

INCURSIÓN DE EDUCACION BIOCENTRICA
EN EL AMBITO UNIVERSITARIO

III SEMESTRE ESCUELAS DE IDIOMAS Y DE
EDUCACIÓN FÍSICA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA Y TECNOLÓGICA
DE COLOMBIA TUNJA

2001

MARIA GELUY RUIZ DE VILLATE
GLORIA YANETH SÁNCHEZ SÁNCHEZ
NEYLA BEATRIZ MEJIA NARANJO

INTERNATIONAL BICENTRIC FOUNDATION
FUNDACIÓN ESCUELA COLOMBIANA DE BIODANZA
BOGOTA, COLOMBIA
2001

TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIAS.	
AGRADECIMIENTOS.	
PRESENTACIÓN.	
INTRODUCCION	
1. EDUCACIÓN BIOCÉNTRICA.....	
1.1. Qué es?	
1.2. Descripción de las cinco líneas de vivencia.	
1.3. Protagonistas de la Educación Biocéntrica.	
1.4. Algunos aspectos sobre la afectividad.	
2. PROPUESTA.....	
2.1. Presentación	
2.2. Desarrollo	
2.3. Resultados	
3. CONCLUSIONES	
4. RECOMENDACIONES.	
BIBLIOGRAFÍA.	
GLOSARIO.	
ANEXOS.	

PRESENTACION

Sus amigas, GELUY, NEYLA BEATRIZ Y GLORIA YANETH, gestoras de esta propuesta educativa y de desarrollo y crecimiento humano en el ámbito universitario, estamos muy contentas por esta experiencia, y ahora mucho más, cuando la compartimos con ustedes, queridos lectores.

La propuesta "INCURSIÓN DE LA EDUCACIÓN BIOCENTRICA EN EL AMBITO UNIVERSITARIO," es una propuesta pedagógica, tendiente a desenvolver los potenciales genéticos del ser humano, a través de diferentes actividades lúdicas, recreativas, artísticas....con especial aplicación de la técnica de BIODANZA (tríada, movimiento, música y emoción); esta trabaja sobre cinco líneas de vivencia del ser humano : vitalidad, placer, creatividad, afectividad y trascendencia.

Experimentamos mucha satisfacción al estar aportando constructivamente a la educación de nuestro país, pues los estudiantes universitarios de hoy, quienes han abierto su ser, su sentir y su hacer a través de esta propuesta, son los profesionales del mañana y, es en sus manos en donde está la formación de nuestra futura niñez escolar. Sin duda, esto es un proceso... de tiempo, coraje, preparación, decisiones, reaprendizaje, y ante todo de unidad de esfuerzos y voluntades.

Este compartir, más que una profundización científica, es una motivación a rescatar la sacralidad de la vida, la alegría, el afecto y la creatividad en el ámbito escolar.

La impresión del escrito se ha organizado de acuerdo al orden cronológico de los hechos.

Procuramos describir, muy respetuosamente, el caminar nuestro acompañando a dos grupos de estudiantes de la U.P.T.C. del tercer semestre de las Escuelas de licenciaturas de Idiomas Extranjeros y de Educación Física, respectivamente, por quienes sentimos un profundo afecto y gratitud; pues, sin su singular presencia como seres humanos abiertos al cambio, hubiera sido imposible la culminación parcial de este espacio pedagógico y además, con tan valiosos resultados. **Esto debe continuar...!**

A ustedes, amigos **estudiantes** y queridos lectores, maestros(as), ejecutivos(as), niños, adolescentes, empresarios, hombres y mujeres de nuestra querida Colombia y del mundo... gracias por permitirnos entrar en sus vidas y escucharnos con la inteligencia del corazón la invitación a..."comenzar a vivir, para ser libremente felices".

Un abrazo, GELUY, NEYLA BEATRIZ Y GLORIA YANETH.

INTRODUCCIÓN

Cuando nos dispusimos a realizar la investigación que fuera aceptada como trabajo de grado para nuestra titulación y luego de un encuentro con el compendio de la experiencia de muchos pedagogos y la formación en el Sistema BIODANZA, descubrimos la EDUCACIÓN BIOCENTRICA, entonces vimos la oportunidad de desarrollar el potencial humano desde un nuevo paradigma de las Ciencias Humanas: EL PRINCIPIO BIOCENTRICO, fue comprobar que en cada ser humano hay un verdadero fundamento pedagógico y epistemológico de conexión con la vida para afrontar con ética y estética el camino del pre y aprendizaje, y así, poder acompañar la construcción holística y cósmica, de la realidad que como educadoras nos corresponde vivir.

Teniendo en cuenta que biológicamente la vida se da por la interacción celular, gracias a la posibilidad que tienen las células para dar y recibir partículas que se transforman en energía, se observa, que en los procesos pedagógicos, también se prepara una

estructura formada por la unión de células cuyas funciones se desarrollan equitativamente en diferentes procesos que van involucrados en cualquier acto megadimensional y multidisciplinario del aprendizaje, es cuando decidimos adentrarnos más y más en la vivencia, a descubrir la INTELIGENCIA AFECTIVA, como fuente común de todas las formas de inteligencia, motora, espacial, semántica, mecánica y social entre otras; a sentir la emoción y la percepción organizada por la afectividad para metabolizar la capacidad de establecer conexiones con la vida y relacionar la identidad personal con la identidad del universo.

Por consiguiente, siendo la inteligencia afectiva una capacidad potencial de todos los miembros de la humanidad, que tienen el derecho y el deber de aprovechar los recursos que les permitan deflagrar esta dimensión en el crecimiento de su misión corporal, mental, espiritual, ética y estética ofrecemos la Propuesta de la EDUCACIÓN BIOCÉNTRICA en el ámbito universitario con aplicación especial del sistema Biodanza como ciencia basada en la vida para abordar cualquier proceso de aprendizaje, desbloqueando el cuerpo y permitiendo que se disparen todas las sensaciones: de rebeldía, de rechazo y dolor, de lectura de la sabiduría corporal, de

la autopoyesis, de la vivencia remota a esa inmovilidad que producen muchas reglas mal aprendidas, para así gritarle al mundo: EVOLUCIONE, es necesario acabar con la disociación afectiva que enluta la sociedad.

¿Por qué hay camas tan rígidas en los hospitales?, ¿Por qué hay seres humanos que quieren volverlo todo cemento?. Por qué los niños se aburren en las escuelas?. Por qué las enfermedades de civilización?. Ahora entendemos!, porque la falta de movimiento duele más que el mismo dolor.

Continuando en la vivencia, mostramos cómo con la metodología de la Educación Biocéntrica, la afectividad, rompe todo un esquema del mundo racional, social, educacional y político, para aproximar la percepción a un sentido realista, que conecte y de vida al significado esencial de los hechos e impregne la percepción de belleza, imaginación y comprensión, para que los paradigmas que queremos construir, sean respuestas tiernas, acariciadoras, el llanto alegría, la risa, disparador de la genética sabia, el contacto, la dulce herramienta que ate y desate las posiciones generatrices, que

con música y danza, se conecten las emociones de la sacralidad de la vida, del pleno amor, de Dios puesto en el corazón del universo.

Por eso, nuestra experiencia en el ámbito universitario nos permitió identificar subjetivamente como: ternura, amistad, altruismo, amor universal y afinidad por la vida, son una disposición abierta, una inclinación permanente de cuidado y empatía con las personas y con todo aquello que está vivo, pues la identidad se manifiesta y evoluciona sólo en interacción con "El otro"

En esta experiencia pedagógica se funden cual pororoca la presencia de estudiantes y facilitadores, buscando el bienestar que llena sus cuerpos en sublime armonía, en la emoción de ofrecer a Colombia, un grupo que celebra su calor, su expresión, su bondad, su rabia, su ironía, sus miedos, sus aciertos y desaciertos, amores y desamores, su determinación, su iluminación para ayudarla a salir del caos, de la entropía absurda de la muerte y entrar en una pedagogía neguentrópica que nos lleve al amor.

1. EDUCACIÓN BIOCÉNTRICA

1.1. ¿Qué es?

Es una pedagogía comprometida con la evolución y conexión de la vida que prepara al educando para vivir y convivir con los cambios de un mundo en transformación, cultivando sus núcleos afectivos. Parte de un nuevo paradigma de las ciencias humanas que es el Principio Biocéntrico.

Utiliza como mediación el SISTEMA BIODANZA, a través del cual el individuo expresa sus potenciales genéticos de: Vitalidad, Sexualidad, Creatividad, Afectividad y Trascendencia. Este sistema utiliza la integración de la música-movimiento-vivencia como estructura metodológica, orientado para la sobrevivencia y el restablecimiento de las funciones originarias de la vida, cultivar las funciones que regulan el sistema viviente humano y permitir su evolución desde:

- ☆ El respeto al ritmo de cada persona.
- ☆ Su identificación con la cultura holística.
- ☆ Proponer que las personas sean educadas para la plenitud.
- ☆ Ver a la persona como un todo ocupándose de la salud, del cuerpo,
del equilibrio emocional, racional, despertando y manteniendo los valores humanos.
- ☆ Orientar para el contexto exterior e interior de la sociedad.

- ★ Permitir el desarrollo de la imagen del hombre relacional, el hombre ecológico y el hombre cósmico.



1.2. Descripción de las cinco líneas de vivencia como expresión de los potenciales genéticos en los seres humanos.

Según Rolando Toro, creador del sistema Biodanza, describe los potenciales genéticos en cinco líneas de desarrollo embriológicos o líneas de vivencia que se mueven en procesos evolutivos, las cuales se orientan por niveles de cambio.

1.2.1. VITALIDAD

- ✚ Palabra generadora: movimiento
- ✚ Instinto: sobrevivencia biológica
- ✚ Función: mantener el equilibrio (homeostasis)
- ✚ Objetivo: despertar o desenvolver la alegría y el ímpetu vital
- ✚ Primer nivel de cambio: aumento de energía vital, integración motora
- ✚ Segundo nivel de cambio: aumento de la autoestima, superación de disturbios psicosomáticos.
- ✚ Tercer nivel de cambio: selectividad y renovación

1.2.2. SEXUALIDAD

- ✚ Palabra generadora: caricia
- ✚ Instinto: sexual
- ✚ Función: perpetuación de la especie, despertar el deseo, búsqueda del placer y del orgasmo.
- ✚ Objetivo: Despertar el deseo, estimular el contacto y la caricia.
- ✚ Primer nivel de cambio: Despertar la fuente de deseo, liberación de la sensualidad, erotismo
- ✚ Segundo nivel de cambio: Orgasmo
- ✚ Tercer nivel de cambio: Eros indiferenciado, identidad sexual, éxtasis erótico.

1.2.3. CREATIVIDAD

- ✚ Palabra generadora: Libertad
- ✚ Instinto: Exploratorio, impulso para innovar.

- ✚ Función: Adaptación e integración
- ✚ Objetivo: Despertar y desarrollar la expresividad.
- ✚ Primer nivel de cambio: Expresión de las emociones, voz, canto, escritura, diseño, movimiento, pintura, etc.
- ✚ Segundo nivel de cambio: Integración Ying-Yang; reorganización del estilo de vida.
- ✚ Tercer nivel de cambio: Creación artística, renovación existencial.

1.2.4. AFECTIVIDAD

- ✚ Palabra generadora: Seguridad y nutrición.
- ✚ Instinto: Gregario.
- ✚ Función: Cooperación, integración.
- ✚ Objetivo: Despertar y desenvolver la ternura y la solidaridad.
- ✚ Primer nivel de cambio: Aumento de la comunicación, rituales de vínculo y eliminación de las relaciones tóxicas.
- ✚ Segundo nivel de cambio: Solidaridad, capacidad de dar y recibir acogida.
- ✚ Tercer nivel de cambio: En acción social; Eros indiferenciado.

1.2.5. TRASCENDENCIA

- ✚ Palabra generadora: Armonía
- ✚ Instinto: Fusión, disolución.
- ✚ Función: Búsqueda de armonía, culmina en la experiencia

mística.

- ✚ Objetivo: Despertar y desenvolver intimidad consigo mismo y con la totalidad.
- ✚ Primer nivel de cambio: Ampliación de los cinco sentidos; vínculo con la naturaleza.
- ✚ Segundo nivel de cambio: Visión sistémica, capacidad de regresión.
- ✚ Tercer nivel de cambio: Experiencia suprema; íntasis-éxtasis

Con el trabajo dirigido a explorar estas cinco líneas de vivencia, el ser humano, integra su vida en las dimensiones física, emocional, cognitiva y espiritual a la vez que este encuentra fácil adaptación con sí mismo, con los otros y con el universo.

1.3. Protagonistas de la Educación Biocéntrica

1.3.1. El Profesor.

Su papel es entendido como el de un facilitador que comprende la vida humana, las organizaciones sociales y el mundo en general como organismos vivos en permanente cambio.

Es un ser humano creador, mutable con espíritu de autoconfianza, con identidad y autonomía. En este sentido el facilitador favorece el proceso multidimensional, como afirma Ruth Cavalcante: "La persona debe ser capaz de moverse por cuenta propia, de percibirse a sí mismo, en una realidad, siendo él mismo, una

referencia de su propia percepción, de su relación y de su acción".(2)

El trabajo docente en la perspectiva del facilitador, debe ser una persona con una relación interior de satisfacción en la vivencia de la actividad, que siente placer en lo que realiza, al mostrar que ama su trabajo y encuentra satisfacción y realización personal con el mismo.

1.3.2. El Estudiante

El estudiante debe estar abierto para el proceso de aprendizaje; es el participante de un grupo de crecimiento, asume una significación propia, una participación autónoma. Esa autonomía inicial debe desenvolverse en el sentido de la participación de cada individuo en su propio proceso de evolución, lo que implica situarse en sí mismo, en el mundo humano y en el universo cósmico como sujeto en integración.

El estudiante se adentrará en el despertar de un desenvolvimiento integral en varias dimensiones de la actividad humana: Cognitiva, emocional, física, espiritual, ética estética y afectiva.

