífera de cooperación se abre en el ámbito de los estudios científicos. Las intervenciones de Biodanza pueden estudiarse como grupo de comparación junto con la meditación, el trabajo energético o los enfoques enteógenos. La ventaja es que esto permite generar datos comparativos directos sin debilitar la base teórica respectiva. Mientras que la biodanza actúa principalmente en el sistema límbico-hipotalámico, los efectos del trabajo energético se localizan más bien en el ámbito de las energías de la conciencia no medibles y subjetivamente experimentables. Mediante estudios controlados metodológicamente, se pueden precisar empíricamente las diferencias, complementariedades y solapamientos.

8.3 Nivel de diálogo

La cooperación también puede tener lugar en el nivel comunicativo. Las conferencias especializadas, las publicaciones y las mesas redondas ofrecen oportunidades para debatir sobre mecanismos específicos de los métodos y aprender unos de otros. Es esencial que la biodanza no sea sustituida o difuminada por conceptos ajenos, sino que se mantenga como un método independiente en intercambio con otras modalidades, como el trabajo energético o las neurociencias.

8.4 Integración práctica

Por último, la práctica abre la posibilidad de una integración multimodal. La biodanza puede integrarse en programas de gestión del estrés, fomento de la resiliencia o prevención de adicciones. El trabajo energético también puede presentarse como un componente independiente en estos entornos. En este sentido, es importante

seguir un enfoque modular: los métodos se presentan y aplican de forma paralela, sin mezclar sus fundamentos teóricos. De este modo, se crea un programa global sinérgico basado en la diversidad de enfoques, sin poner en peligro la claridad científica.

La cooperación entre métodos es posible cuando el respeto por la lógica propia de los procedimientos se combina con **formas de cooperación** estructuradas (complementarias, orientadas a la investigación, dialógicas, prácticas). La biodanza, la meditación, el trabajo energético y los procedimientos enteógenos pueden coexistir de este modo, manteniendo sus perfiles de acción específicos y contribuyendo al mismo tiempo a una comprensión más amplia de la salud y la conciencia.

9 Observación final

La Teoría Relativa Bio-Centrada de la Salud (rbHT) ofrece un conjunto de herramientas teóricas para definir claramente los límites de la biodanza y, al mismo tiempo, cartografiar los métodos afines. Al distinguir entre diferentes niveles de energía y conciencia (físico, biológico, metafísico), permite una clasificación precisa: La biodanza permanece en el nivel de la experiencia encarnada, mientras que otros métodos, como la meditación, el trabajo energético o los enfoques enteógenos, actúan en diferentes niveles. De este modo, la rbHT contribuye a proteger a la biodanza de confusiones, a preservar su esencia y, al mismo tiempo, a visibilizar cooperaciones responsables. El análisis de los límites de la biodanza pone de manifiesto que solo mediante una delimitación clara y una reflexión crítica se puede preservar la integridad metodológica, la coherencia teórica y la conectividad científica. El principio biocéntrico Rolando Toro sitúa la vida en el centro y exige una conciencia afectiva y ética que se base en la protección y la promoción de lo vivo. En este sentido, los límites no deben entenderse como una restricción, sino como una condición necesaria para el desarrollo, la responsabilidad y la autenticidad. Aseguran la esencia de la biodanza, abren espacios para la cooperación responsable con otros métodos y contribuyen a que el método, como práctica

encarnada, siga desarrollándose de forma eficaz y creíble en el futuro.

Bibliografía

Cavalcante, R., & Wagner de Lima Góis, C. (2017). *Educación biocéntrica: Ciencia, arte, mística, amor y transformación* (ed. español). Fortaleza: Expressão Gráfica e Editora / Centro de Desenvolvimento Humano (CDH) & Universidade Biocêntrica. ISBN 978-8542010015.

Schweitzer, A. (2020). *Die Ehrfurcht vor dem Leben: Grundtexte aus fünf Jahrzehnten* (H. W. Bähr, ed.). München: C. H. Beck.

Freire, P. (2000). *Pedagogy of the oppressed*. Nueva York, NY: Continuum. (Nota: la edición original se publicó en 1970).

Edgar Morin:

Morin, E. (2008). *Sobre la complejidad* (Avances en teoría de sistemas, ciencias e ingeniería). Nueva York, NY: Hampton Press.

Harris, S. (2014). *Despertar: una guía para la espiritualidad sin religión*. Nueva York, NY: Simon & Schuster.

Bohm, D. (1980). *Wholeness and the Implicate Order*. Routledge

Los límites de la Biodanza – Parte 2

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

Marcus Stueck

RECEIVED & REVIEWED

Andreina Acri
Escuela de Biodanza Tucumán,
Argentina
Sebastian Müller-Haug Academia
Internacional de Investigación
Biocéntrica

RECEBIDO 9 de junio de 2023
ACEPTADO 13 de junio de 2023
PUBLICADO 14 de junio de 2023

EDITADO

Martina Goth, Andreina Acri

AFILIACIÓN

Prof. Dr. habil. Marcus Stueck
Academia Internacional de
Investigación Biocéntrica de Leipzig
Escuela Báltica de Biodanza en
Riga marcusstueck@gmail.com
Orcid: 0000-0003-0208-0772

CITACIÓN

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

CORRESPONDENCIA

Prof. Dr. habil. Marcus Stueck
Academia Internacional de
Investigación Biocéntrica de Leipzig
Leipziger Str. 64, 04420 Markranstedt

