



INTERNATIONAL BIOCENTRIC FOUNDATION

Escuela De Biodanza S.R.T. Al-Ándalus De Málaga

Director Tuco Nogales



BIODANZA Y EL I'CHING **Una Danza Universal**

MONOGRAFÍA PARA OPTAR AL TÍTULO DE FACILITADORA DE BIODANZA

Alumna: Chon Esteve

Tutor: Tuco Nogales



*19 de Octubre 2018 – Cortijo Los Baños
Lucainena de las Torres - Almería*

*¡Oh día, levántate!...los átomos danzan,
las almas arrebatadas de éxtasis, danzan,
la bóveda celeste a causa de ese Ser, danzan.
Te diré al oído hacia donde conduce su danza:
todos los átomos que hay en el aire y en el desierto -
compréndelo bien- están enamorados como nosotros,
y cada uno de ellos, feliz o desdichado, se encuentra des-
lumbrado por el sol del alma incondicionada.*

Jalal al-Din Rumi

AGRADECIMIENTOS

Dedico este trabajo a mis padres, Juan y Ascensión que me dieron los mejor ellos.

A mi hermano Juan, que ha cuidado de mí durante toda mi vida, yo no hubiera llegado hasta aquí, si él no hubiera estado siempre ahí, a mi lado.

A Lolita, Blanca y Hernando por ser parte de mi vida. A Cansu, Juan Carlos por hacerlos felices. A Valeria y Aleix dos personitas que nos han cambiado la vida.

En la vida humana, los compañeros y amigos son muy importantes para mantener la felicidad y la satisfacción; a mis amigas sexagenarias con las que comparto una amistad y una cooperación basadas en una mente abierta y un corazón generoso. Gracias: Violeta, Fina, Emilia, Begoña, Marisol y Carmen.

A Rosa porque su presencia hace la vida infinitamente mejor.

A Xili que entre los libros que me dejó en su legado, uno de ellos fue *Biodanza* de Rolando Toro.

A Jaime y Juana Mari por darme abrigo en su casa con su cariño y generosidad, durante los años de mi formación.

Agradezco a la vida el día que me puso por delante Biodanza.

A mis compañeros del 2º ciclo de formación, que me ayudaron a crecer y a comprender. A los compañeros del 3º ciclo que abrieron su corazón para que me sintiera en casa durante los seis meses que duro mi tiempo de Metodología.

A mi director de Escuela Tuco Nogales, que me enseñó a bailar sin mirar las limitaciones.

A Todas las personas que me han acompañado en el camino de crecimiento y del conocimiento, gracias porque por ellas soy mejor persona.

Y a Rolando Toro, por dejarnos su legado de sabiduría y humanidad, por darnos acceso a la sacralidad de la vida.

“Si no aprendemos a vivir, toda nuestra erudición y todos nuestros esfuerzos están perdidos, pero biodanza actúa sobre la parte sana, es decir, sobre nuestros potenciales aunque apenas estén apareciendo”. Rolando Toro



INDICE

BIODANZA Y EL I' CHING - Una Danza Universal

INTRODUCCIÓN	5
CONSIDERACIONES PREVIAS.....	8

PRIMERA PARTE Historia y desarrollo del I' Ching

ORIGEN Y EVOLUCIÓN (El I' Ching o Libro de las Mutaciones)	9
EL I' CHING ¿Qué es?	10
TODO COMENZO CON DOS TRAZOS	11
COMO EL YIN Y EL YANG DIERON LUGAR AL TRIGRAMA.....	12
LOS OCHO TRIGRAMAS	13
SUS SIGNIFICADOS	14
LOS HEXAGRAMAS	15
EL ORACULO EN EL I' CHING.....	16
ACERCA DE LA OBTENCIÓN DEL ORACULO	17
LA CONSTRUCCION DEL HEXAGRAMA	18

SEGUNDA PARTE Una Danza Universal

INTRODUCCION	21
LA CAUSALIDAD, LA SINCRONICIDAD (Aclarando términos)	22
SINCRONICIDAD Y BIODANZA.....	23
EPISTEMOLOGIA Y VIVNCIA.....	24
COSMOGONIA Y PRINCIPIO BIOCENTRICO	26
DANZANDO EL YIN Y EL YANG.....	30
OCHO TRIGRAMAS Y LA NATURALEZA	32
MUTACION Y FLUIDEZ.....	37
CONSIDERACIONES FINALES.....	39
BIBLIOGRAFIA.....	40

BIODANZA Y EL I'CHING

UNA DANZA UNIVERSAL

INTRODUCCIÓN

En el momento en que, tuve que elegir el tema a tratar en mi monografía, me encontré en una encrucijada, donde no supe qué camino tomar. Me ofusque en varias ocasiones en el tema a tratar. Hasta que un día hablando con mi Director de Escuela, Tuco Nogales, me marco el rumbo a seguir... Me dijo: si conoces el I Ching... hablemos de él y aquí estoy.

El presente trabajo nace del corazón, y de la experiencia de mi vida. El I Ching llegó a mí hace 20 años, camuflado entre otras disciplinas y mancias. Me fue de mucha utilidad ante las decisiones que tuve que tomar en aquellos momentos y también me di cuenta de su doble función, no solo oracular sino como libro de crecimiento, ya que si bien, podía arrojar luz ante un camino a seguir, también lo podía utilizar como un libro de conocimiento y superación ante las adversidades.

He dicho, que el presente trabajo nacía del corazón, si ciertamente, también del esfuerzo y de la incertidumbre, a mediados del mismo estaba tan perdida, que no encontraba el cabo del ovillo para deshacer la madeja y una mañana me dije... estas trabajando con el I' Chin ¿pregúntale?

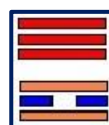
La formulación de la pregunta debería ser correcta... medite unos instantes y pregunte ¿Es el momento adecuado para realizar este trabajo sobre el I' Ching?

La contestación me dejó perpleja el oráculo 13 “Comunidad de los Hombres” el comentario de los trazos o líneas se entenderá mejor cuando lleguemos al final del trabajo, ahora solo ceñirme a las sentencias del I' Ching:

Hexagrama nº 13

Arriba el cielo

Abajo el fuego



En el Libro de las Mutaciones su dictamen es:

*“Comunidad con hombres en lo libre: éxito.
Es propicio atravesar las grandes aguas.
Propicia la perseverancia del noble.”¹*

Antes cuando vivía sin conocer Biodanza, me faltaba la percepción de mi misma. Siempre he sido de vocación tardía, comencé a estudiar a mis 30 años e ingrese en la universidad a los 38, la licenciatura en Geografía e Historia llegó a los 48 y mi jubila-

¹ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 – pág. 133

ción a los 55, en esto no fui tardía, tuve suerte, pero no fue hasta los 60 cuando encontré Biodanza ¿por casualidad? no, más bien por sincronicidad.

Llegue a vivir al Mar Menor cuando me prejubilaron, un día busque en internet un Mándala para colorear y me apareció un Espacio Alternativo con ese nombre. Deje mi mail para que me mandaran información sobre las actividades. En menos de una semana me informaban de que iban a efectuar un taller sobre “Biodanza y Voz” con Tuco Nogales. -ino sé qué es esto! - bueno me apunto y comienzo a relacionarme.

¿Cómo se confabulo el universo para que yo conociera Biodanza?, ino lo sé!, pero lo conocí en Febrero y ese mismo año 2010 en septiembre, comencé mi formación como facilitadora.

Comunidad con hombres en lo libre: Éxito. (dice el primer párrafo).

Cierto, con hombres y mujeres que me llevaron de la mano en la poesía del encuentro humano, que fui quitándome capas de prejuicios y de perjuicios hasta tener la certidumbre de la libertad, por tanto: Éxito.