Se busca facilitar un crecimiento de las habilidades de expresión del hombre, a través del arte, canto, danza orgánica, danzas folclóricas, múltiples formas de comunicación habladas, escritas y simbólicas en general. En este sentido actividades como pintura, teatro, poesía son imprescindibles en un buen trabajo de Educación Biocéntrica.

La Educación Biocéntrica en la escuela regular, permite la transposición del foco de la pedagogía del esfuerzo por la pedagogía del placer y el enfoque transdisciplinario se centra en la valoración universal de la vida.

1.3.3. La Escuela

La Escuela que promueve la Educación Biocéntrica, rescata:

- Profesores revigorizados y fortalecidos que juegan alegremente provocando en sus estudiantes actividades con preguntas inteligentes que los hacen pensar.
- Estudiantes llenos de vida y animación que participan activamente en todas las actividades que son propuestas por los profesores, después de una discusión general sobre lo que les gustaría conocer, hacer, ser, aprender, en fin: vivir.
- Directores y coordinadores escogidos por sus propios compañeros y estudiantes, porque educan con su ejemplo y apoyan con trabajos integrados a los estudiantes.
- Funcionarios integrados coherentes y participantes del proyecto de la escuela, que se desenvuelvan con disposición y alegría, aulas organizadas con espacios para la música, la literatura, la danza, dándole la oportunidad a los estudiantes de aprender jugando.
- Libros didácticos contruidos por los profesores y los estudiantes a través de investigaciones en varias revistas,

periódicos, conversaciones con las personas de la comunidad. Después son impresos y valorizados como su obra.

- Armarios en cada aula para material didáctico, que todos utilicen a voluntad, usados con respeto y sin desperdicio: pegantes, papel, cartulina, pinceles, etc..
- Cuentos con la opción de dramatizar y hacer producciones escritas.
- Aulas de Educación Física como una extensión de las demás aulas siempre con conexión de la temática que los estudiantes están desarrollando en el colegio y que entonces va a ser vivenciada a través del cuerpo como otra forma de abordar el contenido.
- Paredes de la escuela cubiertas con producciones de los profesores, estudiantes y funcionarios: recortes, collage, fotografías, poesías, crónicas y frases para la reflexión
- Búsqueda de despertar las habilidades creativas individuales y colectivas

Una tarea que está por iniciarse en el ámbito educativo es la de conocer, aplicar y multiplicar esta propuesta pedagógica que permita la expresión de los potenciales humanos de vitalidad, placer, creatividad, amor, trascendencia..., los potenciales de la grandeza del hombre.

Aunque todos estos potenciales merecen suprema importancia, nos parece de atención especial iniciar por el rescate de la afectividad, y de los encuentros que acaricien las almas inocentes de los

infantes que hasta ahora han perdido la alegría escolar. De ahí, que a continuación se exponen algunos aspectos sobre afectividad.

1.4. Algunos aspectos sobre la Afectividad.

Afectividad es un estado de afinidad profunda hacia los seres, capaz de originar sentimientos de amor, amistad, altruismo, maternidad, paternidad, compañerismo. Sin embargo, sentimientos opuestos como la ira, los celos, la inseguridad, la envidia, pueden considerarse componentes del complejo fenómeno de la afectividad.

A través de la afectividad nos identificamos con otras personas, somos capaces de comprenderlas, amarlas y protegerlas, pero también de rechazarlas y agredirlas.

Según Ortega y Gasset, la afectividad abarca cualquiera de las pasiones del ánimo, en especial el amor, el cariño y el odio.

La afectividad puede tener la dimensión del **"amor diferenciado"**, dirigido a una sola persona, y la del **"amor indiferenciado"**, dirigido a la humanidad.

A diferencia de las vivencias (que son estados pasajeros "aquí y ahora"), la afectividad es compleja, con duración en el tiempo (recuerdos), participación de la conciencia y representación simbólica.

La línea de Afectividad tiene en Biodanza su expresión privilegiada en el amor. Las formas patológicas de la afectividad

se expresan en la destructividad, la discriminación social, el racismo, la injusticia y los impulsos autodestructivos.

La afectividad es expresión de IDENTIDAD. Esta afirmación es la base teórica de nuestra concepción de afectividad. Las personas que tienen una identidad débil, son incapaces de amar; tienen miedo a la diversidad, sus vínculos con las otras personas son defensivos.

Una forma poco conocida de la afectividad es el "relativismo ético". El "relativismo ético" consiste en justificar acciones infames con razonamientos inteligentes. Esta actitud es típica de los gobiernos totalitarios y de las personas individualistas.

La afectividad es un estado evolutivo superior que no va necesariamente unido a la sensibilidad ni a la inteligencia.

El sentimiento de amor a la humanidad, expresado en acciones, está ligado al proceso evolutivo de la especie. Personas inteligentes y sensibles, pero sin capacidad de amar son capaces de inconcebibles niveles de violencia.

"Cuando amamos, nos asciende a los brazos
sabia inmemorial y remota...esto que nosotros
amamos no es solo uno, un ser que ha de venir,
sino la innumerable fermentación; no una criatura
individual, sino todos los antepasados que, como
ruinas de montañas, reposan en el suelo profundo
de nuestra existencia"

Rainer María Rilke

1.4.1 Fenomenología de la afectividad.

El proceso que conduce a los sentimientos tiene una complejidad creciente. Los instintos están inmediatamente vinculados a la vivencia, y las vivencias a la emoción. Las emociones son momentáneas, responden a circunstancias especiales e impulsan a la acción. Los sentimientos, en cambio, poseen duración en el tiempo, elementos de conciencia y componentes simbólicos.

Las emociones son componentes cualitativos de la afectividad. Si bien es cierto que existen patrones básicos de respuestas emocionales, tales como los de la alegría, la tristeza y el miedo, éstas se dan casi siempre combinadas y alcanzan una gran complejidad.

La literatura, la pintura, la música, la poesía, la escultura, son capaces de suscitar emociones sumamente complejas y sutiles, de una gran intensidad. La lista de autores y obras, es interminable, pero sin duda la descripción y el testimonio de las pasiones humanas, de las emociones y sentimientos, ha sido realizada por los genios de la literatura y no por otros profesionales, quienes por lo general, tienen una visión reductiva, simplista y superficial del mundo de la afectividad. Existen enormes vacíos acerca de la plenitud, fraternidad, deseo sexual, éxtasis, intimidad, asombro y, por supuesto estéticas y mística

La siguiente es una creación de uno de los estudiantes que participaron en el desarrollo de esta propuesta:

SUEÑOS

Sueño en un país de paz.
Sueño con el vuelo libre
De un soñador.
Sueño con el llanto alegre
De los niños.
Sueño con la libertad
Que brinda Dios.
Sueño con mis propios
Sueños.

Jhon Fredy Castrillon.
Estudiante UPTC

1.4.2 Aspectos biológicos de la afectividad.

La génesis biológica de la línea afectiva se relaciona con el instinto de solidaridad de nuestra especie, impulsos gregarios, tendencias altruistas y rituales de vínculo. En etología se describen abundantemente el instinto de manada, la formación de cardúmenes de peces y bandadas de aves. El hombre es el único animal capaz de organizarse para destruir encarnizadamente a su propia especie.

La biología celular revela también la existencia de verdaderas comunidades celulares que integran acciones bioquímicas de "cooperación celular". Cuando los organismos vivos lo requieren, las

células son capaces de alterar su comportamiento bioquímico en beneficio de la comunidad celular. Principios de afinidad y rechazo se integran en beneficio de la unidad Biológica.

Uexkul, propuso que los individuos son los órganos de un organismo mayor que es la especie. Así, un individuo dissociado de la especie representa una enfermedad dentro del todo.

Los impulsos biológicos de cooperación, integración y solidaridad, culminan, en el hombre, con sentimientos altruistas que constituyen la génesis del amor.

La afectividad tienen una compleja representación neurológica córtico-diencefálica.

1.4.3. Componentes estructurales de la afectividad.

La identidad, el nivel de conciencia, el nivel de comunicación y ecofactores y antecedentes biográficos, son determinados como componentes de la afectividad.

Los individuos cuya **identidad** está alterada, no consiguen "identificarse" con otro, y su comportamiento es defensivo, intolerante o destructivo.

La **percepción de lo esencial** y el **nivel de expansión de la conciencia**, vinculan al individuo, en forma orgánica, al universo y a los otros seres humanos. Las personas cuyo nivel de conciencia es bajo no poseen visión de totalidad y viven girando en torno a conflictos miserables.

En la **comunicación** esencial de que habla Jaspers fluye la complicidad absoluta de vivir el instante juntos. La posibilidad de convivir, la comunicación de convivencia. Es ese nivel de comunicación sutil acompañada de un tono de sinceridad, un lenguaje de comprensión íntima, de tácito acuerdo y que habla más bien al alma que al intelecto. En ese nivel las personas se sienten vivas.

La comunicación entre las personas posee un componente telepático, una resonancia mórfica en los centros nerviosos que elaboran el significado de gestos y palabras.

Además la comunicación tiene matices expresivos que revelan el nivel de receptividad y afectividad global y cuyas formas pueden ser gestuales o verbales.

La desorganización del lenguaje es un síntoma de las psicosis. Esta desorganización se caracteriza, por la fuga de ideas, la disgregación del pensamiento, la ruptura del sentido de la oración y desintegración de frases y palabras. Formas menos graves son la ironía cruel y la coprolalia o tendencia a la obscenidad del lenguaje.

Algunos individuos se aproximan con una expresión feliz o reservada que abarca la totalidad de la actitud comunicante; intercambian máscaras y simulaciones o se crean vínculos a través de la mirada. Puede ser una tensión en el rostro o una expresión olfatoria o bien una mortal indiferencia, o una expresión desértica, evasiva, que pareciera buscar otra cosa en el aire. Algo que dice: "yo ya no estoy aquí".

En ocasiones se dan comunicaciones descalificadoras, vicio que generalmente es inconsciente. A veces se enmascara como crítica constructiva, otras veces se acompaña con una gentil calificación, ejemplo: tu eres un diamante en bruto, sin lapidar.

Con respecto a la posibilidad de que existan **componentes genéticos** en la afectividad, está en discusión. Adrian, Paul Weiss, Kenneth Roeder y Erich von Holst, estudiando el comportamiento espontáneo en hombres y animales, han revelado que el sistema nervioso no necesita, para responder, esperar de estímulos externos. El sistema nervioso puede producir por sí mismo los estímulos, a partir de reacciones fisiológicas. El nivel de afectividad de las personas parece estar determinado en parte, por las funciones endocrinas.

Las experiencias infantiles constituyen, por otra parte, determinantes de las tendencias afectivas adultas de amor y odio.

Finalmente el **contexto social (ecofactores)** puede desencadenar respuestas agresivas en las masas humanas, como si la agresividad latente surgiera cuando el medio ambiente facilita tales respuestas.

La afectividad, por lo tanto, está determinada por factores genéticos, fisiológicos, culturales y ambientales.

Solamente un estado de expansión de la conciencia puede regular las relaciones humanas, y trascender la malignidad que adquiere formas monstruosas en el inconsciente colectivo.

1.4.4. La afectividad es la inteligencia biocósmica.

La afectividad determina la evolución completa del ser humano, desde la etapa intrauterina hasta la madurez.

La inteligencia tiene su base estructural en la afectividad. Todo proceso de adaptación inteligente al medio ambiente y la construcción del mundo se organiza en torno a las experiencias primales de la relación afectiva..

La capacidad de aprendizaje , la memoria y la percepción están fuertemente condicionadas por la afectividad.

Las motivaciones existenciales que en el fondo diseñan nuestra trayectoria por la vida, son de naturaleza emocional.

La estructura selectiva, las preferencias y el juicio estético, están directamente influidas por la afectividad.

La conciencia ética no es una manifestación intelectual o de las funciones lógicas; la afectividad es la inteligencia biocósmica. La conciencia ética tiene sus raíces en la forma de estructurar emocionalmente el mundo y la relación con otros seres humanos. El aprendizaje del lenguaje, de la literatura, de la poesía, del arte en general, posee una génesis afectiva.

Nosotras, las autoras de este trabajo, estamos muy de acuerdo con Rolando Toro, en que **el estudio de la estructura afectiva constituye, la más urgente y necesaria investigación actual, en nuestra sociedad cuya patología afectiva es ostensiva.** Y lo peor aún es que nuestra educación no se escapa de dicha patología.

El genio de la especie no es la inteligencia sino la afectividad orientada hacia la tolerancia, la compasión, la amistad y el amor.

Desenvolver la afectividad mediante Biodanza es trabajar con la música y la danza en la raíz nutricia de la vida.

Por otra parte, en el lenguaje de ROLANDO TORO, la Biodanza es una poética del encuentro humano; una ceremonia de encantamiento. En el abrazo, la energía afectiva que cada uno aporta se multiplica en forma exponencial y cambia la cualidad y la intensidad de la energía inicial.

El encuentro afectivo tiene efectos cuánticos de curación, al movilizar los centros límbico-hipotálamicos que regulan los órganos.

El encuentro afectivo estimula la producción de neuropéptidos y eleva la eficacia del sistema inmunológico.

El encuentro humano es un acto de sensibilización de las funciones expresivas y de comunicación, que pone en acción los circuitos de vínculo en feed-back.

Debemos comprender que el encuentro humano perfecto es una ceremonia sagrada de expansión de conciencia.

Sin embargo, es preciso comprender que la verdadera evolución humana consiste en alcanzar la conciencia ética, es decir, la santidad de la relación interhumana, la compasión y la ternura.

La ética surge cuando la conciencia y la afectividad se integran. La conciencia ética surge del sentimiento de "amor infinito"; la violencia contra las personas, el racismo, la guerra, la falta de escrúpulos, la indiferencia, la injusticia, el abandono, la antipatía, el rechazo, la humillación...son actos, antivida, antiéticos, antiestéticos y por tanto, antipedagógicos.