Revista de acceso libre
Descargar:
www.bionet-research.com
www.schibri.de

RESUMEN

Este artículo trata sobre la cuestión de si Biodanza puede incorporar la forma de trabajar de Biodanza Online en su concepto o no. Biodanza Online se introdujo durante el periodo de la COVID-19, ya que, como consecuencia del confinamiento, se prohibió que las personas se reunieran, por ejemplo, en clases de Biodanza. Tras el fin del periodo de la COVID-19, algunos profesores de Biodanza de todo el mundo continuaron con la Biodanza online. Desde el punto de vista de este artículo, este es el límite de la Biodanza, ya que la versión online de la Biodanza no tiene en cuenta ciertos requisitos que especifica el modelo teórico de la Biodanza (por ejemplo, la reducción sensorial, el cambio de tiempo en la vivencia, la imposibilidad de realizar ciertos ejercicios). Además, algunos aspectos no concuerdan con las visiones del fundador Rolando Toro (por ejemplo, en lo que respecta a la función política de los profesores de Biodanza y a la omnipotencia de las tecnologías en la convivencia de las personas). El análisis científico de este artículo se basa en declaraciones de entrevistas a Rolando Toro y otros profesores de Biodanza con experiencia. Como resultado, se puede afirmar que, para algunas aplicaciones en el contexto de la Biodanza, los medios online son beneficiosos (por ejemplo, para grupos de estudio o debates teóricos). Sin embargo, no es posible trabajar directamente con Biodanza en clases semanales, módulos escolares, talleres y extensiones y aplicaciones. Simplemente faltan demasiadas condiciones necesarias para su implementación. El análisis también explora las razones por las que los profesores de Biodanza no están abiertos a estos argumentos y siguen trabajando en línea. Entre otras cosas, se señala aquí la falta de autorreflexión como componente de la autorregulación en el modelo teórico y la falta de comprensión de las visiones del fundador del método. El artículo resume los riesgos de integrar Biodanza, Biodanza en línea, sin nombrar sus contraindicaciones, sus límites. Biodanza, sin estos límites, se destruye a sí misma o pierde su eficacia. Biodanza en línea es, en el mejor de los casos, un encuentro digital con elementos de Biodanza, pero no es Biodanza.

PALABRAS CLAVE

Biodanza-Online, Biodanza y contraindicaciones/límites, Modelo teórico y autorreflexión

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 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 respondería Rolando Toro Araneda a esta pregunta sobre Biodanza virtual si aún estuviera vivo?
4. ¿Cómo cambia la Biodanza virtual la enseñanza y la comunicación?

Hay otras limitaciones de la 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 sobre las limitaciones de la 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 inesperada y nos tomó por sorpresa con poca o ninguna preparación para las plataformas virtuales... Algunos de nosotros fuimos alentados con gran convicción por la gente de nuestros grupos a conectarnos a través del ordenador para hablar de lo que nos estaba pasando, cómo lo 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 cinestésicos 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. Los módulos escolares, las extensiones, las sesiones grupales regulares, las aplicaciones y las ampliaciones metodológicas no pueden realizarse de forma virtual en modo alguno; la transferencia experiencial de conocimientos pierde por completo el componente cinestésico, 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 demás 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 reflexionarán críticamente desde una perspectiva científica. Desde una perspectiva científica, la cuestión de los límites de la Biodanza no se responderá políticamente, sino mediante la

comparación de los componentes de la Biodanza virtual con el modelo teórico y algunas de las declaraciones originales de Rolando Toro Araneda. 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 La biodanza virtual reduce la conciencia sensorial.

La 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 Araneda (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 solo 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 solo están presentes el sentido de la vista y el sentido del oído, y de forma limitada. El sentido del tacto está activo con nosotros, es decir, 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 Araneda al respecto?

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

La ternura solo se consigue en el contacto concreto. ¡

! No puedo tocar a la otra persona a través de la cámara. Todos tenemos aspectos cinestésicos, relacionales, contacto real, ojos, sentimientos. 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 y la comunicación para ganar conciencia ética y estar en contacto con la vida y el amor (Wagner, 2000). Rolando Toro Araneda 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 científica y concreta de vida, amor y acción concreta. Es decir, siempre 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 respondió con tres palabras: «Acción concreta y real». Por eso no habría estado 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 Araneda 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 lleve 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 0 y 1, 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, solo 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. Solo se puede experimentar una parte de la realidad porque la perspectiva de la cámara es limitada y solo 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 diferentes 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.

«Las vivencias están sujetas a la temporalidad. Surgen en un período de tiempo «aquí y 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, bailando 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 solucionamos 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 solo 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 más 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, sino el tiempo diferido, como muestra el ejemplo anterior de cantar. Para él era importante permanecer en una base científica y concreta de la vida, el amor y la acción concreta.

2.1.4 El holismo de la Biodanza se pierde a través de la 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 e la Biodanza distinguiéndola de las psicoterapias. Luis Ottavio 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 la Biodanza virtual. Cuando se trabaja con Biodanza virtual, solo 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 por mantener los besos y 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 este, 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

disociada. 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 que sí, a través de la Biodanza virtual se acaba la soledad. Sí, eso es cierto. Pero también a través de un grupo de deportes o un grupo de baile en línea se acaba la soledad. Pero falta la especificidad de la Biodanza. La pregunta 2 trata de responder

por qué la especificidad de la Biodanza, a diferencia de la Biodanza, no es reconocida por quienes 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, se añaden métodos como el trabajo

de la energía chakra o Biodanza virtual. 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 científico 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 en la escuela (Reflexión Crítica sobre el Modelo Teórico de Biodanza, Stueck, 2007, Universidad de Leipzig). Sobre la necesidad de una reflexión crítica, se afirmó además:

2.2.3 «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) Una segunda razón es la falta de autorreflexión.