*Es propicio atravesar las grandes aguas.
Propicia la perseverancia del noble.*

Cuando aparece la imagen del inconsciente en las mancias, siempre aparece el color azul, y éste junto al agua. No me daba opción, tenía que seguir, tenía que enfrentarme a mi impotencia y perseverar, afrontar el reto y plantarle cara, continuar escribiendo. Hacer y deshacer como Penélope, pero siempre en la confianza del éxito. Ahora había encontrado mi lugar mi espacio solo el último escalón para alcanzar mi título de Facilitadora.

El libro de las Mutaciones nos dice en su introducción que la solución está dentro de nosotros y necesitamos un punto de ética para que el oráculo se cumpla. Del dictamen del Oráculo 13 se deduce que:

- Estoy en “una comunidad de hombres y mujeres que quieren convertirse en punto de referencia para toda una civilización”.²

Una comunidad extraordinaria, amorosa, donde tengo la oportunidad de amar, agradecer y crecer interiormente, donde me respetan y me quieren, tal y como soy. Es importante para mí persistir en este Trabajo. Por ello tengo que atravesar las aguas del conocimiento ¿cómo? - *Perseverando es el momento propicio* - y tendré ventura.

Tras esta consulta la decisión fue lanzarme a las aguas para llegar pronto a puerto seguro.

Por último indicar que cuando inicie mi for-



² Rodríguez, Nora E. *I' Chin En La Vida Cotidiana* – Editorial Integral – Barcelona 1998 pág. 80

mación, para ser facilitadora de Biodanza, en el segundo año vimos el Modulo 18 que reza así: “*Aplicaciones y Extensiones de Biodanza*”, una extensión que nos dice “*Danzar el I Ching*”.

Parece ser que fue Rolando Toro el que superviso esta extensión³. Pero la reseña en el módulo es de apenas un párrafo de cuatro líneas, lo cual es insuficiente para tener una idea del significado del mismo.

Y... este fue otro de los motivos que me indujo a elaborar el presente trabajo.



³ Autorizó a Berta García Ossa de la Escuela de Biodanza del Mar de Santiago de Chile, a impartir la extensión sobre esta disciplina.

CONSIDERACIONES PREVIAS

El presente trabajo consta de dos partes:

Una primera por la que conoceremos el origen, naturaleza y utilización del I Ching. Cuál es el origen del signo y como se forma el trigramma y su evolución para hacer posible un hexagrama.

Y Una segunda, donde desarrollaré los puntos en común del I Chin y la Biodanza. Cuánto hay de Ecología de Ecofactores, de fluidez, de ética, de poesía y de humanidad; en definitiva saber en qué puntos o en que mementos Biodanza y el I Ching mantienen una maravillosa danza en el cosmos.

Mi propuesta se queda ahí, a las puertas de la extensión “*Danzar el I'Ching*”



El Rey FuHsi y su Exposa Nüwa. Creando el mundo.

Escultura Creada en Xi'an - China

PRIMERA PARTE

HISTORIA Y DESARROLLO DEL I' CHING

ORIGEN Y EVOLUCIÓN - El I'Ching o Libro de las Mutaciones

El I' Ching data de, aproximadamente, unos 3.000 años a. de C., es anterior al Taoísmo y al Confucionismo, según algunos eruditos, pero es innegable que su legado ha alimentado prácticamente todas las disciplinas de conocimiento Chino:

Se cree que sus textos proceden de comienzos del reinado de la dinastía Chou 1122 a 249 a.C. Parece ser que, Lao Tse, Chuan Tse, Lie Tse, fueron sin duda los que intuyeron la secuencia cíclicamente infinita de los 64 signos, denominados hexagramas en Occidente, (este aspecto lo desarrollamos más adelante).

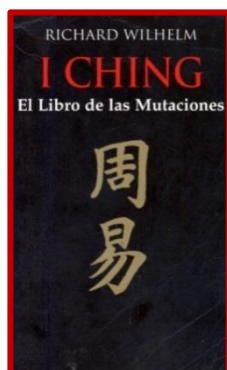


El I' Ching es el título abreviado del Libro de las Mutaciones. Una compilación de conocimientos que han recorrido un largo camino hasta nosotros. Hay muchas versiones del I'Ching. El Libro de Las Mutaciones de la Editorial Sudamericana – Buenos Aires. Podemos decir que es la fuente de donde han bebido el resto de las publi-

caciones.⁴

Las primeras noticias que tenemos de este libro de sabiduría, aparece

- *“En 1703 Leibniz declara su sorpresa frente a la total coincidencia matemática de la estructura y ordenamiento de los hexagramas del I'Ching con el sistema numérico binario ideado por él (para fines diferentes), coincidencia descubierta gracias a su relación epistolar con el Padre Bouvet, misionero en Pekín. Esto sucedió ciento treinta años antes de conocerse en Europa una primera versión del I' Ching, publicada en latín por el sacerdote jesuita P. Regis Editorial. J. Mohl, Stuttgart y Friburgo, 1835”⁵*



Este Libro llegó a Europa en el siglo XIX con sus consiguientes intentos de traducción, siglos antes Athanasius Kircher había obtenido una tabla con los signos del I'-Ching pero, completamente ignorante de su sentido original los interpretó como una forma de lenguaje abstracto universal. La relativa difusión de su obra propagó el conocimiento del I' Ching en occidente, pero desde una perspectiva exotérica que distorsionaba su significación. Por tanto, se suele afirmar que esta práctica fue desconocida en Europa hasta hace poco más de un siglo.

⁴ Sin hacer menosprecio a las distintas versiones que actualmente encontramos en el mercado.

⁵ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999. Pág. 14

Uno de los mayores especialistas occidentales en el I' Ching fue el Misionero y sinólogo alemán Richard Wilhelm, quien publicó una versión del libro en 1923. Una nueva versión publicada en 1948, llevaba un prólogo del psiquiatra suizo Carl G. Jung, autor de la teoría del Inconsciente colectivo. La versión de Wilhelm presenta el libro en tres grandes secciones o libros, con los textos más antiguos en la primera parte y reservando la segunda y tercera parte para, lo que se ha denominado, las “Diez Alas” o comentarios de la escuela confuciana.

Esta versión del Alemán fue traducida al castellano por D. J. Vogelmann. Con prólogos de Carl G. Jung, Richard Wilhelm y Hellmut Elhelm y el poema de Jorge Luis Borge. Es el I' Ching o Libro de las Mutaciones editado por Editorial Sudamericana – BUENOS AIRES, vigésimo primera impresión de 1999. (Por supuesto, hoy hay más impresiones y editoriales)

Es importante tener en cuenta esta fuente que será mi referente, aunque trabajare con más libros y apuntes personales.

EL I' CHING ¿Qué es?

El clima de desconcierto espiritual que nos está caracterizando en los últimos tiempos ha dado lugar, a una singular y casi asombrosa divulgación del I' Ching, no tanto en su lectura y comprensión sino en su uso oracular.

“El hombre ha perdido su Tao, el sentido de su vida, su camino, y el que pierde su camino se ve invadido por la angustia de lo incierto”⁶

Es evidente que la posibilidad de utilizar este libro como oráculo, da origen a su éxito exotérico. En este sentido se descuida la verdadera indagación que sólo es realizable en el ámbito de sí mismo, de la propia interioridad, de la cual procede toda respuesta válida y también toda apertura a nuevas indagaciones correctas.



Podemos decir entonces que el I' Ching es un libro-Herramienta, se considera que es al mismo tiempo un libro puramente sapiencial y un libro oracular. Richard Wilhelm nos dice que:

- *“Como libro sapiencial es fuente de una irreversible sabiduría de la vida que consiste fundamentalmente en lograr la armonía del individuo con el cambiante fluir de las corrientes universales, en adaptarse -activa o pasivamente- a los cambios, las mutaciones del acontecer”⁷*

Como libro oracular, nos puede ayudar como instrumento auxiliar para hallar esta posible armonía, un faro que nos guíe en una orientación correcta.