Esta sustentación es razón fuertemente poderosa para que la EDUCACIÓN BIOCENTRICA ocupe todos los espacios y niveles educativos de nuestra querida Colombia y del mundo, no solo en la Educación Básica primaria, sino hasta la Educación superior Universitaria, pues allí se están formando los pedagogos del mañana.

2. PROPUESTA

Incursión de Educación Biocéntrica en el
Ámbito Universitario

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA Y TECNOLÓGICA DE COLOMBIA
AÑO 2001



2.1. Presentación de la propuesta.

2.1.1. JUSTIFICACIÓN

La implementación de la Educación BIOCENTRICA en el ámbito universitario, surge de la necesidad de replantear una educación que conduzca más a la sabiduría que al mero conocimiento; es decir una educación que busque utilizar el conocimiento con MAYOR SUFICIENCIA, de modo que el estudiante cualifique su quehacer pedagógico y cotidiano desde la visión humana y científica del ser; esto implica que el CAMBIO, comienza de dentro hacia fuera, del hombre hacia la sociedad; de un hombre que mire la realidad en muchas direcciones, la analice y la organice sin descuidar las pequeñeces y a la vez sin dejar de volar y de fluir, sin miedo a la complejidad y sin congelarse en un paradigma o método.

A partir de este espacio pedagógico se pretende iniciar la formación de profesionales humanamente cualificados, capaces de conocer y reconstruir las condiciones de vida de sí mismo y de su contexto socio cultural.

Se pretende motivar la reflexión de sí mismo en pro de potencializar su código genético a través de las líneas de vivencia: vitalidad, sexualidad, creatividad, afectividad y trascendencia, tendiendo a lograr su plenitud como ser humano responsable del equilibrio sostenible y sustentable del universo.

2.1.2. OBJETIVO

Propiciar con los estudiantes una pedagogía del encuentro en aras de fortalecer la integralidad y la cualificación del ser humano al rescatar la sacralidad de la vida, mediante la EDUCACIÓN BIOCENTRICA.

2.1.3. UNIDADES TEMÁTICAS

- ↳ Construcción del conocimiento orientado por el principio Biocéntrico
- ↳ Cualificación integral del Ser Humano: Líneas de vivencia, protovivencias, ecofactores positivos y negativos, inconsciente vital y colectivo, autoestima.
- ↳ Impacto de procesos afectivos: Vivencia, fisiología de las emociones, contacto y caricia, comunicación, afectividad y sexualidad.
- ↳ Propuesta terapéutica a través de expresiones artísticas: El arte conectado con la ciencia: pintura, cuento, poesía, arcilla y modelado, canto, teatro; cuerpo, danza y emoción; una percepción ampliada de la ecología.

2.1.4. PROPOSITOS

φ Aprovechando los conocimientos que ofrecen las demás áreas del conocimiento así como los recursos de biblioteca, multimedia e Internet el participante, estará muy cerca de querer ver, oler, palpar, gustar, saborear, atender y comprender las maravillas que el mundo viviente nos enseña.

φ El participante abrirá su mente, expandirá su conciencia, atravesará las barreras de la tecnología, dejará que la imaginación, la creatividad, la sencillez, la solidaridad, la humildad, el afecto, el amor, fluyan descubriendo el ser maravilloso que el creador ha puesto en la naturaleza.

“Entender la naturaleza para realizarse en ella”.

2.1.5. METODOLOGÍA

La Educación Biocéntrica es una propuesta pedagógica basada en el movimiento, la danza, el canto, la música y en dinámicas individuales y grupales, utilizando la expresión corporal en procesos de enseñanza como:

- ↳ La construcción del conocimiento mediada por el diálogo al servicio de la vida.
- ↳ Aprendizaje autodescubierto.
- ↳ Vivencias integradoras, facilitadas por la triada música-movimiento y emoción (Biodanza)
- ↳ Expresión de los potenciales creativos en la relación dinámica entre el arte y la ciencia
- ↳ Vinculación con el medio ambiente
- ↳ Interrelación vivencia y reflexión
- ↳ Adoptar el principio de la progresividad.

2.1.6. RELACIONAMIENTO PROFESOR- ESTUDIANTE

- ↳ Interacción orientada por la conciencia ética
- ↳ Relación horizontal, circular y transdimensional
- ↳ El educador como mediador en la construcción del conocimiento y el educando como sujeto del aprendizaje.
- ↳ Relación dialógica y amorosa
- ↳ Cooperación afectiva y aprendizaje mutuo
- ↳ Relación empática y cultivo de vínculos

2.1.7. POSTULADOS DEL APRENDIZAJE

- ↳ Acción pedagógica basada en el principio Biocéntrico
- ↳ Expresión de la identidad (revelación del ser: diferenciación e integración)
- ↳ El vínculo como dimensión impulsadora de las estructuras cognitivas para un aprendizaje auto-descubierto
- ↳ La multidimensionalidad como proceso de construcción del conocimiento en las dimensiones físicas, biológicas, mentales, espirituales, éticas, estéticas y socioculturales.
- ↳ El cuerpo en movimiento, ritmo, melodía y armonía.
- ↳ Tiene por base los canales de la expresión de los potenciales genéticos (líneas de vivencia: vitalidad, afectividad, sexualidad, creatividad y trascendencia)
- ↳ Una percepción de la realidad objetiva, orientada por la relatividad y la complejidad
- ↳ El principio neguentrópico de amor e iluminación, autorregulación, autonomía y autoevolución.

2.1.8. RECURSOS

Humanos: Los estudiantes, el personal docente y administrativo de la UPTC o personas de la comunidad que reciban servicios de la misma. Facilitadoras del proceso, experticias en educación en el Departamento de Boyacá.

Físicos: Salón amplio y ventilado, preferiblemente con tapete, Sitios al aire libre con cierta privacidad, Grabadora con CD. Pilas (opcional), TV, VHS, retroproyector, Instrumentos musicales:

tambores, dulzainas, maracas, flautas..., Papel tamaño oficio y lápiz para cada participante, Bombas de colores, marcadores; fichas, pinturas, arcilla, cartulinas....

Nota: Los materiales serán acordados según número de participantes y tema asignado.

2.1.9. BENEFICIOS

Esta propuesta teórico-vivencial para el desarrollo humano y aumento de su calidad de vida, así como el de la institución, ofrece resultados inmediatos y adecuados en:

- ☞ Reaprendizaje de valores para la convivencia y el trabajo en equipo
- ☞ Disminución del estrés individual y grupal
- ☞ Comunicación eficiente, clara y asertiva
- ☞ Actitud responsable y positiva frente a su propia vida
- ☞ Alta motivación hacia el cambio
- ☞ Aumento de la creatividad
- ☞ Desarrollo del hemisferio cerebral derecho
- ☞ Construcción de estilos de vida saludable con base en el Amor en las diferentes relaciones interpersonales, en armonía con el universo
- ☞ Descubrimiento y desarrollo de los potenciales del ser humano

- ↳ Innovación de estrategias y espacios pedagógicos
- ↳ Empoderamiento de los pilares de la educación para este milenio: Aprender a conocer, a hacer, a vivir juntos y a ser.

2.1.10. CALENDARIO

Se ofrece la cátedra semestral, durante cuatro horas a la semana, en horario mínimo de dos horas continuas, o preferiblemente en bloque de cuatro .

2.1.11. EVALUACIÓN

La evaluación debe entenderse como un proceso, en donde cada paso hacia la construcción del conocimiento, es importante para el descubrimiento y el desarrollo de los potenciales del ser humano; no solo para mirar las fortalezas sino también las debilidades y aprender de ellas. Es necesario que se haga la distinción con la calificación, que en última instancia es el resultado cuantitativo de la evaluación. La lección que debemos aprender de los casos más exitosos es que el cambio está constituido por una serie de fases que, en total requieren usualmente una cantidad de tiempo considerable para realizar heteroevaluaciones, coevaluaciones y autoevaluaciones en pro del mejoramiento de nosotros mismos como personas y del logro de los objetivos propuestos.

Puesto en común el programa a desarrollar se abren campos de negociación con los estudiantes para acordar compromisos.

2.2 DESARROLLO DE LA PROPUESTA.

A partir del postgrado en Educación Sexual, llegó a nuestras vidas una propuesta que reafirmó el hallazgo de herramientas facilitadoras del hacer, el saber y el ser como seres humanos y educadoras comprometidas desde el corazón con una profesión de grandes dimensiones, aunque, con muchos vicios y dificultades que describen el reflejo de la situación de una sociedad sumida en una profunda crisis, con la esperanza de encontrar el minotauro de la alegría, la ternura, la conciencia ética, el mensaje de la vida y la conexión con el hombre ecológico, cósmico y holístico.

Es así, como en junio del 96 llega a Tunja, capital del Departamento de Boyacá, un taller cuyo nombre dejaba entrever lo conocido: la danza; y lo desconocido "Biodanza". Durante todo el taller fuimos descubriendo mucha riqueza en nuestro interior y las posibilidades de ofrecerla a los demás. Fue sentir que las máscaras caracteriológicas desarrolladas durante nuestra vida y que nos restan posibilidades de satisfacción y seguridad en sí mismas, podían ser renovadas por otras de alegría, dulzura, confianza, en fin, era encontrar cómo conectarnos desde la emoción para hacer un acompañamiento pedagógico al cuerpo y abrir el camino hacia la sacralidad de la vida.

Nos enamoramos de esta propuesta de amor e iniciamos un acercamiento con la MAESTRA Myriam Sofía López, quien

mostraba desde su vivencia orientadora , la esencia de un sendero inexplorado de transformación cósmica y ontológica.

Le solicitamos A Myriam Sofía creara la Escuela Colombiana de formación de facilitadores de Biodanza. Sueño que empezó a ser realidad en Julio de 1997 y en el que aun hoy continuamos; este nos permitió hacer un recorrido biodanzante por todas las fronteras de nuestra vida: internas, externas, espirituales, corporales, trascendentes e inmanentes; y, poseídas por el ímpetu de la danza y de la música, descubrimos la expresión: de la alegría de vivir, de nuestros movimientos entrañablemente biológicos, de la capacidad de dar y recibir y de la fortaleza para continuar la evolución de nuestra profesión, para aportarle a nuestra sociedad, a Colombia y por que no al mundo, un alimento integrador con una nueva dimensión de libertad, de expresión afectiva y de humanización en los espacios pedagógicos y formadores de nuestros futuros profesionales, quienes antes que esto, son seres humanos.

En enero del año 2001, buscando el tema para realizar la tesis de nuestra titulación, la Universidad de carácter oficial "Pedagógica y Tecnológica de Colombia", recibió propuestas innovadoras de cátedra libre, de tal manera que presentamos la de Educación Biocéntrica, avalada por nuestra Maestra Didacta y aceptada para desarrollarse en el primer semestre con un grupo de 61 estudiantes de III semestre de Licenciaturas en Educación; de los cuales, 25 de Idiomas Extranjeros y 36 de Educación Física. Estudiantes con edades que oscilan entre los 18 y 29 años, oriundos de diferentes poblaciones de Boyacá y otros departamentos; con estados civiles, condiciones socioeconómicas religiosas y políticas variadas.

Seres humanos que merecen acompañamiento profesional y oportuno, dadas algunas condiciones en sus comportamientos, tales como: ideas de suicidio, carencia afectiva, iras profundas y reprimidas, angustia, miedos, dificultades de comunicación, rechazo a su propio cuerpo, irritabilidad, sentimientos de culpabilidad, sentimiento de rechazo a las figuras paternas, stress, gastritis, diarrea nerviosa, insomnio, tics, pensamiento disperso, alcoholismo, dependencia, dolores de espalda, calambres, hipoglicemia, y dolores de cabeza.

Es preciso anotar que esta información es parte del diagnóstico resultante de la ficha psicosomática (Anexo 1), aplicada al iniciar el proceso y confirmada a través de los diálogos individuales y la observación.

El proceso teórico-vivencial se desarrolló en atención a la progresividad, a las características de los integrantes de cada grupo, a la disponibilidad en horario, instalaciones y pénsum académico de la Universidad sin apartarnos del eje vertebral de la Educación Biocéntrica

Durante cuatro horas semanales con cada grupo de participantes, nos encontramos en diferentes espacios físicos según la unidad temática a desarrollar, en forma teórica y vivencial con talleres que apuntan a los fines de la educación Biocéntrica como son: cultivo de la afectividad, expresión de la identidad, reconocimiento, valoración y aceptación del cuerpo como fuente de placer, cultivo de expresividad y comunicación, creatividad e innovación existencial, aprendizaje vivencial de la naturaleza, desarrollo de la inteligencia afectiva y expansión de la conciencia ética. Además se ofreció un

permanente acompañamiento individual según el querer del estudiante y/o la observancia del facilitador.

Las experiencias se plasmaron en trabajos escritos como proyectos de vida y de los cuales con el permiso de los autores nos permitimos compartir indistintamente en el curso de este trabajo, algunos apartes alusivos al desarrollo de los procesos individuales y grupales generados durante el semestre

CUADRO RELACIONAL DE ACTIVIDADES DESARROLLADAS DURANTE EL SEMESTRE

CONTENIDOS TEMÁTICOS	METODOLOGIA	EVALUACIÓN
Lectura y análisis, del proyecto y acuerdos a desarrollar	Trabajo en grupo negociación de compromisos	Durante el desarrollo del proceso
Dinámica de conocimiento	Realizar el escudo de mi vida: mi pasado mi presente y mi futuro	Autoevaluación, socialización
La Educación en Colombia a las puertas del nuevo milenio (Documento de Francisco Cajiao)	Análisis de documentos y elaboración de collage	Collaje
Educación tradicional su historia y características	Consulta y trabajo en grupo	Elaboración de caricaturas
-Pedagogía activa: características -Presupuestos pedagógicos de María Montessori. -Teoría pedagógica de Jean Peaget -Presupuestos pedagógicos del constructivismo y educación Libertaria	Análisis de lecturas y puesta en común Exposición magistral Trabajo en grupos y socialización Consulta bibliográfica.Exposición grupal Conferencia participativa	Participación reflexiva Comparación con la pedagogía tradicional Evaluación del proceso
Lectura individual y análisis de un libro de desarrollo humano y autoayuda	Selección del libro y acuerdos de relatoría	Socialización
Como desarrollar un proyecto pedagógico, de aula y de vida.	Estudio grupal de propuestas. Exposición	Elaboración de un proyecto de aula. Durante el semestre, elaborar el proyecto de vida.