Si los profesores, que han reflexionado críticamente sobre todos los puntos de la pregunta 1, 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. En el caso de la zona de confort, falta la autorreflexión, 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 dos componentes: la regulación de las emociones y la autorreflexión. Lo que es específico de la 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 la 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 sea la razón por la que existen 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 respondería Rolando Toro a esta pregunta sobre Biodanza virtual si aún 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. La 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 toque despedirme del mundo, me iré sin tristeza, me iré 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 con la biodanza. La biodanza es natural. La

música es orgánica, la relación es natural en el momento y no cambia con el tiempo, la tecnología solo debe utilizarse cuando sea absolutamente necesario.

2.4 Pregunta 4: ¿Cómo cambia la biodanza virtual 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 solo 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.

- La 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).
- La Biodanza virtual puede ser una puerta de entrada a la Biodanza, pero entonces debería recibir 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 no estaría de acuerdo con la Biodanza virtual (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 se tienen suficientemente en cuenta. 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 muchos 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, 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.

Bibliografía

- 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. Habilitación doctoral (tesis doctoral) 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. y 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 – Una revisión de la calidad y los resultados 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). Película 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.

¿Cómo hacer más visible la Biodanza? La vía de comunicación científica externa a través de publicaciones

Lista actualizada de la IBFed de publicaciones revisadas y tesis doctorales
– Situación en 2025

Creada y revisada por
Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed

c/o Marcus Stueck

RECIBIDO Y REVISADO

En revisión

RECIBIDO 20/10/2025

ACEPTADO

EDITADO

Martina Goth

AFILIACIÓN

Academia Internacional de Investigación
Biocéntrica/IBRA

CORRESPONDENCIA

marcus.stueck@bionet-research.com

www.bionet-research.com

Resumen:

Las observaciones críticas muestran que los estudios empíricos apenas se tienen en cuenta en la formación y la práctica, lo que hace que se pierda la profundidad científica y la credibilidad científica de la biodanza. Se ofrecen explicaciones pseudocientíficas sobre los efectos de la biodanza sin aportar pruebas mediante estudios. La base empírica en la biodanza significa garantizar la conexión entre la experiencia subjetiva y los datos verificables. Las publicaciones son decisivas en este sentido, ya que solo los resultados publicados crean visibilidad y legitimidad. En este artículo se presenta una lista que recoge las investigaciones publicadas en todo el mundo. Se enumeran las siguientes categorías:

- Artículos revisados por pares sobre biodanza y educación biocéntrica (biodanza con niños) = 21 artículos
- Tesis doctorales y habilitaciones sobre Biodanza (2 tesis doctorales, 1 habilitación)
- Artículos revisados por pares sobre el principio biocéntrico y la educación biocéntrica (en general) = 3 artículos
- Tesis doctorales y habilitaciones sobre el principio biocéntrico y la educación biocéntrica (en general) = 3 tesis doctorales
- Capítulo de libro en libro científico con sistema de revisión = 1 capítulo de libro
- Libros revisados = 2 libros con sistema de revisión

En total, solo hay 32 publicaciones de alta calidad sobre biodanza. Esto es insuficiente. En otros sistemas (por ejemplo, el movimiento corporal y la terapia de danza) hay aproximadamente 500 artículos revisados. Debido a la baja calidad de las publicaciones, la visibilidad de la biodanza en instituciones, organizaciones y el mundo académico está muy limitada. Pero el mayor problema es que los representantes de la biodanza no son conscientes de esta situación crítica. Conclusión: la biodanza debe integrar en mayor medida la investigación empírica para seguir gozando de reconocimiento científico. La investigación no es una amenaza, sino un acto de amor por la vida: conecta la experiencia y la evidencia y conduce a la biodanza hacia una forma reflexiva y sostenible. Así queda claro que solo mediante la conexión coherente entre la experiencia vivida, el rigor metodológico y la investigación internacional puede la biodanza hacer realidad su pretensión original: ser una ciencia de la vida que armoniza los sentimientos y el conocimiento.

PALABRAS CLAVE Investigación en Biodanza

Lista de publicaciones de la IBFed «Biodanza y ciencia»



Creada y revisada por
Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed

c/o Marcus Stueck
(Base de datos BIONET – www.bionet-research.com)

Publicaciones científicas (revisadas por pares) en revistas especializadas sobre biodanza y educación biocéntrica (biodanza con niños)

Metaanálisis (0)

Revisiones sistemáticas de estudios sobre biodanza

1. Stueck, M., & Tofts, P. (2016). *Efectos de la biodanza en la reducción del estrés y el bienestar: una revisión de la calidad y los resultados de los estudios*. *Signum Temporis*, 8(1). — Revisión por pares: sí (revisión). DOI: 10.1515/sigtem-2016-0018. (Fuente: ([ResearchGate](https://www.researchgate.net)))
Breve descripción: Resumen sistemático/narrativo sobre la calidad de los estudios y los resultados relativos a la reducción del estrés y el bienestar mediante la biodanza.
2. Ferraro, F. V., Aruta, L., Ambra, F. I., Distaso, F. P. e Iavarone, M. L. (2021). *Intervención pedagógica para la salud: una revisión sistemática narrativa sobre la biodanza*. *Movimento (SciELO)*, 27, e27069. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.22456/1982-8918.111547. (Fuente: ([SciELO](https://www.scielo.org)))
Breve descripción: Revisión sistemática narrativa sobre las intervenciones de biodanza y los resultados para la salud (evaluada por SanRA/Kappa).