Una lectura atenta, una meditación de los pasajes de los textos nos lleva a la comprensión, dice Wilhelm en su introducción, de que entre los dos aspectos (exotérico oracular y esotérico de conocimiento interior) no hay separación alguna: *“Es como si*

⁶ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 - Pág. 13

⁷ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 - Pág. 11

la faz sapiencial del libro correspondiera a su energía yang, espiritual, y la oracular a su energía yin, terrenal”⁸ Ambas se complementan formando una indisoluble unidad., por lo que podemos ver una síntesis de la realidad de los más diversos ángulos.

En su origen, el I'Ching es un libro sin palabras. Es una sucesión infinita de signos no idiomáticos con significados infinitos: un perfecto sistema algebraico, como consecuencia su lectura, su aplicación e interpretación es igualmente ilimitada y universal.

- “Puede interpretarse como una cosmogonía, como un sistema de lógica o de matemáticas, en última instancia como una representación de la trama evidente del mundo, o más allá de ésta, como una representación de su trama secreta. El texto verbal que se le asigno y que llegó a nosotros es una creación epistemológica humana inspirada en una visión metafísica de ese ciclo de cambiantes imágenes gráficas de significación omnivalente”.⁹

Es una gran obra filosófica y a la vez poética. Este legado de la antigüedad china es una versión “humanista” del lenguaje de los signos, que en si es abstracto, pero en su contenido nos encontramos con la comprensión y la inclusión de todo, pues se refiere fundamentalmente al mundo humano, a la vida de los hombres y sus circunstancias, es un conjunto de sabiduría taoísta con los principios de la filosofía moral confuciana, es por lo que se nos presenta virtualmente como un tratado de ética.



- “Es como si el acatamiento de los principios éticos fuese condición imprescindible para que, en su función oracular, las predicciones puedan darse y los vaticinios puedan cumplirse”¹⁰

El que lo estudia como libro sapiencial y se sumerge en sus profundidades sale sabiendo que *lo único inmutable es la mutación* y así podremos ir adaptando nuestra vida a los cambios. Porque si no hay cambio no hay vida, nunca estamos en el mismo sitio. La vida es cambio.

TODO COMIENZA CON DOS TRAZOS

Hemos dicho que en su origen el I'Ching es un libro sin palabras, es una sucesión infinita de signos no idiomáticos con significados ilimitados, su lenguaje es simplificado, simbólico, está reducido a dos trazos gráficos: — -- . Son símbolos poderosos, encargados de representar las dos grandes fuerzas elementales que forman la trama de la vida y condicionan la evolución de todas las cosas en el universo. Son fuerzas opuestas pero complementarias, indisociables, inconcebibles las una sin la otra, reconocidas por primera vez por los sabios chinos e identificadas con los vocablos Yang y Yin.

⁸ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 –Pág. 12

⁹ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 –Pág. 12

¹⁰ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 –Pág. 13



Para ellos Yang (—) es la energía y Yin (--) es la materia, que se complementan y se unen para generar la totalidad de los fenómenos que observamos en nuestro planeta. Para hacernos una idea, pensemos, en lo que se refiere a los hechos cotidianos, en cuánta energía, es decir cuanta voluntad, tenemos que acumular para emprender nuestros proyectos, para conseguir que las cosas empiecen a moverse. La Energía implica movimiento, mientras que la Materia evoca la idea de reposos.

Por lo tanto, en el I'Ching el signo positivo (— = Yang) simboliza todo lo que concierne a la Energía: El movimiento, la fuerza, lo masculino, la expansión etc., pero también todo lo que resulta de su uso; El fuego, el calor, la luminosidad etc., Por su parte, el signo negativo(-- = Yin) se le atribuirá todo lo que pertenece al campo opuesto; la Materia, lo femenino, la fuerza de la inercia, la tierra etc., Pero también lo que resulta lógicamente de todo ello; La receptividad, la suavidad, el reposo, la pasividad, el frío, la oscuridad etc.

El I'Ching se limita a comprobar objetivamente las leyes naturales, sin emitir ningún juicio de valor sobre las fuerzas presentes, el signo “negativo” no es menos valioso que el signo “positivo” sino tan solo, son diferentes.

COMO EL YING Y EL YAN DIERON LUGAR AL TRIGRAMA

- *“Los santos sabios de tiempos antiguos hicieron el Libro de las Mutaciones de este modo:....Adjudicaron al Cielo el Número tres y a la Tierra el número dos y calcularon de conformidad los números siguientes. Contemplaron las modificaciones en lo oscuro y lo luminoso y establecieron de conformidad los signos. Engendraron movimiento en lo firme y lo blando e hicieron que de esta suerte se originaran las líneas individuales. Obraron en sí mismos la concordancia con el TAO y su VIRTUD (con el sentido y la vida) y de acuerdo con ello establecieron el orden de lo recto. Al penetrar con el pensamiento el orden del mundo externo hasta el fin, y la ley de su propia interioridad hasta el núcleo más profundo, arribaron a la comprensión del destino”¹¹*



El libro segundo del Libro de las Mutaciones comienza con esta reseña sobre la *Discusión de los Trigramas* y nos dicen que: los principios fundamentales del Universo son el Cielo y la Tierra, el Espíritu o Energía y la Materia. La Tierra es lo derivado; por eso se le asigna el número *dos*. El Cielo es la unidad última que empero, comprende a la Tierra dentro de sí; por eso se le adjudica el número *tres*, ya que el número *uno* al no albergar dentro de sí ninguna posible diversidad, es una entidad demasiado abstracta e inmóvil. Conforme a esta concepción se continuo luego adjudicando los números impares al mundo celeste, y los números pares al mundo terrenal.

¹¹ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 –Pág. 349

Entre estas dos fuerzas Elementales que se oponen y se unen permanentemente en el universo, entre la Energía y la Materia, existe evidentemente un gran número de estados intermedios.

Para poder dar cuenta de esos estados extremos o intermedios los dos signos elementales del I'Ching (— y --) se unen en principio en combinaciones de tres en tres, en todas las formas posibles, para formar un total de ocho trigramas, de los cuales los trazos positivos y negativos se van a influir, atraer o rechazar según el lugar que ocupen los unos respecto a los otros.

LOS OCHO TRIGRAMAS

- *“El Cielo y Tierra determinan la dirección. La Montaña y el Lago mantienen la unión de las fuerzas. El Trueno y el Viento se excitan mutuamente. El Agua y el Fuego no se combaten entre sí. Así se sitúan, entreveradamente los ochos signos o trigramas...”¹²*

Tememos por tanto verbalizados los ocho trigramas sus signos o pictogramas son:



EL CIELO



LA TIERRA



EL TRUENO



EL VIENTO



EL FUEGO



EL AGUA



EL LAGO



LA MONTAÑA



Podríamos decir que estos ocho signos pueden estar contenidos dentro del símbolo del Yin y del Yang.









Los ocho Trigramas, base del sistema de adivinación del I'Ching, han sido creados simbolizando las ocho fuerzas primordiales del Universo.

Cuando combinamos estos trigramas entre si nos dan lugar a los 64 Hexagramas.