Taller: uno: Integración y vitalidad	Participación grupal	Relatorio
-Educación Biocéntrica -Paralelo entre los postulados pedagógicos anteriores y la educación Biocéntrica.	Exposición Seminario	Construcción grupal de una propuesta pedagógica.
-Taller dos: Integración y liberación de movimientos	Vivencia.	Relatorio
Taller tres: profundización de vivencias integradoras.	Vivencia.	Relatorio
-Pilares de la Educación para el Próximo milenio	Exposición sobre acetatos.	Mapa conceptual
Identidad y Protovivencias, ecofactores positivos y negativos.	Lectura de documento y trabajo en equipo.	línea de mi vida. Socialización.
Taller cinco : percepción del cuerpo	Vivencia	Relatorio.
-El cuerpo humano y el sistema neurovegetativo. Fisiología de las emociones.	Video-foro	Comentario mediante expresión artística.
-Taller seis: Expresión de creatividad artística con arcilla	Vivencia	Relatorio
-Reflexiones sobre la misión del maestro	Lecturas programadas.	Dramatizaciones juegos, rondas.
Taller siete: Expresión de creatividad verbal con poesía.	Vivencia	Relatorio
socialización de los aportes alcanzados con la lectura individual de libros.	Socialización individual.	Trabajo de libre expresión creativa.
Taller ocho: Expresión de creatividad artística con pintura.	Vivencia	Relatorio
Taller nueve: expresión artística a través del cuento.	Vivencia	Relatorio
-Taller diez: integración a la naturaleza y desarrollo de la conciencia ecológica..	Vivencia	Relatorio
Momento final de autoevaluación, coevaluación, heteroevaluación, sugerencias de mejoramiento.	Participación grupal e individual; revisión y seguimiento de proyectos. Compartir	Proyectos y trabajos realizados, cuentos, cartas.
CLAUSURA, jornada de integración y despedida. INVITACIÓN a multiplicar las estrategias pedagógicas aplicadas en esta propuesta de EDUCACIÓN BIOCÉNTRICA.	Programa especial; brindis; carta de una maestra a sus estudiantes.	INVITACIÓN a seguir trabajando sobre el proyecto de vida y continuar participando en los talleres de BIODANZA.



SUSTENTACIÓN DE ACTIVIDADES

TALLER No. 1

INTEGRACIÓN Y VITALIDAD

							CONSIGNA
1	Ronda de Iniciación	Tao of Love	Vangelis	8	10	2:47	Con ojos cerrados, hacer conciencia y sentir cada una de las partes del cuerpo
2	Ronda de fluidez	Elsha	Zamfir	8	4	4:18	Lentamente comenzamos a fluir los brazos, haciendo conciencia de la fluidez de los otros.
3	Fluidez a dos	If	Pink Floyd	8	3	4.31	Encuentro y sintonía con otro ser humano.
4	Fluidez conducida	Billitis	Zamfir	8	1	2.45	Disfrutemos la confianza de conducir y ser conducidos.
5	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Quien conducía es conducido
6	Fluidez creativa individual	Behind that looked door	George Harrison	12	5	3:03	Pulsemos entre el abandono y la rigidez de nuestro cuerpo, mediante movimientos creativos.
7	Fluidez creativa a dos	Lenda das sereias	Marisa Monte	12	11	4:10	Sintonicémosnos con la creación de movimientos del otro e imitemos (Espejo)
8	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Cambio de espejo
9	Danza creativa a 5	E de dar agua na boca	Nando Cordel	5	14	3:58	Exploremos nuestra capacidad creativa en grupo
10	Danza creativa a 5	E de dar agua na boca	Nando Cordel	5	14	3:58	Disfrutemos el placer de compartir a todos nuestra danza creada en grupo.
11	Expresión en centro de ronda	Adiós fulana	Totó la Monposina		2	5:28	Mostremos individualmente al mundo nuestra danza y nuestra alegría.
12	Expresión en centro de ronda en resonancia con la música	Fruta fresca . Caldeira . Mack de Knife. Boy da lua. Meia lua entera. La vie en rose	Carlos Vives. Milton Nascimento. Ella Fitzgerald. Papete. C.Velosa Grace Jones	5. 6. 6. 6 5	. 13. 2. 12 14 7	3:52. 2:53. 5:07. 3:41 3:45 7.25	Dancemos con placer visceral la música con la que más resonemos.
13	Abrazo fraternal	Gracias a la vida	Elis Regina	12	6	4:24	Agradezcamos a cada uno el permitirnos resonar con ellos y sentir que todos somos UNO.
12	Abrazo celebrante	Tierra viva	Nana Mouskouri	1	3.35	3.35	Conectemos y expresemos profundamente la alegría de este encuentro.
15	Ronda final	Todo cambia	Mercedes Sosa	12	8	4:48	Despidámonos con la convicción de que la vida es un permanente fluir.

TALLER No. 3
PROFUNDIZACION DE VIVENCIAS INTEGRADORAS

OBJETIVO: integración del grupo a través de vivencias revitalizadoras.

	NOMBRE EJERCICIO	NOMBRE MUSICA	INTERPRETE	CD	CANCION	TIEMPO	CONSIGNA
1	Ronda de integración	Cintura fina	Luis Gonzaga	V.A.R .T.	11	2.37	Buscar movimientos libres y vitales
2	Animación de movimiento	Makulelé	Nazare Pereira	V.A.R .T.	13	2.27	Soltar cada vez más el cuerpo en danza creativa y espontánea
3	Ritmo con manos y cuerpo	No Som De Samfora	Elba Ramalho	5	15	2.47	Activar alegremente cada parte del cuerpo
4	Conexión rítmica	Ile Ayé	Caetano Veloso	V.A.R .T.	14	3.05	Descubrir el placer del juego al ritmo de otro y de otros
5	Danzar para otro	Sonho Meu	Gal Costa	V.A.R .T.	15	2.51	Mostrar su danza con el valor y la alegría de SER y de CREAR para otro
6	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem
7	Girar a dos	Caldeira	Milton Nascimento	5	13	2.53	Jugar a otro con la alegría de confiar (fuerza y leveza)
8	Juegos de vitalidad	No Som De Samfora	Elba Ramalho	5	15	2.41	Hacer presencia con mis juegos, toques, palmas...
9	Elasticidad integrativa	Europa	Gato Barberi	14	7	3.26	
10	Sustentar una Bola	Oxigene	J.M. Jarre	8	7	8	Construir y cuidar su propio mundo
11	Juegos: Sustentar una bola	Oxigene	J.M. Jarre	8	7	8	Aprender a crear y a cuidar en grupo un mejor mundo
12	Danza de corazón a corazón a 3 o 5	Love Montagne	M:F: Dying Young	9	3	2.57	Entregarse a la cohesión del grupo, sintiendo el palpitar de los otros
13	Rondas concéntricas de contención dulce	En Sei que vou te amar	María Creuza	9	4	3.28	Disfrutar el placer de contener y ser contenido.
14	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem
15	Rondas cambiantes	Hilary's them	M.F. Dying Young	11	15	3.13	Permitirse salir y entrar ir y venir, SER aquí y allí
16	Activación a dos (cambiando)	Bachata rosa	J.L. Guerra	11	17	4.03	Disfrutar el palpitar alegre de otro ser
17	Ronda de cierre	Canta canta a mi gente	Nana Mouskouri	T.viva	9	2.50	Despedirme del grupo con alegría y gratitud por el regalo de hoy

TALLER No. 4

DESARROLLO DESTREZA MOTORA

OBJETIVO: integración del grupo a través de vivencias revitalizadoras.

	NOMBRE EJERCICIO	NOMBRE MUSICA	INTERPRETE	CD	CANCION	TIEMPO	CONSIGNA
--	-------------------------	----------------------	-------------------	-----------	----------------	---------------	-----------------

1	Ronda de integración	A de O´/ Estamos llegando.	M. Nascimento	3	7	3.34	Evocando un sentimiento de alegría seguir el ritmo de la música
2	Ronda de integración dulce	Preciso me encontraré	M. Montes	3	4	3.43	Aprovechemos el movimiento del péndulo para entrar en armonía con el grupo
3	Danza de fluidez	Satín green shutters	Chris de Burgh	3	13	5.03	Conectemos la respiración con la expresión cotidiana de conciencia y soltemos la fuerza contenida con las manos. Soltar- contener
4	Caminar marcha sinnérgica	Hello goodbye	Beatles	4	1	3.31	Acompañado a dos, expreso la alegría de vivir
5	Marcha alegre	All you need is love	Beatles	4	2	3.53	Descubro mi caminar y hago conciencia de él
6	Marcha de determinación por la vida	Blade Runner	End Title	4	4	4.19	Retomo mi expresión primaria soltando nuevas formas de caminar con determinación que me permitan encontrar el impulso exploratorio
7	Danza creativa hacia adentro	Milonga	Astor Piazzola	Crea- vita 24	7	4.12	Disfrutemos creando en nuestro interior una danza
8	Proyectar danza creativa hacia fuera	Madagascar Oludum	B. reflexus	Crea- vita 24	8	3.36	Expresemos nuestra creación con movimientos hacia fuera
9	Crear para el otro	A deusa dos oxixas	Clara Nuñez	Crea- vita 24	9	2.29	Danzando para el otro gozamos la imagen del espejo
10	Ronda de solidaridad	Recuerdos	N. Mouskouri	B.A.17	5	4.05	Encuentros grupales que nos permitan deflagrar el potencial creativo
11	Túnel de celebración	New York. New York	S. Bassey	B.A. 13	6	3.26	Abandonémonos demostrando la confianza que nos permite una verdadera contención
12	Juegos de zamba	O mar sereno	Clara Nuñez	B.A. 2	9	3.46	Me reencuentro para seguir asumiéndome en el goce de disfrutar mi cuerpo
13	Batucada mov. Periférico	Zamba quente	Batucada Fantástica	B.A. 2	12	1.40	Vuelvo a sentir que puedo seguir creando mi propia danza
14	Movimiento perif. Y central	Ensaló general	Batucada Fantástica	B.A. 2	14		Sintamos que entramos y salimos con nuestra creación por la vida
15	Ronda de cierre	De colores					Celebrems este encuentro creativo con la alegría de sentir que vale la pena estar vivos

TALLER No. 5

PERCEPCION DEL CUERPO

OBJETIVO: invitar a los participantes a la PROGRESIÓN de vivencias integradoras y liberación de movimientos.

	NOMBRE EJERCICIO	NOMBRE MUSICA	INTERPRETE	CD	CANCI ON	TIEMPO	CONSIGNA
1	Danza de iniciación	Hack the Knife	Ella Fitzgerald	6	2	5.07	Encontremos ennosotros una activación progresiva

							con matices de alegría
2	Segmentación del cuello	Because	Los Beatles	8	2	4.48	Abandonemos y desbloqueemos temores que almacenamos
3	Segmentación de pecho y brazos	Elsha	Zanfir	8	4	4.18	Integremos nuestra danza con el placer de dar y recibir
4	Segmentario de cintura y abdomen	Pare Gold	Hawain	Especia 12	7	2.24	Sintamos el placer de soltarnos como el junco al vaiven del viento
5	Segmentación de pelvis	Wa Basth Blues	Papete	Papete	1	3.25	Encontremos un movimiento que permita la expresión de esta zona, liberadora de vida
6	Integración de tres centros	Muito	Caetano Velasa	8	5	3.18	Con movimientos ondulantes y cadenciosos integremos armonicamente nuestro cuerpo
7	Encuentros sensuales	Theme the amour	M.F.Gabriella	9	7	4.12	Conectemos nuestra mirada con la del otro y celebremos el encuentro con un abrazo
8	Danza sensual libre	Baila morena	Julio Iglesias		17	4.02	Conectemos nuestra sensualidad para regalársela a otro
9	Danza de seducción a dos	Idem	Idem		Idem	Idem	Vamos a danzarle al otro mostrándole que es la persona mas importante
10	IDEM	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem
11	Ronda de seducción para hombres	Miss caléis blues	M.F	10	12		Mostremos la capacidad de seducción
12	Ronda de seducción para mujeres	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem
13	Serpiente	Europa	Gato Barbieri	14	7	3.26	Con movimientos sensuales y reptando vamos hacia el otro
14	Gato	Gato Negro	:Monte	14	16	4.59	Juguemos como juegan los gatos
15	Elasticidad Integrativa	Siute	Malalie Coloe	7	13	3.38	Disfrutemos el placer de rodar por el piso. Gozando encuentros, hasta integrar todo el grupo
16	Grupo compacto	The first time I our saur your face	Roberta Flack	3	15	4.19	Recibamos indiferenciadamente caricias y respetos
17	Ronda de Mecimiento	Lide a Bridge over troubled water	Simon and Garfunked	3	11	4.54	Nos tomamos amorosamente de la cintura y nos entregamos al movimiento
18	Ronda de activación media	Acuarela de Brasil	Emilio Santiago	3	2	3.25	De la mano miramos el rostro de los demás y nos acercamos delicadamente
19	Ronda de celebración	Ado. Estamos Cegando	F Nacimiento	3	7	3.34	Con todo lo recibido y ofrecido nos despedimos en un abrazo

TALLER No. 6,7,8 y 9

EXPRESION DE CREATIVIDAD ARTISTICA CON ARCILLA, POESIA, PINTURA Y CUENTO

OBJETIVO: Potenciar la expresión de los impulsos creativos por medio de la arcilla, la imaginación, la expresión verbal y escrita.