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

Artículo de revisión (19)

1. Perche, F., Stueck, M., Villegas, A. y Balzer, H.-U. (2007). *Nuevas formas de reducir el estrés en la profesión docente: la biodanza y el yoga como métodos orientados al cuerpo para reducir los estados de tensión psico-vegetativa*. *Ergomed*, 03/2007, 68-75. — Revisión por pares: sí. DOI: no encontrado. (Fuente/verificación: ([ResearchGate](#)))
Breve descripción: Presentación comparativa de la biodanza y el yoga como métodos orientados al cuerpo para reducir el estrés en el profesorado; ejemplos prácticos y casos.
2. Stueck, M., Villegas, A., Mazzarella, L., Terren, R. y Schröder, H. (2008). *¿Bailar el estrés? La biodanza como nuevo método de intervención psicológica orientado al cuerpo para la gestión del estrés en profesores*. *Ergomed*, 02/2008, 34-43. — Revisión por pares: sí. DOI: no encontrado. (Fuente: ([ResearchGate](#)))
Breve descripción: Presentación y evaluación de la biodanza como método de intervención para apoyar a los docentes en situaciones de estrés.
3. Stueck, M., Villegas, A., Bauer, K., Terren, R., Toro, V. y Sack, U. (2009). *Evaluación del proceso psicoimmunológico de la biodanza*. *Signum Temporis*, 2(1), 2009. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.2478/v10195-011-0024-7. (Fuente: ([archive.sciendo.com](#)))
Breve descripción: Evaluación del proceso sobre los efectos inmunológicos y psicológicos de la biodanza (datos exploratorios, anticuerpos/parámetros de estrés).
4. Carbonell-Baeza, A., Aparicio, V. A., Martins-Pereira, C. M., Gatto-Cardia, C. M., Delgado-Fernández, M. y Ruiz, J. R. (2010). *Eficacia de la biodanza para el tratamiento de mujeres con fibromialgia*. *Revista de Medicina Alternativa y Complementaria*, 16(11), 1191-1200. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.1089/acm.2010.0039. (Fuente: ([PubMed](#)))
Breve descripción: Estudio aleatorizado y controlado sobre la eficacia de la biodanza en mujeres con fibromialgia; parámetros medidos: dolor, función, calidad de vida.
5. López-Rodríguez, M. del M., Castro Sánchez, A. M., Fernández-Martínez, M., Matarán-Penarrocha, G. A., & Rodríguez-Ferrer, M. E. (2012). *Efectividad de la biodanza acuática sobre la calidad del sueño, la ansiedad y otros síntomas en pacientes con fibromialgia*. *Atención Primaria*, 44(11), 641–650. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.1016/j.aprim.2012.03.002. (Fuente: ([PubMed](#)))
Breve descripción: Estudio sobre la «biodanza acuática» en pacientes con fibromialgia; resultados: calidad del sueño, ansiedad, dolor.
6. Stueck, M., Villegas, A., Schoenichen, C., Bauer, K., Tofts, P. y Sack, U. (2013). *Efectos de un programa de danza basado en la evidencia (TANZPRO-Biodanza) para niños de jardín de infancia de cuatro a seis años sobre la inmunoglobulina A, la testosterona y la frecuencia cardíaca*. *Problemas de la educación en el siglo XXI*, 56, 128-143. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.33225/pec/13.56.128. (Fuente: ([scientiasocialis.lt](#)))

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

Breve descripción: Intervención con niños de jardín de infancia; medición de parámetros inmunológicos (sIgA), hormonales (testosterona) y cardiovasculares.

7. Stueck, M., Villegas, A., Lahn, F., Bauer, K., Tofts, P. y Sack, U. (2016). *Biodanza para niños de jardín de infancia (TANZPRO-Biodanza): informe sobre los cambios en los niveles de cortisol y el reconocimiento de las emociones. Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 11(1), 75–89. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.1080/17432979.2015.1124923. (Fuente: bionet-research.com)
Breve descripción: Estudio de seguimiento de TANZPRO; enfoque: marcadores de estrés (cortisol) y competencias sociales/emocionales.
8. Greaves, V., Stueck, M. y Svence, G. (2016). *Cambios en las competencias emocionales y sociales de los niños de primer grado en el grupo de intervención TANZPRO-Biodanza. Sociedad. Integración. Educación. (Conferencia/Actas)* — Revisión por pares: Actas / Evaluación del comité del programa. DOI: 10.17770/sie2016vol1.1528 (si está disponible / ID de las actas). (Fuente: journals.rta.lv)
Breve descripción: Ponencia en conferencia sobre los efectos de TANZPRO-Biodanza en las competencias emocionales y sociales de los niños que comienzan la escuela (bionet-research.com).
9. Piña López, J. A. (2015). *Un análisis crítico del concepto de resiliencia en psicología. Anales de Psicología*, 31(3), 751-758. — Revisión por pares: Sí. DOI: 10.6018/analesps.31.3.185631. (Fuente: scielo.isciii.es)
Breve descripción: Análisis crítico del concepto de resiliencia en psicología (trabajo teórico/revisión).
10. López-Rodríguez, M. M., Baldrich-Rodríguez, I., Ruiz-Muelle, A., Cortés-Rodríguez, A. E., López-Estapa, T. y Román, P. (2017). *Efectos de la biodanza sobre el estrés, la depresión y la calidad del sueño en estudiantes universitarios. Revista de Medicina Alternativa y Complementaria*, 23(7), 558-565. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.1089/acm.2016.0365. (Fuente: Liebert Publishing)
Breve descripción: ECA o estudio controlado con estudiantes: estrés, síntomas depresivos, calidad del sueño.
11. Segura-Jiménez, V., Carbonell-Baeza, A., Aparicio, V. A., Femia, P., Ruiz, J. R. y Delgado-Fernández, M. (2017). *La biodanza reduce la intensidad del dolor agudo en mujeres con fibromialgia. Pain Management Nursing* (o publicación relacionada), 2017. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.1016/j.pmn.2017.03.007. (Fuente: PubMed)
Breve descripción: Estudio de los efectos de la biodanza sobre el dolor agudo en pacientes con fibromialgia (métodos mixtos/escalas cuantitativas de dolor).
12. Widiasmara, N., Novitasari, R., Trimulyaningsih, N. y Stueck, M. (2018). *School of Empathy for enhancing children's wellbeing. International Journal of Social Science and Humanity*, 8(8), 230-234. — Revisión por pares: la revista indica que se realiza una revisión por pares; indexación/calidad variable. DOI: 10.18178/ijssh.2018.V8.966. (Fuente: IJSSH)

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

Breve descripción: Estudio piloto cuasi-experimental sobre la intervención «School of Empathy» y sus efectos en el bienestar emocional de los niños.