¹² Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 –Pág. 352

SUS SIGNIFICADOS

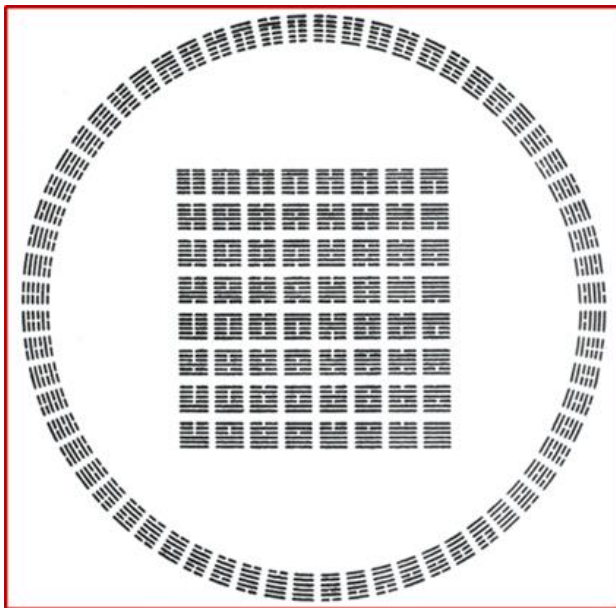
Existen ocho posibles combinaciones de líneas Yin-Yang, es decir ocho trigramas y a cada uno se le otorga un nombre, un atributo y unas propiedades que describen su características esenciales:

	Nombre		Cualidad	Imagen	Familia
	<i>ch'ien</i>	lo creativo	fuerte	cielo	padre
	<i>kun</i>	lo receptivo	abnegado	tierra	madre
	<i>chen</i>	lo suscitativo	movilizante	trueno	primer hijo
	<i>kan</i>	lo abismal	peligroso	agua	segundo hijo
	<i>ken</i>	el quietamiento	quieto	montaña	tercer hijo
	<i>sun</i>	lo suave	penetrante	viento, madera	primera hija
	<i>li</i>	lo adherente	luminoso	fuego	segunda hija
	<i>tui</i>	lo sereno	regocijante	lago	tercera hija

LOS HEXAGRAMAS

- “Los sabios de tiempos antiguos hicieron el Libro de las Mutaciones de este modo: ellos quisieron escrutar los órdenes de la ley interior y del destino. Establecieron por lo tanto el **Tao**(sentido) del Cielo y lo denominaron: **lo oscuro y lo luminoso**. Establecieron el **Tao** (sentido) de la Tierra y lo denominaron: **lo blando y lo firme**. Establecieron el **Tao** (sentido) del hombre y lo denominaron: **El amor y la justicia**.
- Juntaron estas tres energías fundamentales y las duplicaron. Por esta causa son siempre seis trazo los que en el libro de las mutaciones forman un signo o hexagrama. Los puestos se distribuyen entre oscuros y luminosos; sobre ellos se sitúan, turnándose, trazos blandos y firmes. Por esta razón el Libro de las Mutaciones tiene

seis puesto que dan forma a las figuras lineales (los hexagramas)”¹³



Por tanto, cada Hexagrama contiene en sí mismo dos trigramas combinando trazos fuertes y blandos.

En esta figura vemos dos representaciones distintas; una en círculo y otra en cuadrado en la forma en que tradicionalmente se disponen los 64 hexagramas del I'Ching.

Estos signos de seis trazos, constituyen, por así decirlo, imágenes representativas de estados o situaciones universales reales, con sus combinaciones entre la fuerza luminosa ce-

lestial y la oscura, terrena. Los hexagramas ofrecen las imágenes de los estados y las circunstancias del mundo en general, y las líneas individuales señalan dentro de esas circunstancias totales las cambiantes situaciones globales e individuales.

¿Cuál fue la finalidad del I'Ching?. En un principio no fue otra que la de “educar” u “orientar” a los dirigentes que en la época ejercían “poder político” sobre el pueblo. Estos eran los Soberanos, Príncipes, Altos funcionarios y personas con acceso a la lectura. La finalidad fue la de enseñarles a gobernar, manteniendo el orden y logrando lo mejor para el pueblo.

- “En el momento de su aparición, convivían varias filosofías en China; la filosofía animalista propia de la época, con los conceptos del Fluir eterno de las cosas; el equilibrio y desequilibrio constante en las fuerzas de la naturaleza, propios de la observación Taoísta, que junto con las ideas provenientes de la India, preconizaron la separación de los deseos propios de los hombres, del “Ego”, para poder ser más ecuanímes y tener mayor éxito en el gobierno y en la administración”.¹⁴

¹³ Wilhelm, R. I Ching El libro de las Mutaciones. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 –Pág. 351

¹⁴ Lao Tse. Tao te King- traducción y comentarios: Roberto Tucci. Ediciones Librería Argentina – Madrid 2011

EL ORACULO EN EL I' CHING

Carl Gustav Jung en el prólogo del libro de las Mutaciones nos dice:

- *“...A lo largo de más de treinta años me he interesado por esta técnica oracular o método de exploración del inconsciente, ya que me parecía de insólita significación.....puedo asegurar al lector que no es en modo alguno fácil de hallar la correcta vía de acceso a este monumento del pensamiento chino, que se aparta de manera tan completa de nuestros modos de pensar. A fin de entender que significa semejante libro es imperioso dejar de lado ciertos prejuicios de la mente occidental.*

Es un hecho curioso que un pueblo tan bien dotado e inteligente como el chino no haya desarrollado nunca lo que nosotros llamamos ciencia...

...En otras palabras, quien quiera que haya inventado el I'Ching estaba convencido de que el hexagrama obtenido en un momento determinado coincidía con éste en su índole cualitativa, no menos que en la temporal. Para él el hexagrama era el exponente del momento en que se extraía, por cuanto se entendía que el hexagrama era un indicador de la situación esencial que prevalecía en el momento en que se originaba....

*...Este supuesto implica cierto curioso principio al que he denominado **sincronicidad**, un concepto que configura un punto de vista diametralmente opuesto al de causalidad. Dado que esta última es una verdad meramente estadística y no absoluta, constituye una suerte de hipótesis de trabajo acerca de la forma en que los hechos se desarrollan uno a partir de otro, en tanto que la sincronicidad considera, que la coincidencia de los hechos en el espacio y en el tiempo significan algo más que un mero azar, vale decir, una peculiar interdependencia de hechos objetivos, tanto entre sí, como entre ellos y los estados subjetivos (psíquicos) del observador o los observadores”¹⁵*

Experimentar el I'Ching, en su aspecto oracular, es intentar comprender como se generan y se producen los cambios en nuestras circunstancias y en nosotros mismos. Este milenar tratado de leyes universales, nos va a indicar la dirección natural o de menor resistencia al cambio que presenta la situación en la que nos encontramos.

Nos da la posibilidad de descubrir y desenmascarar las contraindicaciones que se esconden tras las apariencias y llegar a comprender los cambios que se producen en nuestra vida, es principalmente lo que nos ofrece el I' Ching a través de la estructura de ideas representadas en los diferentes hexagramas y de las relaciones que se establecen entre las mismas.

Como podemos ver, no es una adivinación de futuro sino comprender de antemano las posibles consecuencias de una determinada idea, palabra, hecho o actitud, que algunos podrían creer que están adivinando el futuro, aunque realmente, se trataría de una simple previsión, resultado de la comprensión de la relación que existe entre los acontecimientos.

¹⁵ Wilhelm, R. I Ching El libro de las Mutaciones. Prólogo de C.G.Jung. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 – Pág. 22, 24 y 25.

ACERCA DE LA OBTENCIÓN DEL ORACULO

- “Los santos sabios de tiempos antiguos hicieron el Libro de las Mutaciones de este modo: para ayudar de manera misteriosa a las luminosas divinidades, inventaron el oráculo de los tallos de milenrama. Adjudicando al **cielo** el número **tres** y a la **tierra** el número **dos**”.¹⁶
- “Los mediadores para la expresión de la inteligencia sobre humana eran, desde antiguo, tres: los hombres, los animales y las plantas; en los cuales la vida pulsa de diversa manera. Agregando a estos un cuarto factor la utilización del azar,...La utilización del azar dio nacimiento al oráculo. El libro de las Mutaciones se funda en el oráculo vegetal, manejado por personas humanas mediúmicamente dotadas”.¹⁷

De conformidad con la tradición, los antiguos obtenían el oráculo a través de las varillas de Aquilea o Milenrama, en una combinación muy elaborada. Se utilizaban 50 varilla y se apartaba una, del resto se van dividiendo, de una manera determinada en grupos.

Es un sistema en el que sólo interviene la energía del consultante. La división al azar y el recuento de los tallos era una compleja operación que se reducía a números, los que a su vez representaban líneas enteras o líneas quebradas — -- .