	NOMBRE EJERCICIO	<i>NOMBRE MUSICA</i>	INTERPRETE	CD	CANCION	TIEMPO	CONSIGNA
1	Ronda de iniciación	Soy loco por tí América	C. Veloso	12	14	3.47	Mirémonos a nosotros mismos y al otro como la obra más perfecta del universo
2	Ronda de mecimiento	Like a bridge over troubled water	Simon and Garfunkel	3	11	4.54	Permitámonos tomados por la cintura sentir más cerca el movimiento del compañero
3	Ronda de miradas	Miss Celie's blues	M.F.	10	12	2.16	Miremos los ojos de los otros de tal manera que mis ojos se fundan en los ojos de los otros.
5	Desplazamiento con samba	O mar sereno	Clara Núñez	B.A.2	9	3.48	Encontremos más posibilidades de movimiento con nuestro cuerpo
6	Batucada Fantástica	Batucada	Ensalo general	B.A.2	14	2.36	Soltemos cada vez nuestro cuerpo dejándonos llevar por el ritmo
7	Batucada en Tren con caderas juntas	Nom Som de Samfora	Elba Ramalho	5	15	2.41	Encontremos nuestra cadencia y la cadencia en el movimiento del otro
8	Elasticidad en el suelo	Minha Rainha	E. Santiago	5	20	6.19	Encontremos la posibilidad de nuestra danza en conexión con la madre tierra
9	Moldear el rostro del compañero	Concierto para clarinetes	Mozart	10	6	7.43	Borremos del rostro del otro sus miedos, sus angustias, sus dolores
10	Mirar el compañero con un rostro Nuevo	Evore Angelica	Mystic Heart	B.A.17	1	3.21	Ahora miremos la vida triunfantes con un rostro Nuevo
11	Conexión con el barro	Africa Santus	David Fanshaw	1	10	4.13	Vamos a probar, oler, sentir y pasar el barro por todo nuestro cuerpo, conectándonos a través de el con la madre tierra
12	Moldear el barro con ojos cerrados	Impromptu n° 3 en sol bemol		2	6	6.23	Rescatemos el coraje de crear espontáneamente nuestra propia obra
13	Danza mostrando nuestra obra	Le Messie/Aleluya	Haendel	2	5	3.50	Mostremos con alegría, con pasión y triunfantes nuestra creación
14	Colocar en el centro del salón las obras	Enya	Enya	3	9	4.21	Con infinito amor admiramos nuestra obra y la obra de los demás como regalo del universo
15	Ronda de mecimiento	Quero	Elis Regina	3	3	3.45	Tomados de la cintura y con nuestra creación en el centro de la ronda, dancemos en honor a ellas
16	Abrazos celebrantes	Blowing in the wind	Paul Peter and Mary	3	5	2.56	Nos despedimos todos con un minuto de eternidad celebrante sintiendo que cada día podemos ser más creativos



TALLER No. 10

INTEGRACIÓN CON LA NATURALEZA Y DESARROLLO DE LA CONCIENCIA ECOLÓGICA

OBJETIVO: Potenciar los impulsos de respeto y cuidado por la naturaleza, ampliando la conciencia ecológica

No.	NOMBRE DEL EJERCICIO	NOMBRE DE LA MUSICA	INTERPRETE	CD No.	CANCIÓN	TIEMPO	CONSIGNA
1	Coreografía de naturaleza	She	Zamfir	3	10	4.08	Entremos en contacto con la naturaleza sintiendo que somos parte de ellas, exploremos, miremos..., dancemos
2	Saludo a la naturaleza	Copelia	Dance et	6	16	3,31	Con reverencia saludemos el sol, la lluvia, las nubes, las montañas, el día...
3	Danza libre de alegría	Caldeira	Milton Nascimento	5	13	2.53	En encuentro con otros permitámonos crear movimientos y gestos libres y alegres
4	Danza rítmica individual	Os tamborins	Batucada Fantástica	5	1	1.00	Encontremos nuestro propio ritmo en contacto con la madre tierra
5	Danza rítmica individual	Riagho	Guem	14	12	3.29	Profundicemos en el contacto con nuestro propio ritmo con la madre tierra
6	Contacto rítmico con palmas sobre el cuerpo	Canto para Senegal	Olodum	4	12	4.39	Disfrutemos el despertar rítmico de cada parte de nuestro cuerpo
7	Contacto rítmico con palmas sobre el cuerpo del otro (dos)	Sermonete	Quincy Jones	4	16	5.58	Disfrutemos el dar y el recibir contacto rítmico con otro
8	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem
9	Danza del Angel	Blue Lotus	A.Beauty	B.A 17	4	4.00	Permitámonos confiadamente la oportunidad de conducir y ser conducidos
10	Ronda de activación media	Acuarela de Brasil	Emilio Santiago	3	2	3.05	En rondas tomados de la mano miramos a los ojos de los otros y agradecemos
11	Túnel de Celebración	New York	S. Bassey	B.A 13	5	4.21	Permitámonos el disfrute de la caricia indiferenciada



INSTANTES DEL TALLER DE INTEGRACION CON LA NATURALEZA





i Oh hermosas manos i
que pueden hacer mucho movimiento
i Oh hermosas manos i
recuerdo cuando eran tan sumisas
a mis pensamientos
tan llenas de gloria
que brillaban en la oscuridad
hoy sin querer se ha perdido
su hermosura
y ya no sé lo que significan para mi

Tus movimientos con tus manos
son tan especiales
tan sutiles
muchas veces las observo misteriosas
Otras veces las observo con poderes
otras me parece que esas pequeñas, lindas y permisivas manos
fueran las dueñas del mundo y las dueñas de mis miradas
que bello es contemplarlas.

Yeimy Esperanza Alba Palacios
Estudiante UPTC Tunja

ERA LO QUE SENTIA MI CUERPO

“No se lo que deseo,
lo que busco,
a veces con la luz misma,
me ofusco;
a veces en tinieblas
veo mejor,
a veces el reposo me fatiga.....

LO QUE SENTO EN ESTE MOMENTO

¡SEÑOR!

Si en mis miradas encendiste
Ese fuego inmortal que devora,
Y en mi boca fragante seductora
Sonrisas de tus ángeles pusiste,
Te agradezco infinitamente este gran cuerpo,
Mis pies, mis piernas, mi tórax,
Mis brazos, mis manos, mis ojos, mi cara,
Mi cabeza que me diste.

Gracias por ser como soy,
Pues con el transcurrir de esta vida,
Con las experiencias de cada día,

Voy aclarando y progresando y, así

Saber para donde voy....

DANIEL ACHICANOY Estudiante U.P.T.C.



Huida de mi tristeza,
Esperanza de mi vida,
Consuelo para mi ser
Relajación de un cuerpo
Relajación de un objeto
Huida de una tensión
Libertad de mi ser...
Libertad que no encadena,
Gozo que perdura en lo profundo.
Corazón y alma triste
Huida de mi cuerpo y
Huida con mi cuerpo.

**LIZETH ANDREA LOPEZ A.
Estudiante U.P.T.C.**



PARA MI CUERPO

Vives muchos amaneceres
Rodeado de sol y de luna
Pero sin olvidar
Que tu belleza no tiene comparación alguna.

Eres libre y puro
Lleno de felicidad y amor
Tienes cosas por mejorar
Y sobre todo sabes perdonar.

Te quiero por ser como eres
Porque gracias a ti he experimentado,
Creado, vivido, soñado y
He compartido con gente que amo y tengo a mi lado.

La vida es una sola
Tiene demasiados caminos
Que hemos recorrido y algunos por recorrer
Pero es comfortable saber
Que estás en mí y puedo contar contigo
Como mi gran amigo incondicional.

YADIRA PULIDO
Estudiante U.P.T.



Energía divina que todo lo que miras lo conviertes en vida,
Energía poderosa que nos entrega Dios todos los días.
Energía que me permite soñar, creer y
Sentirme bien pase lo que pase.

Gracias desde lo más recóndito de mi ser te doy
Por permitirme contar siempre contigo.
Gracias por mostrarme el camino divino
Porque donde tú estés nada será malo.
Gracias porque sin ti no podría ver
Tantas cosas hermosas que nos regala la vida.

DIEGO ALVARADO
Estudiante U.P.T.C.

BIODANZA...UNA GRAN OPORTUNIDAD

BIODANZA...UNA GRAN OPORTUNIDAD

 Mi ser interior afloró
 Para entregarse al mundo sin miedo
 Los movimientos expresan todo el sentir
 Mis manos alcanzan la libertad esperada,
 Llevándome al infinito.

 Volví a nacer, nací a una nueva vida,
 Con mejores esperanzas
 Ansiosa por dar lo mejor de mi ser
 A toda la humanidad.

 Descubrí y exploré cada detalle de mi cuerpo
 Para agradecer al Creador
 Por habérmelo entregado
 Por haber hecho de mí
 Una criatura inigualable y única
 Que ha tenido la fortuna
 De transformar su energía
 En amor para todo cuanto le rodea.

 La música es una fuente de luz,
 Una luz de vida,
 Que nos lleva a viajar al gran universo
 Que tenemos en el interior.

SANDRA DAZA
Estudiante U.P.T.C.



MI DANZA

Mi danza es una expresión libre de mi cuerpo
En la cual me olvido de mi entorno
Y creo un espacio vacío lleno de infinito
Donde mi cuerpo se relaja
Y se alimenta de energía y paz.

En mi danza no hay espacio para pensar
El único pensamiento es el infinito,
Y YO, un ente en busca de fortaleza y seguridad
Para que luego al abrir los ojos
Me sienta único y dispuesto
A dar y recibir de los demás
Para crecer como SER HUMANO.

JUAN CARLOS B.
Estudiante U.P.T.C.



Eres tan sutil como el aire,
Que necesitamos para respirar.
Eres tan necesaria como el agua
Así eres tú libertad.

Eres como la paloma,
Sencilla y humilde en el andar.
Eres como la ilusión del alma
Así eres tú libertad.

Eres como el día que inicia,
Como el alba al amanecer.
Eres una luz de esperanza en la vida,
Así eres tú libertad.

Eres como el abrigo que abraza,
Eres como el amor encantado.
Eres como bendición del cielo,
Así eres tú libertad.

ELBER RICARDO BELTRÁN S
Estudiante UPTC

ACRÓSTICO

Muchísimas veces he querido
Utilizar la danza para
Saber el significado de los
Impulsos que me
Conllevar
A practicar

Y desear continuar con

Mi vida para mejorar y
Obrar bien
Vitalizando los medios y conocimientos desde mi
Interior hacia lo
Más exterior posible
Implicando no solamente
E I SER YO, si-
No contribuyendo al
Trabajo y crecimiento personal de
Otras personas que quieran

C ompartir conmigo sus
O bras o metas propuestas sin
R ecibir nada a cambio
P ero con mucha alegría y deseo de
O rar al Ser que
R ealmente me
A compaña y colabora en
L os momentos difíciles.

GELBER ALEX ALFONSO R.

MI CUERPO Y LA DANZA



La danza de mi cuerpo
Es muy expresiva
Aunque mi alma
Se encuentre desaparecida.

Cada que mi cuerpo danza
Me lleno de vida
Aunque mi confianza
Se encuentre muy escondida.

Pues danza y cuerpo
Siempre irán unidas
Y sueño y espero
Que las dos estén comprometidas.

WILLIAN RODRÍGUEZ

Estudiante U.P.T.C.

“Saber amar es ” “Saber vivir”

La clase de Pedagogía fue en el pozo de Donato, un encuentro con la naturaleza, encuentro con nuestra flora y la fauna, encuentro de Paz con nosotros mismos, encuentro de reflexión sobre nuestros actos, respirar el aire puro que nos brinda la naturaleza. Realizamos una terapia de relajación, de esparcimiento, de concentrarnos, de energías positivas en nuestro interior.

Una nueva experiencia, una nueva estrategia de hacer relajar nuestro cuerpo, nuestras tensiones.

Fue una clase genial en todo el sentido de la palabra, realizar esta terapia, por medio de la danza es algo muy lindo, muy placentero para nuestro cuerpo y mente. Porque nos destreza; caminar sin zapatos, sentir la música a cada paso que damos, a cada movimiento que realizamos. Moviendo cada extremidad de nuestro cuerpo nos estamos quitando un peso de encima, caminar cogido de la mano con otra persona, sentir el roce de la piel, sentir esa caricia, sentir su mirada, descubrir en sus ojos algo lindo, dejar un poco la timidez al caminar al lado de ella, sentir un abrazo, una sonrisa que nos fortalece, nos da ánimo para seguir viviendo llenos de felicidad, para integrarnos mas y compartir sentimientos y pensamientos con ellos.

Patricia Bastidas Estudiante UPTC

TERCER TALLER

Hoy pude experimentar una nueva sensación en clase; fue algo muy sutil pero a la vez significativo. Quizá el escuchar a Neyla comentar que empezábamos un nuevo ciclo, desde luego lo vivido e inspirado en los talleres anteriores tenían mucho fundamento para continuar con acierto nuestros próximos vivencias, lo que me hizo empezar con mas entusiasmo la clase de hoy.

Me impresiona ver como al comenzar con las actividades mis compañeros y yo, mostramos cierta apatía o mejor en otros términos una timidez y miedo al que dirán; pero a medida que el

tiempo fue transcurriendo, en lo personal, pude sentirme mas yo, dejar el temor y encontrarme con mis compañeros, que como yo tenemos en nuestros corazones mucho amor para dar, pero que en ocasiones y por diversas circunstancias los reprimimos y no lo dejamos fluir. Es maravilloso sentir como somos uno solo, somos hermanos y como tal debemos respetarnos, valorarnos, y amarnos como Dios nos lo manda. La música me llegó al corazón y me hizo sentir libre, valiosa, feliz de poseer tantas cosas bonitas a mi alrededor. GRACIAS PAPITO DIOS POR SER TAN LINDO CONMIGO

Yenni Liliana Gómez Bello
Estudiante UPTC

SINTIENDO ASI

Me encanta la naturaleza, hoy recordé mi niñez, yo era tan feliz cuando era una niña, lo tenía todo, nada me preocupaba, por un momento viví ocho años de niñez que fueron los años más felices de mi vida, estaban la naturaleza y yo en completa interacción, lástima que no fuera así siempre, los últimos años de mi vida, he estado tan mal, tanto que he intentado hasta suicidarme. Pero gracias a Dios, este año ha sido un poco diferente, he aprendido a ver la vida con otros ojos: con los ojos del amor, he tratado de ser mas yo y dejar de

ser lo que otros quieren que yo sea, aunque todavía tengo la esperanza de algún día lograrlo.