13. Stueck, M., Kaloeti, D. V. S., Villegas, A. y Utami, D. S. (2019). *La influencia de la biodanza y la comunicación verbal respetuosa de la Escuela de la Empatía en la capacidad de expresar emociones y necesidades: un estudio piloto entre adultos en Indonesia*. *Health Psychology Report*, 7(4), 334-340. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.5114/hpr.2019.88665. (Fuente: (hpr.termidia.pl))
Breve descripción: Estudio piloto en Indonesia: Biodanza + elementos de la Escuela de la Empatía y su influencia en la expresión de emociones y necesidades.
14. Calamassi, D., Palfrader, A., Biagiotti, C. y Galli, R. (2019). *Biodanza en residencias sanitarias: estudio cualitativo*. *Open Journal of Nursing (SCIRP)*, 9(1), 41-58. — Revisión por pares: el editor indica que se trata de una revisión por pares (SCIRP). DOI: 10.4236/ojn.2019.91005. (Fuente: ([SCIRP](http://scirp.org)))
Breve descripción: Estudio cualitativo de los programas de biodanza en residencias de ancianos (experiencias de los residentes y del personal).
15. Calçada, J., & Gilham, C. (2022). *La biodanza y otras formas de danza como vehículo para el aprendizaje socioemocional en las escuelas: una revisión exploratoria*. *LEARNing Landscapes*, 15(1), 53-73. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.36510/learnland.v15i1.1059. (Fuente: (learninglandscapes.ca))
Breve descripción: Revisión exploratoria sobre las formas de danza (incluida la biodanza) como medio para el aprendizaje socioemocional en contextos escolares.
16. Chiesi, F., Gori, E., Collini, F., Palfrader, A., Galli, R., Guazzini, A., Collodi, S., Lorini, C. y Bonaccorsi, G. (2021). *La biodanza como tratamiento no farmacológico basado en el movimiento y la danza en personas mayores con enfermedad de Alzheimer: Un estudio piloto italiano en dos residencias de ancianos de la Toscana*. *Holistic Nursing Practice*, 35(5), 264-272. — Revisión por pares: Sí. DOI: 10.1097/HNP.0000000000000470. (Fuente: ([PubMed](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/)))
Breve descripción: Estudio piloto con personas mayores institucionalizadas con Alzheimer; resultados: síntomas neuropsiquiátricos, agitación, viabilidad.
17. Vitale, C., Rosa, R., Agosti, V., Siciliano, M., Barra, G., Maggi, G., ... Santangelo, G. (2024). *Efectos de Biodanza® SRT sobre los síntomas motores, cognitivos y conductuales en pacientes con enfermedad de Parkinson: un estudio controlado aleatorio*. *Journal of Personalized Medicine*, 14(6), 588. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.3390/jpm14060588. (Fuente: ([PMCID](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/)))
Breve descripción: ECA en pacientes con Parkinson; medición de los resultados motores, cognitivos y conductuales tras la intervención con Biodanza® SRT.
18. Cohen Zilka, G., & Tempel, S. (2024). *Biodanza y sentido de resiliencia en tiempos de guerra*. *Revista de Terapias Corporales y del Movimiento*, 40, 2136-2146. — Revisión por pares: sí. DOI: 10.1016/j.jbmt.2024.10.054. (Fuente: ([ScienceDirect](https://www.sciencedirect.com)))

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

Breve descripción: Investigación con métodos mixtos sobre los mecanismos mediante los cuales la biodanza puede fortalecer la resiliencia, la vitalidad y la moral en tiempos de guerra.

19. Zilka, G. C., et al. (2025). *Impacto de la biodanza en el movimiento, la música y los encuentros de los niños*. (Registrado / Preimpresión / Investigación en educación de la danza 2025). — Revisión por pares: si aparece en *Investigación en educación de la danza* → Sí; estado actual: Preimpresión / Listado, DOI: aún no (Preimpresión / DOI posiblemente más adelante). (Fuentes/Listado: [\(ResearchGate\)](#))

Breve descripción: Informe/estudio sobre programas de biodanza para niños de guardería/preescolar; centrado en el desarrollo del movimiento, la música y los encuentros.

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

ÁMBITOS TEMÁTICOS

1. Estrés laboral e intervenciones (profesores, personal de emergencia)

En resumen: intervenciones para reducir el estrés en el contexto laboral / ayuda en casos de emergencia

- 1. Perche et al. (2007). — Biodanza y yoga para la reducción del estrés en docentes (práctica/casos prácticos).
- 2. Stueck et al. (2008). — Evaluación de la biodanza como método de intervención para docentes.
- 3. Stueck et al. (2009). — Datos de procesos psicoinmunológicos; relevantes para los patrones de reacción al estrés de los participantes (también en el contexto laboral).
- 4. Stueck et.al. (2016 – Revisión sistemática de estudios sobre el estrés

2. Intervenciones clínicas — Fibromialgia y dolor

En resumen: ECA/estudios clínicos con resultados sobre dolor/fibromialgia

- 4. Carbonell-Baeza et al. (2010). — Eficacia del RCT de la biodanza en mujeres con fibromialgia (dolor, función).
- 5. López-Rodríguez et al. (2012). — Biodanza acuática en la fibromialgia (sueño, ansiedad, síntomas).
- 12. Segura-Jiménez et al. (2017). — Reducción del dolor agudo mediante biodanza en la fibromialgia.