A parte del método del oráculo por medio de los tallos de Milenrama está también en



uso un método abreviado con monedas, para el cual normalmente se utilizan antiguas moneas chinas de bronce que tienen un agujero en el medio y escritura en una de las caras.

La consulta mediante el uso de monedas chinas adquiere una connotación especial por su simbólica conexión ancestral. Estas son redondas, con un agujero cuadrado en el centro. La circularidad representa al principio creativo del yang (el Cielo), mientras que el orificio cuadrado simboliza el principio receptivo del yin (la tierra).

Cada lado de las monedas tiene asignado un valor estático, de forma que al sumar los de las tres monedas lanzadas, se obtiene un sumatorio total que oscila entre seis y nueve, y así se determina si el trazo de la línea del hexagrama es yang (impar, línea continua) o yin (par, línea quebrada).

En las monedas chinas el lado que tiene más grabados o ideogramas, normalmente cuatro, es el valor Yang o lado positivo (su valor es de 3) y el que tiene dos ideogramas o ninguno es Yin o lado negativo (su valor es 2).

¹⁶ Wilhelm, R. I Ching El libro de las Mutaciones. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 – Pág. 349

¹⁷ Wilhelm, R. I Ching El libro de las Mutaciones. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 – Pág. 350

LA CONSTRUCCION DEL HEXAGRAMA

Para ello vamos a utilizar las monedas en los valores ya establecidos:

Cara le daremos valor 3

Cruz le daremos valor 2

El hexagrama se construye trazo a trazo, comenzando por el trazo n° 1 hasta llegar al trazo n° 6; es decir de abajo arriba.

- Se tomen las monedas con el valor establecido.
- Se lanzan centrándose en la pregunta que previamente se ha realizado y se suman los valores obtenidos. Por ejemplo 2 cruces + 1 cara = 2+2+3= 7.
- y se obtiene la línea n° 1.
- Repetiremos la operación 5 veces más hasta construir el hexagrama.

Seguidamente incluyo un cuadro con los valores posibles a obtener.

TOTAL OBTENIDO	TRAZOS A ANOTAR
$\textcircled{3} + \textcircled{3} + \textcircled{3} = 9$ Cara Cara Cara	$= 9 = \text{—} >$
$\textcircled{3} + \textcircled{3} + \textcircled{2} = 8$ Cara Cara Cruz	$= 8 = \text{—} \text{—}$
$\textcircled{3} + \textcircled{2} + \textcircled{2} = 7$ Cara Cruz Cruz	$= 7 = \text{—}$
$\textcircled{2} + \textcircled{2} + \textcircled{2} = 6$ Cruz Cruz Cruz	$= 6 = \text{—} \text{—} >$

18

Como vemos los trazos duros yang son números impares y nos encontramos con dos valores el 9 y el 7, el trazo de valor 9 tiene un signo que nos indica que dicho trazo se puede transformar, se deberá tener en cuenta. (se repite el valor yang 3 veces=9), pondremos un cirulo en el centro de la línea.

También tenemos los trazos blandos son número impares el 8 y 6, también tendremos en cuenta el valor 6 ya que este trazo se puede transformar. (se repite el valor yin 3 veces=6), pondremos una cruz en el centro.

Así tendremos que el trazo duro — valor 9, se transforma en trazo blando $\text{—} \text{—}$ valor 6. Y a la inversa.

Tener en cuenta las líneas cambiantes, nos dice que pueden producirse cambio en los acontecimientos y la descripción del hexagrama lo tiene en cuenta, por tanto obtendremos un nuevo hexagrama con distintos valores.

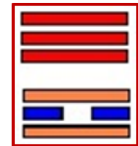
Los hexagramas se construyen siempre de abajo hacia arriba, desde el presente hacia el futuro; por tanto, el primer trazo que se obtenga mediante la tirada deberá situarse en la parte de abajo del hexagrama y los demás se irán situando uno a uno encima de él, según el siguiente esquema:

- 6)
- 5) Trigramas superior
- 4)
- 3)
- 2) Trigramas Inferior
- 1) Primer trazo obtenido

Ejemplo:

La pregunta efectuada en la “introducción” decía así

¿Es el momento adecuado para realizar este trabajo sobre el I' Ching?



Deberemos buscar el citado hexagrama en el cuadro siguiente

Trigramas superior → inferior ↓	<i>k'un</i> la tierra	<i>gen</i> la montaña	<i>kan</i> el agua	<i>xun</i> el viento	<i>zhen</i> el trueno	<i>li</i> el fuego	<i>dui</i> el lago	<i>qian</i> el cielo
<i>k'un</i> la tierra	2	23	8	20	16	35	45	12
<i>gen</i> la montaña	15	52	39	53	62	56	31	33
<i>kan</i> el agua	7	4	29	59	40	64	47	6
<i>xun</i> el viento	46	18	48	57	32	50	28	44
<i>zhen</i> el trueno	24	27	3	42	51	21	17	25
<i>li</i> el fuego	36	22	63	37	55	30	49	13
<i>dui</i> el lago	19	41	60	61	54	38	58	10
<i>qian</i> el cielo	11	26	5	09	34	14	43	1

El Oráculo nos contesta con el **hexagrama nº 13 = La comunidad de los hombres**

Arriba Ch' ien..... Lo Creativo: El Cielo

Abajo Li..... Lo Adherente: El Fuego

Según la interpretación literal del “I' Ching y la vida Cotidiana” la explicación sería la siguiente:

“El significado

La comunidad de los hombres surge de manera natural y su fin es creativo. La cooperación fomenta la igualdad entre la gente.

El Sentido

Una verdadera comunidad de hombres lleva a cabo sus actos de acuerdo con una participación de índole superior: La participación cósmica.

Así el fuego se adhiere al Cielo, del mismo modo los hombre se enardecen para alcanzar metas que sean provechosas para toda la humanidad. Esto quiere decir que resulta imprescindible olvidarse de los fines particulares en pos del bien común.

Origen de la acción

Cada individuo del grupo ha aportado su suerte. Ahora es el momento de ver las grandes obras. Se trata, pues, de un periodo de confianza que aporta el germen de un gran desarrollo para una comunidad mayor.

Posibles limitaciones

Si la luz permanece en el interior y nos mostramos tranquilos en el exterior, no existen limitaciones.

El tiempo

La fuerza y la sinceridad deben imponerse en el presente, porque una acción lleva a otra acción; así se llega a un futuro promisorio”.²⁰

²⁰ Rodríguez, Nora E. *I' Chin En La Vida Cotidiana* – Editorial Integral – Barcelona 1998 pág. 79

SEGUNDA PARTE

UNA DANZA UNIVERSAL

INTRODUCCIÓN

- *“El libro de las Mutaciones es una obra que ha alcanzado su madurez con orgánica lentitud y a través de milenios, una obra que uno ha de acoger dentro de sí, con meditación y reflexión”²¹*

Por otro lado, Biodanza se gesta en los años 60 del siglo pasado comenzó a tomar forma el “Modelo Teórico” y fue en 1970 cuando Rolando formula “El Principio Bio-céntrico”, entiendo que son los dos pilares sobre los que se sustentan el pensamiento de Biodanza. Rolando nos dejó un gran legado. Biodanza es un ente dinámico que está en continua creación, salvaguardando su herencia la IBF como eje central de su trabajo.

Es por tanto que abordar los elementos que tienen en común el I' Ching con Biodanza parece algo imposible. Ese va a ser mi reto, partiré de una mirada universal y amorosa para salvar los obstáculos que nos separan y poder acercarnos desde la Biodanza al I' Ching con una conciencia sin prejuicios.

La exposición tendrá el siguiente esquema en cada uno de los puntos a desarrollar.