Gracias a las profesoras Neyla y Geluy he comprendido que la vida y mi propio destino lo construyo yo misma. Es por eso que ya no me castigo tan injustamente como lo solía hacer. Con la lectura que hicimos hoy, especialmente la que yo leí; comprendí que también cuento, que soy importante para mucha gente, como mucha gente es importante para mí, y a pesar que tengo tantos problemas ahora sé que pronto veré la luz y podré salir de este hueco en el que me encuentro desde hace mucho tiempo.

Hoy estoy muy relajada, me siento tranquila, y quisiera no pensar en nada ni en nadie pero sé que es imposible, nunca voy a escapar de mi conciencia, sé que estoy dramatizando mucho, pero así lo siento, quisiera oír decir a alguien que no es así que todo está bien

[p.p. Lunes 26 de Marzo de 2001](#)

No se como explicarlo con palabras, porque lo que sentí hoy es algo que no podría decir, sino disfrutarlo. Fue algo realmente maravilloso; me sentí libre, realmente yo; hoy conocí mi propio yo, mi niña interior, la niña cariñosa y linda que soy. No sé, pero la profesora Neyla tiene el don de hacerme sentir bien, de reconocer cada vez mas que no soy la niña reprimida e insegura que me han hecho creer o que yo inconsciente he creado.

Me pareció muy importante y provechoso este ejercicio, por que tuve la oportunidad de sentir mas de cerca a los compañeros con los que he tomado clases por mas de un año y que nunca antes había tenido la dicha de tratar con ellos, porque normalmente una tiene su grupo de amigas o amigos con los que se la pasa y con los que ha compartido muchos momentos buenos o malos, pero ni siquiera con ellos ni con nadie había tenido la oportunidad de experimentar la cercanía y la calidez de un fuerte y sincero abrazo; no se, pero fue algo realmente hermoso, me sentí tan feliz; tan lleno de vida, sentí que la vida realmente tiene un maravilloso sentido; que es realmente linda. Sentí que todos eran mis amigos de toda la vida y que lindo sería compartir mas de cerca experiencias agradables con cada uno de ellos.

Además de la alegría que experimenté abrazando a cada uno de mis compañeros también me sentí muy bien bailando; aunque al principio sentí cierta pena porque, no es que baile muy bien; al final me sentí muy bien y pude moverme libremente sin sentir ninguna clase de reprimenda; nunca antes había podido expresarme de la manera que lo hice hoy; soy una persona que no puede expresar mis sentimientos de la forma más cariñosa, por el contrario sé que la gente dice que soy una persona fría y un poco huraña, pero sé que no es porque no siento amor y cariño, por el contrario, siento demasiado pero me queda muy difícil demostrarlo; yo no creo que sea algo que adopte yo sola sino creo que esto viene desde que yo era niña, en mi casa nunca, desde que yo tengo uso de razón he sabido lo que es un abrazo de mi padre, de mi madre o de mis hermanos, ellos nunca me dieron un abrazo y yo tampoco a ellos, nunca tuve palabras de cariño y tampoco entre ellos la hacían, nunca vi a alguien de mi

familia demostrase cariño y amor mutuo; pero yo no los culpo, sé que a su manera me dieron amor y cariño y como tal los adoro a ellos, y me gustaría transmitirles la tranquilidad y la alegría que se disfruta al dar un abrazo sincero a personas que se aprecian de verdad.

Sé que estas clases nunca los voy a olvidar, me gusta llevar siempre conmigo recuerdos maravillosos y acontecimientos inolvidables y sé que esta clase es uno de esos recuerdos que vivirán conmigo eternamente.

p.p. [lunes 2 de Abril](#)

La clase de hoy me pareció muy interesante porque el primer ejercicio que se hizo, fue el de trabajar con tiza sobre una cartulina, lo que uno quisiera; fue algo muy sorprendente para mí, porque he dibujado y cuando lo hago me parece que no es nada bueno, por el contrario me parece que lo que yo pinto no lo haría ni un niño de primer grado que nunca ha cogido un lápiz para hacer un dibujo; por esto no me gusta pintar y mucho menos dibujar.

Pero hoy en clase me pasó algo diferente, porque me limité a hacer lo que la profesora nos decía, es decir sin pensar ante lo que queríamos dibujar y precisamente dejé que fluyera pero no mi imaginación sino mi mano o algo que no pude explicar. No me sentí como las veces anteriores cuando tenía que dibujar algo, es decir, no me importó que me estuvieran criticando o que los dibujos de mis compañeros fueran mejores o tuvieran algún sentido, la verdad

mi dibujo no tenía ningún sentido para mí y creo que para los demás tampoco, pero al hacerlo me sentí libre y sin complejidades.

En cuanto al trabajo con la música me pareció muy rico porque siempre me ha gustado estar así, escuchando música suave y el silencio; siempre lo hago cuando estoy sola en mi pieza y me siento tan tranquila haciendo esto: siento realmente que soy yo misma.

Judy

Estudiante UPTC

QUERIDO AMIGO:

Gracias a la Biodanza pude despertar esos sentimientos que estaban guardados en el fondo de mi ser.

Todo parecía un reto, aunque para mí la primera sesión era simplemente algo nuevo, pero no pensé que con esto mi vida tomaría otro rumbo; que mi ser empezaría a fluir y me sentiría

volando libre como una gaviota que va alto y que se detiene cuando siente que es el momento; cuando alguien necesita ayuda, porque quiere compartir, dejarse ver ante los demás brindándoles eso que ella solo posee porque es única e incomparable.

Toda mi vida ha cambiado, gracias a Dios para bien; no te puedo decir que soy perfecta, porque tú como yo sabemos que no es así; aunque sé que ayudo, perdono y ahora por todos los medios me esfuerzo y creo que algún día llegaré tan alto como me lo proponga.

Espero Poder seguir en este proceso porque siento que la Biodanza es lo mío y que a través de ella puedo superar con calma las cosas que se presenten día a día; sé que aunque no hayas vivido este espectacular proceso, me reconforta saber que este momento te encantará, pues seguramente Biodanza te ayudará a encontrar ese maravilloso ser que hay dentro de ti. Por favor, no nos niegues tu felicidad, tu amor, todo tu. Te invito a ser feliz por medio de la Biodanza.

TATIS.
Estudiante U.P.T.C..



La grandeza de tu aliento me enseñó a tolerar y aceptar las cosas y momentos que en mi vida no me gustan.

Durante este semestre conocí una manera nueva de ver mi vida, donde nada ni nadie me interrumpe mi pensar y deja que muestre lo que en realidad soy; odio la danza, porque cada vez que la hago, la gente se burla de mí.

Mis vivencias no fueron seguidas, pero a las que pude asistir, hicieron sentirme un ser, completo, alegre y creativo. La música me gusta mucho, es muy emocionante y tranquila.

Dibujar y plasmar mi cuerpo fue por un momento grato, pero hay un pasado en el cual todo lo bueno se convierte en malo. Aunque para mí la danza no es buena, creo que para ti Biodanza sería una experiencia importante en la cual aumentaría más tu carácter a la hora de seguirnos queriendo.

Con amor,

JORGE A. VARGAS
Estudiante UPTC

23. RESULTADOS DE LA PROPUESTA

2.3.1. RECOLECCION DE INFORMACIÓN.

La información que sustenta los resultados de esta propuesta se logró mediante la aplicación y análisis de diferentes instrumentos; algunos tomados de la coletánea de Biodanza de Rolando Toro, otros contruidos por las facilitadoras y aquellos subjetivos de incalculable y profundo valor, son la creación auténtica de nuestros maestros-estudiantes.

A continuación se relacionan los nombres de dichos instrumentos:

- Fichas tomadas de la coletánea de textos volumen 2 de Rolando TORO : (Anexo 1)

- 01 Análisis existencial.
- 03 Perfil existencial
- 04 Estilo de vida
- 05 Cómo soy yo?
- 06 Cómo es mi vinculación con el otro?
- 07 Cómo siento mi cuerpo?
- 08 Expresión sicosomática

- ↪ La escala de la potencialización de mi Ser.
- ↪ Socialización de lecturas, sustentaciones individuales y grupales
- ↪ .Trabajos de consulta escritos
- ↪ Relatorios
- ↪ Discoforos
- ↪ Cuentos
- ↪ Cartas
- ↪ Poemas

- ⇨ Pinturas
- ⇨ Modelados en arcilla
- ⇨ Elaboración y seguimiento de un proyecto de vida individual
- ⇨ Observación y acompañamiento permanente por parte de las facilitadoras del proceso
- ⇨ Entrevistas grupales e individuales, tanto personales como telefónicas.

También, en las reuniones semanales en forma ininterrumpida, se utilizó música seleccionada en *Semántica Musical*, y acogida por los participantes, detectándose mejores resultados con:

- Cumbias y zambas brasileras
- Ritmos alegres y primitivos
- Valses y algunas piezas de música selecta.

2.3.2. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Por ser esta una propuesta que aborda insondables dimensiones del ser humano, como son sus emociones, sentimientos, actitudes y expectativas frente a procesos de crecimiento y desarrollo del mismo, presentamos los resultados de manera descriptiva, procurando al máximo respetar la subjetividad, autenticidad y originalidad en las expresiones de los participantes.

Durante las clases se hicieron ejercicios como: "caminar con música", "segmentarios", "bailes rítmicos alegres y euforizantes", con arcilla, pintura, poesía, canto, palmoteo rítmico, creaciones melódicas y rítmicas, entre otros, que buscaron reforzar la identidad, sobre todo en las líneas de vitalidad, creatividad y afectividad. Los ejercicios de refuerzo de identidad, los de cohesión y organización interna demostraron gran influencia en la restitución del juicio de la realidad y la conciencia del límite corporal; mejorando la comunicación entre los participantes, a través de la mirada, del contacto de manos, de la sonrisa. El "Grupo Compacto", profundizó las formas diversas de comunicación y contacto corporal y en él, la advertencia de hacer estos ejercicios con los ojos abiertos impedía el trance

En las clases avanzadas se realizaron ejercicios de "Elasticidad Integrativa" en el suelo, que aumentó la sensación de cohesión y consistencia corporal, así mismo los ejercicios de "Fluidez", dieron un sentido de unificación al movimiento, agilizando y superando sus rigideces. Posteriormente, "Las Danzas expresivas Libres" y los "Ejercicios de Creatividad", facilitaron un nivel de autocontrol más sutil y personal.

Al iniciar el proceso se hicieron actividades de diagnóstico, entre ellas la aplicación de una encuesta de análisis existencial inicial (**expectativas**), dando aproximación a las siguientes expresiones:

- ⇒ Método de innovación para enseñar
- ⇒ Vencer la timidez
- ⇒ Conocer una propuesta desconocida
- ⇒ Compartir con los compañeros
- ⇒ Descubrir habilidades y capacidades
- ⇒ Mejorar actitudes negativas
- ⇒ Poder comunicarse con los demás con otros lenguajes
- ⇒ Salir del trajín diario
- ⇒ Cambiar rutina pedagógica
- ⇒ Descubrir y aprender cosas nuevas para crecimiento personal
- ⇒ Conocerme a mí mismo
- ⇒ Ver el mundo de una forma diferente que me ayude a superar día a día
- ⇒ Encontrar un código para reconstruirme
- ⇒ Desarrollar mi creatividad
- ⇒ Sacar mis potencialidades para realizar lo que quiero
- ⇒ Expresarme con seguridad, amarme a mi misma
- ⇒ Ponerme en primer lugar sin herir ni hacer daño a los demás
- ⇒ Mejorar el nivel de vida personal y del grupo
- ⇒ Vencer el miedo al ridículo
- ⇒ Expresarle el afecto a personas del mismo sexo (masculino)

A través de los relatorios de las primeras sesiones teórico-vivenciales, las expresiones más frecuentes que se encontraron respecto **al estado inicial del proceso** de cada participante, se compendian así :

- ⇨ Callada, tímida
- ⇨ Miedo al ridículo, motivo de risa, inseguridad, intriga
- ⇨ Inquietud, intranquilidad, incomodidad, reto
- ⇨ Actividad solo para mujeres
- ⇨ Actividad de mal gusto, me ofuscaba
- ⇨ No tenía fe que las cosas salieran bien
- ⇨ Yo...caminante sin rumbo
- ⇨ Nunca había tenido la oportunidad de pensar en mí
- ⇨ Miedo a conocerme, a aceptarme para poder aceptar a los demás
- ⇨ Miedo a expresar mis sentimientos y mi amor sincero, por miedo a sufrir
- ⇨ Pierdo mucho tiempo durmiendo; ..guache, impulsivo
- ⇨ Temor al rechazo
- ⇨ Difícil el contacto físico
- ⇨ Juego de niñas, de gays
- ⇨ Curiosidad, rareza; mi expresión de sentimientos está en un segundo plano
- ⇨ Dificultad para expresar lo que no me gusta
- ⇨ Vergüenza, pena y rigidez.
- ⇨ Dudas, prevención ante el contacto.