3. Niños, guardería y colegio (desarrollo, SEL, School of Empathy)

En resumen: Biodanza / TANZPRO en entornos educativos, fomento de las competencias socioemocionales

- 6. Stueck et al. (2013). — TANZPRO en niños de 4 a 6 años (sIgA, testosterona, frecuencia cardíaca).
- 7. Stueck et al. (2016). — TANZPRO: cambios en el cortisol y reconocimiento de emociones en niños.
- 9. Greaves, Stueck y Svence (2016). — Ponencia en conferencia: Competencias emocionales y sociales en alumnos que comienzan la escuela.
- 13. Widiasmara et al. (2018). — «School of Empathy» — Estudio piloto sobre el bienestar infantil.
- 23. Zilka et al. (2025). — (Preimpresión) Biodanza para niños en edad preescolar: movimiento, música, desarrollo de la comunicación.

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

4. Psicofisiología / Biomarcadores

En resumen: estudios con marcadores biológicos de estrés/inmunológicos o mediciones fisiológicas

- 3. Stueck et al. (2009). — Datos de procesos psicoimmunológicos (anticuerpos/estrés).
- 6. Stueck et al. (2013). — sIgA, testosterona, frecuencia cardíaca en niños.
- 7. Stueck et al. (2016). — Mediciones de cortisol en niños.
- 21. Vitale et al. (2024). — ECA en Parkinson con parámetros motores/cognitivos/conductuales y fisiológicos.

5. Personas mayores / Enfermedades neurodegenerativas / Centros de cuidados

En resumen: Biodanza en entornos asistenciales, Alzheimer, Parkinson

- 20. Chiesi et al. (2021). — Estudio piloto en residencias de ancianos con pacientes de Alzheimer.
- 16. Calamassi et al. (2019). — Estudio cualitativo sobre la biodanza en entornos de residencias de ancianos (experiencias del personal y los residentes).
- 21. Vitale et al. (2024). — ECA sobre el Parkinson (motor/cognitivo/conductual).

6. Bienestar psíquico general / Comunidad y adultos

En resumen: efecto de la biodanza / «danza consciente» sobre el estrés, la depresión y el bienestar en grupos no clínicos

- 11. López-Rodríguez et al. (2017). — Estudiantes: estrés, depresión, calidad del sueño.
- 15. Stueck et al. (2019). — Piloto con adultos en Indonesia: expresión de emociones/necesidades.

7. Revisiones, alcance y revisiones metodológicas

En resumen: trabajos generales, evaluaciones de calidad y revisiones exploratorias

- 8. Stueck y Tofts (2016). — Revisión de la calidad de los estudios y los resultados de la biodanza.
- 2. Ferraro et al. (2021). — Revisión narrativa sistemática sobre la biodanza (Movimiento).
- 17. Calçada y Gilham (2022). — Revisión exploratoria: formas de danza para el aprendizaje socioemocional en las escuelas.

8. Investigación cualitativa, implementación y cuestiones prácticas

En resumen: implementación, viabilidad, experiencias en entornos aplicados

- 16. Calamassi et al. (2019). — Investigación cualitativa en residencias de ancianos (aspectos prácticos de la implementación).

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

- 19. Chiesi et al. (2021). — Implementación piloto en dos residencias de ancianos (viabilidad y medición de resultados).

9. Resiliencia, trabajo conceptual y contextos especiales (deporte, guerra)

En resumen: teoría de la resiliencia, la resiliencia como predictor, biodanza en contextos de crisis

- 10. Piña López (2015). — Análisis crítico del concepto de resiliencia (teórico).
- 14. González, Castillo y Balaguer (2019). — Resiliencia y necesidades psicológicas básicas en el deporte femenino (predictores de la calidad de la experiencia).
- 21. Cohen Zilka y Tempel (2024). — Biodanza y resiliencia en tiempos de guerra (métodos mixtos).

País de origen principal (primera mención) — Frecuencia

1. Alemania: 6
2. España: 5
3. Italia: 4
4. Indonesia: 2
5. Israel: 2
6. Letonia: 1
7. México: 1
8. Canadá: 1
9. Internacional (EE. UU./Reino Unido): 1

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

Lista de publicaciones de la IBFed «Biodanza y ciencia»



Tesis doctorales y habilitaciones sobre biodanza

Tesis doctorales

D'Alencar, Bárbara Pereira — *Biodanza como proceso de renovación existencial del anciano: análisis etnográfico* (Tesis doctoral)

Año: 2005 — Institución: Universidade de São Paulo (Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, USP) — Idioma: portugués — Título: Doutorado (tesis doctoral).

Breve descripción: Tesis doctoral etnográfica que, a partir de la observación participante y entrevistas, investiga los significados y efectos subjetivos que tiene la biodanza para las personas mayores. D'Alencar muestra cómo la biodanza puede promover en las personas mayores sentimientos de autonomía, participación social, sentido y calidad de vida, y ofrece una visión cualitativa detallada de las prácticas cotidianas y corporales de los participantes. El trabajo está considerado como una de las primeras tesis doctorales científicas cualitativas sobre biodanza. El texto completo y el resumen están disponibles en el repositorio de la USP y a través de SciELO.

Supervisora: Prof.^a Maria Manuela Rino Mendes.

A. Villegas, Alejandra — *Evaluación del proceso de BIODANZA* (tesis doctoral)

Año: 2006 — Institución: Universidad de Leipzig (Facultad de Biociencias) — Idioma: alemán / — Título: tesis doctoral / doctorado.