- 1.- El título
- 2.- ¿Qué aporta el I' Ching? (I' Ching)
- 3.- ¿Qué aporta Biodanza? (Biodanza)
- 4.- Buscamos los puntos en Común. (Puntos comunes)
- 5.- Implicación Práctica como Facilitadores. (El tema a tratar en Biodanza)

²¹ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 Pág. 344

LA CAUSALIDAD – LA SINCRONICIDAD. (aclarando términos)

En su introducción al Libro de las Mutaciones o I'Ching, C.G. Jung reflexiona sobre éstos dos conceptos y su influencia en el pensamiento. He considerado importante la definición de estos dos conceptos para nuestro trabajos

En su primera observación nos dice que no es fácil aprehender el significado del Libro que se nos presenta en plena contradicción al pensamiento occidental. Algunos estudiosos occidentales tendieron a desecharlo, considerándolo un conjunto de “fórmulas



mágicas” o bien demasiado enrevesadas como para ser inteligibles.

Pero sucede, dice Jung, que nuestra ciencia se basa sobre el principio de *causalidad*, y se considera que la *causalidad* es una verdad axiomática.

Curiosamente lo que nosotros llamamos coincidencia parece

construir, el interés principal en el pensamiento chino, y aquello que reverenciamos como *causalidad*, casi no se toma en cuenta.

Más adelante Jung, pone en juicio el *principio de causalidad* del pensamiento occidental (en comparación con el pensamiento chino del I'Ching) así como las consideraciones teóricas sobre causa y efecto y dice que: “*a menudo resultan desvaídas e imprecisas en comparación con los resultados prácticos del azar (hace una exposición extensa para apoyar esta afirmación)*”²²

Por otro lado nos dice que quienquiera que haya inventado el I' Ching estaba convencido de que el hexagrama obtenido era el exponente del momento en que se extraía, por cuanto se entendía que el hexagrama era el indicador de la situación esencial que prevalecía en el momento en que se originaba. Y este supuesto implica cierto principio al que Jung denomino ***sincronicidad***.

La ***sincronicidad*** considera que la coincidencia de los hechos en el espacio y en el tiempo significa algo más que un mero azar, vale decir, una peculiar interdependencia de hechos objetivos, tanto entre sí, como entre ellos y los estados subjetivos (psíquicos) del observador y los observadores.

Entonces tendríamos que la ***causalidad*** describe la secuencia de los hechos, y la ***sincronicidad*** trata de la coincidencia de los mismos.

Por tanto la ***sincronicidad*** es el exponente de la ***vivencia***.

²² Wilhelm, R. I Ching El libro de las Mutaciones. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 Pág. 23

SINCRONICIDAD Y BIODANZA

- I' Ching

En el Libro de las Mutaciones hemos leído que cuando el hombre pierde su Tao, el sentido de su vida, su camino; y el que pierde su camino se ve invadido por la angustia de lo incierto, y recurre al oráculo para encontrar su guía. Entra en el Universo del I' Ching, lanza las monedas y accede al hexagrama que le va ayudar a encontrar su camino.

- Biodanza

Biodanza nos permite entrar en sintonía con el Universo, ahí radica su poder de rehabilitación existencial.

Para comprender Biodanza, nos dice Rolando, es necesario conocer el concepto de vivencia. Él la define:

- “Como una experiencia vivida con gran intensidad por un individuo en el momento presente, que compromete la cenestesia, las funciones viscerales y emocionales.
- La vivencia otorga a la experiencia subjetiva del individuo la palpitante cualidad existencia de lo vivido -aquí y ahora- “²³

Podríamos decir que en esa confluencia de experiencias subjetivas vividas en un momento determinado es *sincronicidad*

- Puntos en Común

Por tanto, en este sentido coincide Biodanza con el I'Ching: En ambas disciplinas subyace la *sincronicidad*.

- La Sincronicidad en la práctica de Biodanza



En una sesión de biodanza, encontramos dos ejercicios con el termino *Sincronicidad*,

Sincronicidad Rítmica y Sincronicidad Melódica, ambos pertenecen a ejercicios de integración motora, y afectivo motora.

En los ejercicios de sincronicidad se trabaja en parejas, su función, realizar ritmos orgánicos y de motricidad, se trabaja el sistema simpático adrenérgico, en la Sincronicidad Rítmica y el para simpático colinérgico, en la Sin-

cronicidad Melódica.

La Sincronicidad Rítmica se percibe o se realiza de la cintura hacia abajo.

La Sincronicidad Melódica se percibe o realiza de la cintura hacia riba.

En ambos ejercicios tanto en el Rítmico, como en el Melódico su importancia reside en el acto de acompañar, ajustar mi compás al compás del otro, esto exige una generosidad por parte de la persona, abandonar el ego como centro impulsor y ponerse receptivo a la información de movimiento que viene, y así alcanzar un nivel de empa-

tía corporal, perdiendo la individualidad y participando de un doble cuerpo, movido dentro de una pauta rítmica o melódica doble.

De esta manera aprendemos a movernos en los compases que nos marca la vida en nuestra cotidianidad.

“Y adquirimos una integración afectiva con la motricidad”²⁴

EPISTEMOLOGIA Y VIVENCIA

La epistemología es la rama de la filosofía cuyo objeto de estudio es el conocimiento.

- I' Ching

Hemos dicho que en su origen, el I' Ching es un libro sin palabras, una sucesión finita de signos no idiomáticos con significados infinitos, en este sentido su lectura, su aplicación e interpretación es igualmente ilimitada y universal.

Nos dice, Vogelmann en su introducción al Libro de las Mutaciones, lo siguiente:

- *“El texto verbal que se le adscribió y que llegó a nosotros, es una creación epistemológica humana inspirada en una visión metafísica omnivalente.*
- *Este legado de la antigüedad china es una versión “humanista” del lenguaje de los signos, que en sí es abstracto y omnicomprendido, pues se refiere fundamentalmente a la trama del mundo humano, a la vida de los hombres en todas sus circunstancias²⁵*

- Biodanza

Por otro lado, en Biodanza nos dice Rolando, que la vivencia construye un modelo de exploración de los orígenes del conocimiento. La vivencia es una experiencia inevitable que nos comunica un contenido preciso de sensaciones y de percepciones y que anula la distancia entre lo que se siente y la observación del propio sentir. Esta vivencia no pasa a través de la razón sino que la considera *“una forma directa de conocimiento.... y cuyos efectos comprometen todo nuestro ser”*.



- *“Biodanza propone una epistemología y una teoría del conocimiento absolutamente innovadoras, incluso revolucionarias, y el centro de esta revolución concierne esencialmente al concepto de vivencia.*
- *Una epistemología basada en la vivencia puede conducir no sólo a un conocimiento esencial de la realidad, sino también a la sabiduría, que consiste en la relación con el mundo y en la integración del ser con el cosmos.”²⁶*

²⁴ IBF. Elenco de Formación para Facilitadores – *Lista oficial de Ejercicios, Músicas y Consignas* 2012 pág. 33

²⁵ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999. Pág. 12

²⁶ Toro Aránea, R. – *Biodanza* - Edit. Índigo | cuarto propio – Chile 2007. Pág. 39

- Puntos en Común

En ambas disciplinas existe una teoría del conocimiento, y la forma de llegar a él, como ya hemos visto, es diferente.

Biodanza se basa en vivencias integradoras, su definición es:

“La biodanza es un sistema de integración humana, de renovación orgánica, de reeducación afectiva y de reaprendizaje de las funciones originarias de la vida”²⁷

Su metodología estriba en inducir a vivencias integradoras a través de la música, el canto, el movimiento y el grupo. *“La afectividad de las personas consigo mismas, con los demás y con el entorno”²⁸* con la naturaleza. Estas vivencias integradoras son la experiencia vivida por una persona en el aquí y el ahora.

El I'Ching habla de situaciones, múltiples situaciones vitales que los hexagramas reflejan, pero no habla de una vivencia en colectividad.

- La Epistemología en Biodanza.

Biodanza se desarrolla a partir de las cinco Potenciales Genéticas contenidos en el Modelo Teórico a los que llamamos “Las Líneas de Vivencia”, las cuales no tienen ninguna correspondencia con el I' Ching, pero son el instrumento, para llegar a un mayor conocimiento de uno mismo, como se ha expresado en la definición de Biodanza.