Las expresiones de **LOGROS** detectadas en los relatorios escritos y verbales, cartas a un amigo especial, encuestas de opinión, poemas, cuentos y otras creaciones de los participantes al finalizar el proceso, fueron las siguientes:

- ⇨ Quiero seguir para llenar más mi interior y día a día ser mejor
- ⇨ Creer en mí
- ⇨ Ahora soy amable, tolerante, honesto
- ⇨ Toco, acaricio, relajo y le hablo a mi cuerpo

- ⇒ Mi palabra hoy tiene sentido
- ⇒ Mi caminar, mis gestos y mi ánimo, hoy son más seguros
- ⇒ Saqué muchas cosas reprimidas
- ⇒ Conocerme más a fondo y vencer mi timidez
- ⇒ Me parece nada aburrido, sencillo y sin complicaciones
- ⇒ Aumentó mi autoestima
- ⇒ Conocerme y respetarme a mí mismo
- ⇒ Me comprometo y me responsabilizo más
- ⇒ Siento que viví una expresión del alma, aunque no fácil de aceptar el proceso
- ⇒ Sentirme libre como una hoja flotando sobre el agua.
- ⇒ Me di cuenta que había perdido mucho el tiempo...he hecho cosas..hum!
- ⇒ Experimento emociones diferentes, amabilidad, compartir y entender a los otros
- ⇒ Encuentro diferentes formas de compartir e integrarme con los otros...poesía, cuento, canción, danza....
- ⇒ Aprendí a comunicarme no solo con palabras, sino con sonrisas, miradas, gestos, poesía, expresión escrita y corporal
- ⇒ No me importa el que dirán, ni que mis compañeros me miren y se rían
- ⇒ Sentir y vivir la naturaleza y con los otros; sociable, sin miedo ni timidez
- ⇒ Desarrollar mi creatividad
- ⇒ Cambiar de rumbo mi vida explorar mis sentimientos
- ⇒ Desechar el stress, descansar de sentimientos reprimidos
- ⇒ Desapegarme de actitudes de rechazo y de irrespeto a otros
- ⇒ Aprecio mi cuerpo, lo respeto y lo exploro para encontrarme con esta maravillosa persona: yo
- ⇒ Dejé mi cruz pesada que hace tiempo cargaba con tanto esfuerzo

- ⇨ Expresar mis sentimientos sin temor a burlas, sin pensar en que voy a hacer el ridículo
- ⇨ Disfrutar el juego, la risa, la expresión a través del arte; encontrarme con mi yo niño.
- ⇨ Fluir...sentirme volando libre como una gaviota que va alto y que se detiene cuando siente que es el momento
- ⇨ Deshacer de mi cuerpo la ira, el odio, el mal genio
- ⇨ Ser más comprensible
- ⇨ Hacer un proyecto de vida
- ⇨ Adquirir elementos para aplicar como educador
- ⇨ Descubrí que las caricias son el arma más grande para destruir la violencia y la agresividad
- ⇨ Siento un amor profundo por ti, por mis compañeros y mi familia
- ⇨ Valorar las cosas sencillas e invaluable como el amor de casa, la amistad y los amigos
- ⇨ Ayudar a otros a hacer sus sueños realidad
- ⇨ Valorar cada minuto como sagrado, como un regalo de Dios
- ⇨ Tratar a las mujeres con amor, como lo merecen
- ⇨ Confianza en mí mismo y respeto por el sentir de los demás
- ⇨ Centrarme más en mí, conocer mis fortalezas y debilidades
- ⇨ Valorar la vida de los demás, el apretón de manos, el abrazo, mi cuerpo, mi vida, el significado de la danza, el dar y recibir
- ⇨ Dejar volar mi imaginación, mi creatividad, mis sueños
- ⇨ Dejar fluir mis problemas...tocar mi interior
- ⇨ Soltar, vivir y sentir mi cuerpo
- ⇨ Descubrir mi sensibilidad. Lloré; no sé si de tristeza, alegría o miedo.
- ⇨ Siento amor y lo necesito mucho. Necesito dar y recibir amor. Quiero seguir aprendiendo a compartir realmente.
- ⇨ Encontré a alguien muy diferente dentro de mí.

- ⇨ Descubrir que en el medio hay un nivel de hipocresía increíble. Sin embargo ahora hay mucha integración.
- ⇨ Confianza. Deseo de estar rodeado de otros. Dar y recibir.
- ⇨ Admirar mi creatividad y la de los compañeros, como belleza del alma.
- ⇨ Si puedo hacer las cosas con alegría, con responsabilidad y seriedad.
- ⇨ Los demás nos refuerzan la creatividad. Siempre hay alguien cuando tu necesitas.
- ⇨ Dejé timidez, mostré mucho de mi potencial desconocido.
- ⇨ Valorar el profundo compromiso de las profesoras
- ⇨ Confiar y perdonar
- ⇨ Descubrir que el único responsable de mi felicidad soy yo; aunque en varios momentos estuve a punto de desfallecer
- ⇨ Sacar a flote rencores y malas energías, sentimientos reprimidos
- ⇨ Vivir con libertad y deseo de compartir
- ⇨ Encajar en esta vida tan linda y maravillosa...con las plantas, las estrellas, el agua....
- ⇨ Afectividad, comprensión, respeto, reconocimiento y aceptación de mis errores.
- ⇨ A veces aburrimento con alguna música. Por qué no utilizar la nuestra, si es tan linda?
- ⇨ No me gusta la danza porque me remonta a un pasado muy duro, Sin embargo, viví momentos profundamente placenteros y estoy seguro que mucho me ayudaron.
- ⇨ No es tan malo danzar solamente entre hombres, y no quiere decir que nos estamos volviendo maricas.
- ⇨ Me retrocedí a la rutina de la escuela: danzas, rondas, juegos, poesía, pintura, arcilla.....
- ⇨ Contacté mi hemisferio cerebral derecho, para crear y revelar mis sentimientos.

De otra parte, **la encuesta final** aplicada a 61 estudiantes de los dos grupos de vivencia, permitió los siguientes resultados:

1. Educación Biocéntrica le permitió sentirse mejor con usted mismo.

SI 57 NO 4

Porque

Me permitió:

Conocerme a mí mismo

Experimentar sentimientos nuevos

Mejorar varias áreas de mi existencia

Otra visión de la vida

Liberar el cuerpo

Diversión

Conectar alma, mente y cuerpo

Los participantes de respuesta negativa expresaron: Sentirse obligados, e incómodos porque en su mayoría en cada grupo eran del mismo sexo.

2. Esta propuesta le permitió descubrir aspectos importantes de sí mismo?

SI 58 NO 3

Cuáles?: Timidez, expresión artística, escrita y verbal; interés y sensibilidad; amistad; respeto; ansiedad; solidaridad; sinceridad; libertad; sosiego; compañerismo; confianza; ternura; sosiego; seguridad; espiritualidad, concentración; alegría; espontaneidad; autovaloración; tolerancia; baja autoestima.

3. Qué aspectos encontró de sí mismo que desea cambiar?

Timidez, miedo a ser abandonado, a conocerme, a aceptarme, al ridículo, a hablar en público, a expresar mis sentimientos y a vivir; egoísmo, pereza, hipocresía, inseguridad, baja estima, mal genio, dejar de fumar.

4. Descubrió que hay problemas que se pueden resolver más fácilmente de lo que usted pensaba?

SI 56 NO 5

Porque:

Con amor y alegría todo se puede mejorar

Con amistad se pueden encontrar respuestas.

Hay muchos caminos para buscar las soluciones.

Por la calma interior para pensar con serenidad.

Nosotros mismos nos hacemos nuestros problemas.

No todo en la vida es malo.

Por la fuerza interior que poseemos.

5. Educación Biocéntrica le ha permitido comunicarse afectivamente con:

Pareja	35	compañeros	50	padres	44
hermanos	39	Amigos	45	docentes	37

Cómo?

Con diálogo, tolerancia, comprensión, ayuda, ternura, respeto, confianza, caricias, gestos, abrazos y expresando amor, compartiendo y valorando relaciones.

6. Con Educación Biocéntrica mejoró:

Expresión corporal	52
Expresión verbal	35
Expresión artística	36
Relación con el medio ambiente	42
Capacidades creativas	46
Comunicación con Dios	40

7. Cree Usted que Educación Biocéntrica facilitó y mejoró las relaciones en el grupo?

SI 56 NO 5

Porque:

Por primera vez se dio una asignatura integradora.

Se dieron espacios de perdón y de convivencia

Aumentó la confianza

Se trabajó mucho en equipo

Se facilitó la comunicación espontánea.

Se ampliaron los espacios de aceptación

8. Esta asignatura fue para usted una oportunidad de:

ASPECTOS	Frec.	ASPECTOS	Frec.
Divertirse	50	Asumir su propia vida	44

Romper la rutina	48	Aceptar nuevas cosas para su vida	53
Adquirir conocimientos para su vida	52	Adquirir conocimiento para su profesión	44
Construir una nueva forma de actuar.	43		

9. Considera importante incluir esta asignatura dentro del p nsun académico de la Universidad?

SI 53 NO 8.

Porque :

Esta propuesta educativa ayuda a conocerse como ser humano.

Enseña a aprender haciendo.

Gust  a la mayoría.

Mejora las relaciones humanas.

Es una nueva alternativa de aprendizaje.

Da más importancia al interior del ser humano.

Permite integración de escuelas.

No todo son letras.

Mejora la educación.

Es una nueva forma de vida.

Los participantes de respuesta negativa expresaron:

- No debe ser obligatoria.
- Es difícil acostumbrarnos por el tipo de cultura en la que estamos.
- Necesito como estudiante otras cosas más importantes.
- Los grupos no sean en su mayoría de un mismo sexo.
- Los espacios para los talleres sean variados y exclusivos.

CONCLUSIONES

1. De los 61 estudiantes que tomaron la asignatura de EDUCACIÓN BIOCENTRICA, 57 la aceptaron abiertamente y llegaron hasta el final con un alto grado de satisfacción. Los 8 restantes, aunque no la vivieron a plenitud, tuvieron también la oportunidad de danzar su vida para reiniciar su propio proceso, respetando su ritmo individual, como el comienzo vital para el desarrollo de sí mismo.
2. Los participantes expresaron su profundo sentir y querer generar cambios en la educación dentro y fuera de las instituciones, en búsqueda del desarrollo de la creatividad, el afecto y la alegría por la escuela.
3. Unos de los mayores logros de esta propuesta se vieron en el mejoramiento de la calidad de las relaciones interpersonales, la integración grupal entre estudiantes y con facilitadoras y la

motivación hacia el liderazgo y el trabajo en equipo y la disminución bastante significativa de los niveles de stress.

4. Los estudiantes descubrieron con su mirada introspectiva aspectos profundamente importantes; algunos constructivos y otros limitantes que al ser asumidos, les permitieron tomar decisiones de mejoramiento.
5. Aunque los patrones culturales ejercen una fuerte influencia en el ser humano, y en este caso en el ámbito educativo, fue fácilmente observable alrededor de la tercera sesión de trabajo, la espontaneidad y fluidez con la que danzaban afectuosa y cercanamente sus historias, sin la prevención de que la mayoría del grupo fueran hombres, y/o mujeres; la música, la danza y el afecto son parte de un lenguaje universal, capaz de mover emociones humanas, sin distingo alguno.
6. Mediante la aplicación de Educación Biocéntrica se propició la pedagogía del encuentro humano, fortaleciendo la integridad y la cualificación de los participantes, futuros profesionales maestros.

7. Con este trabajo biodanzante se despertaron en los participantes las sensibilidades frente a la comunicación, a la creatividad, a la afectividad, a la conexión con la naturaleza, a la relación con su propio cuerpo y al significado de su vida.
8. Somos los adultos los llamados a cambiar los paradigmas educativos contruidos desde sus intereses agónicos; por aquellos dinámicos, flexibles, vitales, renovadores, que impregnen de sentido y significado la existencia humana, y que con su vivencia contagien de AMOR al mundo, especialmente a nuestras jóvenes generaciones.
9. La capacidad de aprendizaje, la memoria, la percepción, las motivaciones existenciales, la ética, la estética, la identidad, la comunicación, el arte en todas sus expresiones, el juego, la inteligencia, el placer, la trascendencia, la vida, la trascendencia..., están fuertemente ligadas a la **afectividad**.
10. Nuestra experiencia en el ámbito universitario nos permitió identificar subjetivamente como: ternura, amistad, altruismo,

amor universal y afinidad por la vida, son una disposición abierta, una inclinación permanente de cuidado y empatía con las personas y con todo aquello que está vivo, pues la identidad se manifiesta y evoluciona sólo en interacción con "El otro"

11. Confirmamos que no basta danzar o moverse libremente para lograr un efecto terapéutico. Los ejercicios deben ser prescritos específicamente de acuerdo con el objetivo . Por lo contrario la danza libre y la expresión corporal "no dirigidas", sólo contribuyen a reforzar las estructuras motoras propias de la enfermedad sin producir cambios curativos.

RECOMENDACIONES

1. Una tarea que está por iniciarse en el ámbito educativo es la de conocer, aplicar y multiplicar esta propuesta pedagógica que permita la expresión de los potenciales humanos de vitalidad, placer, creatividad, amor, trascendencia..., los potenciales de la grandeza del hombre.
2. Se hace urgente y necesario implementar espacios vivenciales e innovadores que generen el desenvolvimiento humano en el ámbito universitario, pues, es allí donde se gesta la humanización y cualificación de los futuros profesionales.
3. Adecuar en las instituciones educativas un espacio físico privado, cómodo, de acceso oportuno para la realización de las actividades que así lo requieran.
4. Hacer seguimiento permanente eficaz y profesional en los ámbitos educativos, al desarrollo de las propuestas que quieran promoverse, a fin de respetar el curso de los procesos iniciados con los seres humanos.
5. Conocer, divulgar y aplicar la Educación Biocéntrica en todos los espacios, estamentos y niveles educativos, pues para llevarla a la Básica primaria, se hace necesario que los estudiantes

normalistas y universitarios licenciados en Educación, la hayan conocido, aplicado... vivido.