Breve descripción: Tesis doctoral empírico-cuantitativa que realiza una evaluación del proceso de las intervenciones de BIODANZA. Villegas combina métodos de medición estandarizados (parámetros psicológicos) con observaciones del proceso para documentar los mecanismos de acción y los efectos a corto y medio plazo de la biodanza. El trabajo está considerado como una de las primeras tesis doctorales científicas y cuantitativas sobre Biodanza y ha sido citado en numerosas ocasiones en la literatura especializada y en antologías sobre la investigación de Biodanza.

Supervisor: Prof. Dr. habil. Harry Schröder

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

Trabajos de habilitación

Stück, Marcus — *Desarrollo y evaluación empírica de un concepto de gestión del estrés para la profesión docente (utilizando yoga y BIODANZA)* (tesis de habilitación)

Año: 2007 — Institución: Universidad de Leipzig — Idioma: alemán — Título: habilitación (venia legendi).

Breve descripción: Tesis de habilitación sobre el desarrollo y la evaluación empírica de un programa de intervención para la gestión del estrés destinado a docentes, que integra métodos orientados al cuerpo (yoga y elementos de biodanza). El trabajo describe la concepción, la implementación y la evaluación (mediciones previas y posteriores) del programa y se publicó como base científica importante para la transferencia de métodos orientados al cuerpo al contexto escolar, además de resumirse en un volumen de Schibri.

Supervisora: Prof. Dra. Evelyn Witruk

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

Lista de publicaciones del IBFed «Biodanza and Science»



Capítulos de libros o libros revisados por pares sobre biodanza y educación biocéntrica (biodanza con niños)

Capítulos de libros revisados

Stueck, M., & Villegas, A. (2017). Programas de BIODANZA basados en la evidencia para niños (TANZPRO-Biodanza) en escuelas y guarderías: algunos efectos sobre la psicología, la fisiología, las hormonas y el sistema inmunológico. En V. Karkou, S. Oliver, & S. Lycouris (Eds.), *The Oxford Handbook of Dance and Wellbeing* (pp. 77–98). Oxford University Press.

Breve resumen (inglés): Stueck y Villegas describen el programa TANZPRO-Biodanza, un plan de estudios de biodanza estructurado y basado en la evidencia, adaptado para guarderías y escuelas primarias, y revisan los hallazgos empíricos sobre sus posibles impactos. El capítulo resume estudios a pequeña escala, principalmente naturalistas, que informan de efectos en marcadores psicológicos (por ejemplo, afectividad, autorregulación), fisiológicos (regulación motora/conductual), endocrinos (respuestas hormonales) e inmunológicos, y sostiene que las intervenciones de Biodanza para niños pueden favorecer el desarrollo emocional y la autorregulación. Los autores se cuidan de señalar las limitaciones metodológicas (muestras pequeñas, diseños naturalistas) y piden que se realicen estudios controlados a mayor escala para confirmar los mecanismos y la magnitud de los efectos.

Libros reseñados

Stück, M., & Villegas, A. (Eds.). (2008). *Biodanza im Spiegel der Wissenschaften* (vol. 2). Strasburg: Schibri-Verlag. Breve descripción / Clasificación

La serie de *Schibri Biodanza im Spiegel der Wissenschaften* (La biodanza en el espejo de las ciencias) reúne investigaciones empíricas y contribuciones sobre el modo de acción de la biodanza (hallazgos psicológicos, fisiológicos, hormonales e inmunológicos). El volumen 1 («¿Bailar para la salud?») y el volumen 2 («El camino bailado» —Villegas—) contienen tesis doctorales, estudios de procesos y evaluaciones, así como artículos generales, y se han publicado en varios idiomas (alemán, inglés, italiano y español). Los volúmenes constituyen una recopilación fundamental de la investigación empírica sobre la biodanza.

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

Strnadová, K. (2025). *Language in Biodanza*. Universidad de Bohemia Occidental en Pilsen.

<https://doi.org/10.24132/ZCU.2025.13140>.

Breve

descripción: El libro analiza las dimensiones lingüísticas de la biodanza a lo largo de tres áreas centrales: (1) silencio o ausencia de lenguaje, (2) lenguaje hablado (por ejemplo, compartir, introducción de danzas, lenguaje poético, voz) y (3) lenguaje escrito (por ejemplo, materiales de estudio). Combina reflexiones teóricas (entre otras, neuronas espejo, protolenguaje) con ejemplos prácticos y una parte dedicada a la investigación que analiza la pregunta: *¿Cuál es el potencial del lenguaje en la biodanza?* (entre otros, capítulos sobre protolenguaje, neuronas espejo, lenguaje poético, voz, materiales de estudio).

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

Lista de publicaciones de la IBFed «Biodanza y ciencia»



Publicaciones revisadas por pares sobre el principio biocéntrico o la educación biocéntrica

Stueck, M. (2021). «The Pandemic Management Theory. COVID-19 and biocentric development»

Breve descripción: Artículo teórico que analiza el principio biocéntrico como base para prácticas relacionadas con la salud y conceptos educativos; conecta las ideas biocéntricas de Rolando Toro con perspectivas de salud pública y aborda las implicaciones para la educación y las intervenciones comunitarias.

Zilka, G. C. (2022). «Biodanza y la implementación del principio de la educación biocéntrica en los jardines de infancia». *Review of European Studies / Research in Education Studies (CCSE-Journals)*.

Breve descripción: Investigación cualitativa (revisada por pares en revistas regionales) que documenta la implementación práctica de la educación biocéntrica a través de intervenciones de biodanza en jardines de infancia y describe los efectos sobre la afectividad y el clima relacional. Útil como estudio de caso práctico.