Las Líneas de Vivencia: Vitalidad, Afectividad, Creatividad, Sexualidad y Transcendencia; para su desarrollo necesitan el espacio adecuado lo que llamamos ecofactores



positivos, cualquier actividad de Biodanza debe tener el lugar donde estos ecofactores obren el milagro de la integración.

Por tanto todos aquellos trabajos que realizamos en torno a Biodanza, como pueden ser Talleres, Sesiones semanales, Formación, Minotauro, Extensiones etc. etc.... Tienen como fruto un conocimiento de la persona y del entorno, buscan, a través de los potenciales genéticos, conducirnos al propio conocimiento de nuestra realidad, *“en la integración del ser con el Cosmos”* como dice Rolando.

De los cinco Potenciales Genéticos, he encontrado paridad solamente en la Creatividad que encuentra su correspondencia con el Trigramma Cielo, al que se le atribuye la cualidad de crear, de energía creadora. En los otros cuatro Potenciales no he encontrado ningún punto en común.

²⁷ Toro Araneda, R. – *Biodanza* - Edit. Índigo | cuarto propio – Chile 2007. Pág. 39

²⁸ Díez, David. – *Flow, Creatividad y Biodanza formas acercanos a la felicidad.* – Fdción. Neuronilla – Biodanza Ya! Pág. 3

COSMOGONIA Y PRINCIPIO BIOCENTRICO

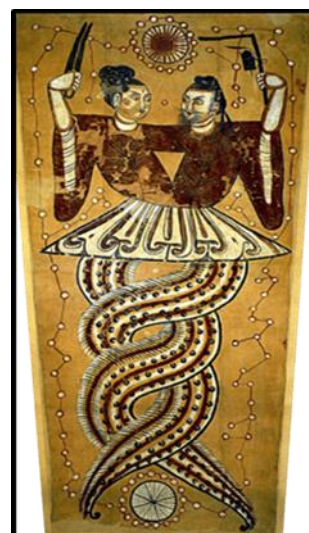
- I' Ching

Dice la leyenda que los antiguos emperadores chinos convivían con los semidioses y que, de ahí, su conocimiento. Dicen también que Fu Hsi, Emperador de China aproximadamente hace 3.000 años formo parte del antiguo panteón y que se convirtió en el primero y más glorioso de los tres Emperadores Augustos.

Nos sigue contando⁽²⁹⁾ que Fu Hsi era hijo del dios del Trueno, que su madre lo concibió al pisar la huella de un gigante a orillas del Pantano del Trueno. Le asocian a menudo con su hermana Nüwa, también considerada como su esposa. Esta pareja es uno de los poquísimos casos de incesto de la mitología china. La tradición atribuye a Nüwa la creación de los primeros hombres, modelados con tierra amarilla.

Son venerados como ancestros y protectores del género humano, su imagen aparece a menudo grabada en las tumbas donde se les representa con cara y busto humanos y cuerpo de serpiente. Los historiadores confucianistas, reacios a la representación zoomórfica de los antiguos héroes, no pudieron sin embargo borrar de la memoria colectiva su aspecto fabuloso, que persistió en la abundante documentación iconográfica.

Así en los bajorrelieves de la dinastía Han, se puede ver todavía a Fu Hsi y Nüwa con sus cuerpos de serpiente entrelazados. Fu Hsi ocupando el lado derecho, que corresponde al principio masculino (Yang) y sujetando en su mano derecha una escuadra, símbolo de las artes mágicas, o en otros casos el Sol, mientras Nüwa, ocupa el lado izquierdo, que representa el principio femenino (Yin) porta en su mano Izquierda un compás, o bien una luna.



En la ilustración⁽³⁰⁾ se plasma la representación de Fu Hsi y su hermana-esposa Nüwa, entrelazados por sus colas de serpiente y nos cuentan que con sus instrumentos, La Escuadra y El Compas, narran la creación y la medida del mundo. Las colas de serpiente nos dan la idea de inmortalidad y del renacimiento, ambas son el proceso de la creación. Las constelaciones, detrás de las figuras, están relacionadas con la posición humana en el universo. También están representado en los extremos verticales el Sol y la Luna.

Según su tradición, Fu Hsi enseñó a los hombre el uso del fuego, de las redes de pescar y de la cítara, e instauró, junto con su hermana, los ritos del matrimonio y también se atribuye a este Emperador el descubrimiento de los trigramas, sobre el caparazón de una tortuga que simboliza el universo.



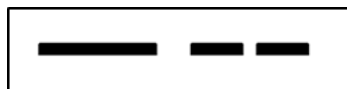
Donde aquellos sabios antiguos consultaba el mejor gobierno para el pueblo. Los sabios antiguos cuentan que Fu Hsi apareció ante el emperador Yu y le entrego los trigramas que serían empleados durante la dinastía Xia (siglo XXI a. de C). posteriormente aparecieron los 64 hexagramas, atribuidos tradicionalmente a Wen Wang, (primer emperador de la dinastía Zhou) y fueron recogidos en el *Yi Jing* o como nosotros lo conocemos I' Ching

²⁹ Consuelo Marco Martínez Pf^a, Titular de Filosofía de la Universidad Complutense. *Artículo de la Web Biografías históricas.*

³⁰ Pergamino colgante de mediados del siglo VIII de la Dinastía Tang, de artista anónimo

(*Libro de los Cambios y libro de las Mutaciones*) que se convirtió en el principal libro oracular de la historia China.

El concepto Taoista, del Yin y el Yang, el sol y la Luna, expone la dualidad de todo lo existe en el universo. Describe las dos fuerzas fundamentales opuestas y complementarias que se encuentran en todas las cosas. Y si podemos decir que todo empezó con dos trazos:



- *Al penetrar con el pensamiento el orden del mundo externo hasta el fin, y la ley de su propia interioridad hasta el núcleo más profundo, arribaron a la comprensión del destino.*³¹

El I' Chin nos dice que existe una intervención creadora que elabora el sentido de la vida y del mundo. Así nos expresa el Taoísmo que:

La Ley Natural = TAO Yang..... La Energía.

La Ley Moral = TE Yin La Materia.

Ambas energías en una danza en el caos dan origen a los trigramas.

Por esta razón se halla en condiciones de establecer las reglas de lo recto para cada cual.

- *“El sentido último del mundo, el destino, el “ser así” del mundo, tal como ciertamente ha llegado a ser en virtud de una decisión creadora, se alcanza cuando en el mundo de la experiencia exterior (naturaleza) y el de la experiencia interior (espíritu) se desciende hasta las últimas fuentes”*³²

- Biodanza

En el año 1970 Rolando Toro formuló el “Principio Biocéntrico” él se inspira en el pensamiento de que el Universo está organizado en función de la vida y no al contrario.

Por supuesto que esta teoría tiene detractores, igualmente hay teorías que yo llamaría complementarias como las que él nos cita en su obra “*Biodanza*” haciendo referencia a Paul Davis, Carl Sagan, Fred Hoyle, Leo Villaverde que plantean la conclusión de que el universo es un gigantesco holograma. Por otro lado Teilhard de Chardin propone que el universo tiene un programa y sigue un camino que le lleva al “Punto Omega” a la perfección.

Rolando concibe su teoría como: “*Una fuerza extraña que aparece en algunos sistemas dinámicos y que tiene el poder de organizar los elementos*”³³, de acuerdo con J.R. Newman, en su “Teoría del Caos”.

Considera Rolando, la imposibilidad de que se genere un ser vivo de forma fortuita y afirma la necesidad de una matriz organizadora previa.