BIBLIOGRAFÍA

- DIÓGENES, Fátima. Educacao Biocéntrica. Un movimiento de educación dialógica. L999
- CAVALCANTE, Marcos. Pedagogía do encontro. Educando com Biodanza. MONOGRAFÍA Fortaleza, 1994.
- CREMA, REBRANDAO, D (org) Visao Holística em psicologia e educacao. Sao Paulo Editorial, 1990.
- DIÓGENES, Lúcia. A Imagen Corporal e a Identidade da Crianca. A Biodanza como fonte. Monografía Fortaleza 1993.
- PIAGET, Jean. A Linguagem e o Pensamento da Crianca. Sao Paulo. Martíns Fontes, 1986.
- TORO, Rolando. Coletânea de Textos. Vol. I y II Editora ALAB. 1991.
- TORO, Rolando. La Educación Biocéntrica. Biodanza Sistema R.T. Traducción Escuela Colombiana de Biodanza 2000.
- VIGOTSKI, Lev. S Pensamiento y Lenguaje. Sao Paulo. Martins Fontes. 1989.
- WILLIAMS, VerLee Linda. Aprender con todo el cerebro. Barcelona, Martínez Roca, 1986.
- TORO, Rolando. Educación Biocéntrica. Curso de formación docente. Junio 2001.
- TORO, Rolando. AFECTIVIDAD. Curso de formación docente. Textos originales del profesor Rolando Toro. 1977.
- MATLIN, Margaret W. FOLEY, Hugh J. Sensación y percepción. Tercera edición. Editorial Prentice Hall Hispanoamericana, México 1996.

WHITTAKER, James O. Psicología. Segunda edición. Editorial Interamericana, México 1977.

ALPERN, Mathew y otros, Procesos Sensoriales. Biblioteca de Psicología No. 4. Editorial Herder, Barcelona 1973.

SHIFFMAN, Richard . Percepción Sensorial. Editorial Limesa.

FACILITADORAS

NEYLA BEATRIZ MEJIA NARANJO. Lic. Psicología Educativa y Filosofía Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia . Esp. Educación Sexual Universidad Antonio Nariño. Candidata al título como Facilitadora en la Técnica de Biodanza con La Biocentric Foundation. Se ha desempeñado como: Tallerista de Desarrollo Humano en diferentes instituciones de Boyacá, Coordinadora Municipal de Alfabetización en Tunja, profesora de Humanidades y Filosofía, catedrática de Educación Biocéntrica en la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, oficialmente Maestra de Preescolar en la Institución Educativa Puente de Boyacá en Ventaquemada. Departamento de Boyacá

GELUY RUIZ DE VILLATE. Lic. Química y Biología. Magíster en Educación Universidad Pedagógica y tecnológica de Colombia. Esp. en Educación Sexual Universidad Antonio Nariño. Candidata al título como Facilitadora en la Técnica de Biodanza con La Biocentric Foundation. Profesora de varias Instituciones Educativas del Departamento de Boyacá; Catedrática de Educación Biocéntrica en la UPTC; Cogestora de la Especialización en Educación Sexual de

la Universidad Antonio Nariño; Tutora IDEAD. Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia. Tecnología en Mercadeo Agropecuario en las áreas de Fisicobioquímica, Nutrición y Control de Calidad; Catedrática de la Universidad Antonio Nariño de Tunja Facultad de Psicología, área de Biología. Presidenta Fundadora de la Asociación Colombiana de Educación en Sexualidad y Salud Integral; oficialmente maestra de niños de Educación Básica Primaria en el Colegio Los Libertadores.

GLORIA YANETH SÁNCHEZ SÁNCHEZ. Lic. Psicología Educativa y Administración Escolar. Magíster en Educación Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia. Esp. en Educación Especial Instituto Colombo Suizo. Esp. en Educación sexual Universidad Antonio Nariño. Candidata al título de Facilitadora en la Técnica de Biodanza con la Biocentric Foundation. Docente en los diferentes niveles educativos en Instituciones del Dpto. de Boyacá en el área de Orientación y Asesoría Escolar, Catedrática de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia y de la Universidad de Pamplona en las Facultades de educación; tallerista y asesora de procesos pedagógicos y de desarrollo del potencial humano, con docentes, estudiantes, padres de familia y empresarios; Coautora de trabajos de investigación como: "Incidencia de la marihuana en resolución de tareas abstractas" e "Incurción de Educación Biocéntrica en el ámbito universitario"; coautora de Módulos de Educación Sexual en Educación Superior para la Universidad Antonio Nariño y de "Educación para la vida y el amor " para la Universidad Santo Tomás de Aquino; Secretaria Fundadora de la Asociación Colombiana de Educación en Sexualidad y Salud Integral; Cogestora de la Revista IMÁGENES de ACOLSEX, (publicados 3 números) y oficialmente orientadora y asesora de

niños de Educación Básica Primaria en el Instituto Integrado Nacionalizado Silvino Rodríguez de Tunja.

GLOSARIO

TERMINOS	SIGNIFICADO
Educación Biocéntrica .	Pedagogía comprometida con la evolución de la vida
Paradigma	Son los pensamientos claves, anteriores a toda otra formulación teórica o metodológica.
Holística	Visión ampliada de la conciencia
Deflagrar	Arder rápidamente con llama y sin explosión
Pororoca	Unión de las aguas del Orinoco cuando desembocan en el mar (término indígena)
Entropía	Teoría de la comunicación que designa la incertidumbre de la naturaleza de un mensaje dentro de un conjunto de ellos(desde la sociología). Símbolo de destructividad y sensaciones de angustia.
Embriológicos	Parte de la Biología que estudia el embrión
Homeostasis	Tendencia de los organismos vivos a estabilizarse y a equilibrarse
Estado de Íntasis	Desde el Modelo teórico de Biodanza, es la súbita ampliación de la conciencia unida a la vivencia

	emotiva de estar vivo, concentrando todas las posibilidades del ser
Estado de éxtasis	Desde el Modelo teórico de Biodanza, es, Identificación profunda con la esencia de una persona, llegando a producirse una comprensión absoluta de ella, acompañada de una intensa emoción de amor y fraternidad
Núcleo Integrador	Es, según nuestro abordaje, la afectividad, que influye sobre los centros reguladores limbico-hipotalámicos
Renovación orgánica	Establecimiento de la armonía homeostática, es decir de la ultraestabilidad dinámica del biosistema
Reaprendizaje de las funciones originarias de la vida	Retroalimentación del comportamiento y del estilo de vida con los instintos básicos (programación genética)
Vivencias Integradoras	Activación del núcleo afectivo
Principio Biocéntrico	Constituye una poética de lo viviente, fundada en las leyes universales que conservan y permiten la evolución de la vida. Según Rolando Toro, es un estilo de sentir y de pensar que toma como punto de partida y como referencia existencial la vivencia y la comprensión de los sistemas vivientes
Homeostasis	Estado general de "equilibrio interno"
Región Límbico_Hipotalámica o arquiencéfalo	Ligaciones anatómicas entre el tálamo y el hipotálamo que forman un verdadero "cerebro interno" de emociones y sensaciones. Según Rof Carballo, cerebro de las emociones e instintos. Toro R: región que utiliza la auto cura en combinación con la función afectiva con el grupo.
Potenciales genéticos	Instintos básicos, programación genética
Neguentrópico	Símbolos de integración
Neurotransmisores	Mediador químico elaborado a nivel de una sinapsis, que efectúa la transmisión del impulso nervioso.
Ying - yang	Fuerzas complementarias y contrarias del universo: masculinas y femeninas.
Protovivencias	Experiencias básicas del niño(a), en sus primeros

	meses de vida. Determinan las respuestas globales frente al ambiente y los rudimentos de la comunicación Ej, movimiento, contacto, nutrición.....
Etapa de las Protovivencias	Según Rolando Toro, es, la fase larvaria en la génesis de los patrones de respuesta vivencial, en la que el infante durante sus primaros meses de vida, estructura neurológicamente sus respuestas-
Minotauro	Es una imagen bestial, que posee al mismo tiempo, la fuerza de los instintos primordiales y la inocencia de la naturaleza.

INSTRUMENTOS DE EVALUACION EDUCACION BIOCENTRICA

INSTRUMENTOS DE EVALUACION EDUCACION Biocéntrica

U P T C PRIMER SEMESTRE 2001

FICHA 01 ANALISIS EXISTENCIAL

Tomados de COLETANEA DE TEXTOS. VOLUMEN II Rolando Toro

NOMBRE _____ EDAD _____

OCUPACIÓN _____ SEMESTRE _____

GRUPO: () INICIACIÓN () VIVENCIA () AVANZADO

Carga Horaria _____

FRANCO					
CREATIVO					
FRIO					
INEXPRESIVO					
BONITO					
SENSIBLE					
RUTINARIO					
RECHAZANTE					
REPUGNANTE					
SENSUAL					
FRIGIDO-IMPOTENTE					
TIERNO					
FLEXIBLE					
DESARMONICO					
TORPE					

S = siempre F = Frecuentemente
R = Raramente N = Nunca

FICHA 05 ¿ COMO ES MI VINCULACION CON EL OTRO?

	S	F	R	N
1. Miro los ojos y mantengo la mirada de forma natural	()	()	()	()
2. Escucho las personas con atención	()	()	()	()
3. Tengo la impresión de que las personas no me escuchan	()	()	()	()
4. Mi amistad con las personas es duradera y profunda	()	()	()	()
5. Me considero una persona solitaria	()	()	()	()
6. Mis encuentros son superficiales	()	()	()	()
7. Mis encuentros son intensos y duraderos	()	()	()	()
8. Mis encuentros son intensos y sin embargo breves	()	()	()	()
9. Encuentro mucha dificultad para expresar lo que siento	()	SI	()	NO

10. Me siento inhibido cuando tengo que hablar en público	()	()	()	()
11. Considero que nadie me entiende	()	()	()	()
12. Tengo tendencia a dejar de lado mis necesidades para satisfacer la necesidades de otros	()	()	()	()
S = Siempre	F = Frecuentemente	R = Raramente	N = Nunca	

FICHA 06 ¿COMO SIENTO MI CUERPO?

	A	EP	OBSERVACIONES
FUERTE	()	()	_____
CALIDO	()	()	_____
SUAVE	()	()	_____
RECEPTIVO	()	()	_____
DINAMICO	()	()	_____
EXPRESIVO	()	()	_____
SALUDABLE	()	()	_____
EXCITABLE	()	()	_____
TIERNO	()	()	_____
SENSUAL	()	()	_____
GENITAL	()	()	_____

ATRACTIVO	() ()
SENSIBLE	() ()
FLEXIBLE	() ()
SABROSO	() ()
BONITO	() ()
JUVENIL	() ()
ARMONICO	() ()
IRRITABLE	() ()
DEBIL	() ()
MECANICO	() ()
INSENSIBLE	() ()
DISARMONICO	() ()
ADOLORIDO	() ()
FRIGIDO-IMPOTENTE	() ()
SUCIO	() ()
ENFERMO	() ()
TORPE	() ()
REPUGNANTE	() ()
PESADO	() ()
RECHAZANTE	() ()
SECO	() ()
INEXPRESIVO	() ()
VIEJO	() ()
FEO	() ()

A = AUTOEVALUACIÓN

EP = EVALUACIÓN PROFESOR

F I C H A 07 EXPRESION PSICOSOMÁTICA

La mayor parte de personas normales reconocen en si misma muchos de estos síntomas.

La presente lista sirve como test para controlar el estado de salud general del participante al comenzar y al finalizar el periodo:

() Angustia

() Rubor

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Llanto inmotivado | <input type="checkbox"/> Cefalea de Tensión |
| <input type="checkbox"/> Ataques histéricos | <input type="checkbox"/> Tensión por ansiedad |
| <input type="checkbox"/> Alucinaciones | <input type="checkbox"/> Enuresis |
| <input type="checkbox"/> Depresión | <input type="checkbox"/> Vértigo |
| <input type="checkbox"/> Carencia afectiva | <input type="checkbox"/> Alergia |
| <input type="checkbox"/> Carencia sexual | <input type="checkbox"/> Rinitis alérgica |
| <input type="checkbox"/> Fatiga | <input type="checkbox"/> Dermatitis |
| <input type="checkbox"/> Fantasías de suicidio | <input type="checkbox"/> Dermatitis seborreica |
| <input type="checkbox"/> Fobias | <input type="checkbox"/> Transpiración excesiva |
| <input type="checkbox"/> Miedo | <input type="checkbox"/> Inestabilidad
neurovegetativa |
| <input type="checkbox"/> Dificultades de comunicación | <input type="checkbox"/> Acne |
| <input type="checkbox"/> Rechazo a su propio cuerpo | <input type="checkbox"/> Herpes simple |
| <input type="checkbox"/> Irritabilidad | <input type="checkbox"/> Herpes genital |
| <input type="checkbox"/> Sentimiento de amenaza y peligro | <input type="checkbox"/> Despigmentación del
cabello |
| <input type="checkbox"/> Sentimiento de culpabilidad | <input type="checkbox"/> Verrugas |
| <input type="checkbox"/> Predisposición a los accidentes | <input type="checkbox"/> Lupus eritomatoso |
| <input type="checkbox"/> Sentimientos de inferioridad | <input type="checkbox"/> Parestesias |
| <input type="checkbox"/> Sensaciones de persecución | <input type="checkbox"/> Soriasis |
| <input type="checkbox"/> Sentimiento de rechazo al padre | <input type="checkbox"/> Prurito anal |
| <input type="checkbox"/> Sentimiento de rechazo a la madre | <input type="checkbox"/> Prurito vulvar |
| <input type="checkbox"/> Stress | <input type="checkbox"/> Neurodermatitis |
| <input type="checkbox"/> Miedo al abandono | <input type="checkbox"/> Alitosis |
| <input type="checkbox"/> Miedo al ridículo | <input type="checkbox"/> Caries dental |
| <input type="checkbox"/> Náuseas | <input type="checkbox"/> Aerofagia |
| <input type="checkbox"/> Bulimia | <input type="checkbox"/> Anorexia |
| <input type="checkbox"/> Eruptus | <input type="checkbox"/> Intestino constreñido |
| <input type="checkbox"/> Obesidad | <input type="checkbox"/> Úlcera gástrica |

() Enfermedades venéreas

()

Otras _____

OBSERVACIONES