Stueck, M., Kaloeti, D. V. S., Kankeh, H., Farrokhi, M. y Bidzan, M. (2023). *Editorial: Desarrollo biocéntrico: estudios sobre las consecuencias de la COVID-19 para el crecimiento humano y la sostenibilidad. Frontiers in Psychology, 14, 1176314. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1176314>*

(Desarrollo biocéntrico: estudios sobre las consecuencias de la COVID-19 para el crecimiento humano y la sostenibilidad). Breve descripción (en alemán): El editorial presenta el tema de investigación «Desarrollo biocéntrico: estudios sobre las consecuencias de la COVID-19 para el crecimiento humano y la sostenibilidad» y resume la motivación y la variedad temática de las contribuciones recopiladas al respecto. Incorpora el debate sobre *el desarrollo biocéntrico* en el contexto de la pandemia de COVID-19, con especial atención a las consecuencias psicológicas, los procesos de adaptación y superación, así como las posibles perspectivas para enfoques educativos y sanitarios sostenibles y centrados en la vida. Los editores del editorial son Marcus Stueck y sus colegas; el editorial sirve de marco temático para los ocho artículos del tema de investigación. ¿Por qué es importante el tema de investigación en Frontiers? Clasificación: El editorial marca y agrupa un debate creciente y revisado por pares sobre las perspectivas biocéntricas en la psicología, la educación y la investigación sanitaria, especialmente en lo que respecta a las consecuencias sociales e individuales de la pandemia. Combina consideraciones conceptuales (por ejemplo, sobre *el*

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

desarrollo biocéntrico y la teoría de la gestión de pandemias) con contribuciones empíricas que examinan aspectos como el miedo, la capacidad de afrontamiento, la resiliencia y la sostenibilidad de la comunidad.

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

Lista de publicaciones del IBFed «Biodanza y ciencia»



Tesis doctorales y habilitaciones sobre el principio biocéntrico o la educación biocéntrica

Tesis doctorales

Delshad, V. (s. f.). *Modelización de la evaluación biopsicológica de la salud del personal de emergencias prehospitales de Teherán basada en la teoría de la gestión biocéntrica de la salud* [Tesis doctoral no publicada, Universidad de Ciencias Sociales y Rehabilitación, Teherán, Irán].

Breve descripción: El proyecto de tesis de Delshad tiene como objetivo desarrollar un modelo de evaluación biopsicológica de la salud (y los riesgos) para los empleados del servicio de emergencias prehospitales de Teherán, basado en la teoría de la gestión biocéntrica de la salud. Desde el punto de vista metodológico, el trabajo combina el desarrollo de instrumentos (entre otros, la calibración/validación de un cuestionario/batería de evaluación, basado en el «Health Cube/Health Cube Battery»), encuestas descriptivas y procedimientos de ecuaciones estructurales/modelización (SEM) para representar los factores de riesgo y protección psicobiológicos de los técnicos de emergencias médicas. Las muestras y las fases del estudio incluyen revisiones sistemáticas, encuestas transversales en diferentes distritos de Teherán y el desarrollo de instrumentos de medición validados para registrar los recursos individuales, los factores de estrés, las reacciones fisiológicas y los indicadores de rendimiento biocéntricos. El trabajo se inscribe en un programa de investigación sobre la aplicación de conceptos biocéntricos en el diagnóstico y la prevención sanitaria para el personal de emergencias y sirve al mismo tiempo como base metodológica para la implementación de modelos de riesgo predictivos.

Supervisores:

Prof. Dr. **Hamidreza Khankeh,**

Prof. Dr. habil. **Mariola Bidzan**

Prof. Dr. habil. **Marcus Stueck**

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org

Müller-Haugk, S. (2024). *La relación entre las experiencias previas orientadas al movimiento y los aspectos biocéntricos de la salud durante la pandemia de COVID-19* [Tesis doctoral, Universidad de Educación Física y Deporte de Gdańsk].

Breve descripción: La tesis doctoral vincula la Teoría de la Salud Biocéntrica Relativa (RBHT) con la investigación empírica sobre la cuestión de en qué medida las experiencias previas orientadas al movimiento (por ejemplo, yoga, biodanza, otras prácticas relacionadas con el cuerpo) muestran efectos protectores o moderadores sobre los parámetros biopsicológicos de salud y afrontamiento durante la pandemia de COVID-19. El objetivo del trabajo es desarrollar un modelo integrado que relacione los factores contextuales individuales (experiencias biográficas relacionadas con el movimiento), los estilos psicológicos de afrontamiento y los resultados de salud (entre otros, ansiedad, autorregulación, indicadores subjetivos de salud), y así comprobar la aplicabilidad de los conceptos biocéntricos en la investigación y la prevención en materia de salud.

Supervisor: Prof. Dr. habil. **Marcus Stueck**

Senarath, S. (2009). *Psychological adjustment and mediator intervention for tsunami affected children in Sri Lanka* [Tesis doctoral no publicada, Universidad de Leipzig].

Breve descripción: La tesis doctoral examina la adaptación psicosocial de los niños y adolescentes afectados por el tsunami de 2004 en Sri Lanka y evalúa un programa de «intervención mediadora» (que incluye elementos como el hatha yoga y la biodanza) para apoyar la superación emocional y la reintegración social. Desde el punto de vista metodológico, el trabajo incluye encuestas longitudinales/transversales, entrevistas cualitativas, observaciones y evaluaciones de las fases de intervención; el objetivo es deducir los factores eficaces y las consecuencias a largo plazo para la educación, las secuelas del estrés y el trauma, así como recomendaciones para programas de intervención escolares y comunitarios. Según las fuentes, el trabajo se presentó en 2009 en la Universidad de Leipzig.

Supervisora: Prof. Dra. Evelin Witruk

FUENTE: Subcomisión «Biodanza e Investigación» de la IBFed. (sin fecha). *Lista de publicaciones de la IBFed sobre investigación en biodanza* [descarga gratuita]. Disponible en: www.bionet-research.com y www.biodanza.org