³¹ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 - pág. 348

³² Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 – pág. 351

³³ Toro Aranedá, R. – *Biodanza* - Edit. Índigo | cuarto propio – Chile 2007. pág.75

- “Las relaciones de transformación materia-energía son evolutivas y constituyen diversos niveles de integración de la vida. La materia-energía solo puede generar un organismo vivo cuando el polvo cósmico obedece a una matriz previa de organización”³⁴

Yo no soy científica, podríamos decir que no soy una voz autorizada (científicamente)



para afirmar o negar estas conclusiones sobre nuestro origen. Ahora bien, cuando continuo leyendo y expone, Rolando, “que el Principio Biocéntrico es el punto de partida de todas las disciplinas y comportamientos humanos para restablecer la noción de sacralidad de la vida”, algo me conmociona interiormente para sentir y creer en esa afirmación, me da información de la importancia

de lo que estoy haciendo, es algo que está dentro de mí, que puedo intuir y que me hace sentir que soy parte de algo infinitamente grande y esto conlleva responsabilidad:

- “La Biodanza es la síntesis más perfecta entre la memoria cósmica y el alma humana, Los movimientos de Biodanza con música entran en sincronización con la memoria del Universo”³⁵

Es un paradigma al humanismo del futuro:

- “El Principio Biocéntrico” sitúa el respeto a la vida como centro y punto de partida a todas las disciplinas y comportamientos humanos.....Una poética de lo viviente, fundado en leyes universales que conservan y permiten la evolución de la vida.”³⁶

- Puntos en Común

Concluimos buscando la unión de ambas cosmogonías la del I' Ching y Biodanza. Decimos que cosmogonía es la ciencia o sistema que trata del origen y la evolución del mundo.

Existen dos puntos en común en ambas disciplinas: Ambas consideran la Materia y la Energía como punto central en la formación del universo junto con una matriz organizadora previa dice Biodanza y una decisión creadora dice el I'Ching, ambas danzan buscando el humanismo y la grandeza del hombre a través de la Poesía.

- La Cosmogonía en Biodanza

Somos hijos del cosmos y danzamos para sentirnos más cerca de él. El Elenco nos brinda un apartado de *Danzas Secuenciales* y nos dice:

- “Las danzas combinan diferentes líneas de vivencia y se realizan siguiendo una secuencia específica que en un proceso progresivo de integración, llevan a profundas vivencias de contenido tanto gestual como simbólico”.³⁷

³⁴ Toro Araneda, R. - *Biodanza* - Edit. Índigo | cuarto propio - Chile 2007. Pág. 74

³⁵ Toro Araneda, R. - *El Principio Biocéntrico*, Edit. Cuarto Propio - Chile 2014. Pág. 41

³⁶ Toro Araneda, R. - *Biodanza* - Edit. Índigo | cuarto propio - Chile 2007. Pág. 78

³⁷ IBF. Elenco de Formación para Facilitadores - *Lista oficial de Ejercicios, Músicas y Consignas* 2012 pág. 108

En el encontramos la *Danza de la Creación* donde encontramos una extensa *Descripción* de lo que ha supuesto la Cosmogonía en las distintas civilizaciones poniendo énfasis en la Cosmogonía Taoista.

El Elenco nos dice:

- “que la creación emerge de una danza generatriz, de un principio único que al diversificarse va generando una realidad cada vez más elaborada, desde lo simple a lo complejo, desde lo indiferenciado a lo diferenciado”³⁸

La Danza en sí, tiene 8 Etapas

1ª La semilla Primordial

2ª Fecundación de los espacios con la energía Genital

3ª Aparición de la dualidad

4ª Danza integrada del Yin y el Yang

5ª Creación de los 4 Elementos

6ª Creación del firmamento. Creación de las plantas y animales.

7ª Aparición del hombre en constante evolución

8ª Formación de la comunidad humana.

*Triunfo del amor.*³⁹

Su música: Finlandia de Sibelius con duración de 8:34

Esta Danza pertenece al nivel de radicalización y está contenida en la Extensión del Minotauro.



³⁸ IBF. Elenco de Formación para Facilitadores – *Lista oficial de Ejercicios, Músicas y Consignas* 2012 pág. 108/109

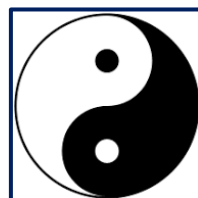
³⁹ IBF. Elenco de Formación para Facilitadores – *Lista oficial de Ejercicios, Músicas y Consignas* 2012 pág. 109/110

DANZANDO EL YIN Y EL YANG

- I'Ching

A lo largo de esta monografía hemos hablado del significado del Yin y el Yang con respecto al I' Ching. Aseguramos que su símbolo más conocido es el círculo en el que se encuentran la Energía y la Materia, que se necesitan y complementan como formas primigenias de una posterior evolución.

Decíamos que todo comienza con dos Trazos que luego dieron lugar a los Trigramas y posteriormente a los hexagramas.



Ambos arquetipos representan lo masculino y lo femenino. El Principio Creativo y el Principio Receptivo + el Catálogo IBF 2012, nos señala que las utiliza como conceptos metafóricos para definir las dos fuerzas que se complementan formando el Tao “la Unidad Suprema”, se aclara en este apartado que *“no se comparte la concepción filosófica Taoista en su totalidad”*⁴⁰

Rolando en su libro sobre “El Principio Biocéntrico” en el Capítulo III en el apartado de *Cuatro vertientes culturales* señala:

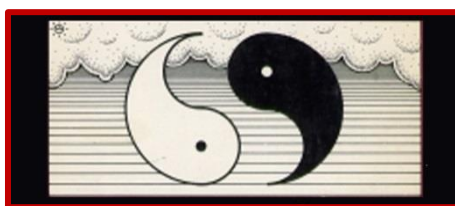
“Nuestra cultura se ha nutrido de cuatro grandes vertientes que han aportado sus valores, sus glorias y equivocaciones:

- **Vertiente oriental** - aporta los valores anti-vida:
- *[La vida es una ilusión y sus formas no son sino los infinitos velos de Maya(...). Los deseos y emociones son la fuente de todo sufrimiento y hay que amortecer las sensaciones corporales].*
- *Este pensamiento niega el valor divino de la vida real y está ciego para percibir el sentido cósmico y creador de la existencia.”*⁴¹

Una vez aclarado este aspecto de la posición de Biodanza con respecto a la filosofía Taoista, retomo los conceptos Yin y Yang en Biodanza.

- Puntos en común

Para ambos sistemas, tanto el yang como el yin vienen a significar lo mismo, se modifican o sustituyen algunas cualidades que no alteran su sentido en lo esencial.



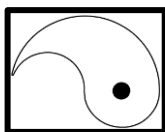
⁴⁰ IBF. Elenco de Formación para Facilitadores – *Lista oficial de Ejercicios, Músicas y Consignas* 2012 pág. 78

⁴¹ Toro Araneda, R. - *El Principio Biocéntrico*, Edit. Cuarto Propio – Chile 2014. Pág. 83

- El Yin y el Yang en Biodanza

El Elenco nos dice que ambas danzas son complementarias y conviene poner ambas en la mismas clase

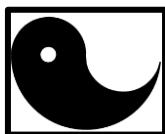
La Danza **Yang** tiene los atributos asociados a lo masculino: Lo masculino, lo penetrante, el fecundador, la fuerza. Su capacidad de lucha y de construcción. Es el cielo y representa al Sol.



Es una danza creativa y dinámica, donde el danzante debe conectar con su impulso interior, con su emoción y poner su energía vital.

Es una danza libre donde cada alumno pondrá su propia energía, su creatividad. Es una danza que nos aporta: Coraje, Seguridad y Confianza en uno mismo, consiguiendo el empuje y la decisión para emprender una tarea o enfrentarse a una dificultad. Intención, Acción y Dirección.

La Danza **Yin** tiene los atributos asociados a lo femenino: Receptividad, sensibilidad, capacidad de gestación, tensión centrípeta, intimidad. Es la fertilidad de la tierra al ser fecundada, es suave, amorosa representa a la Luna.



También es una danza libre, danzada desde la quietud, sin desplazamiento:

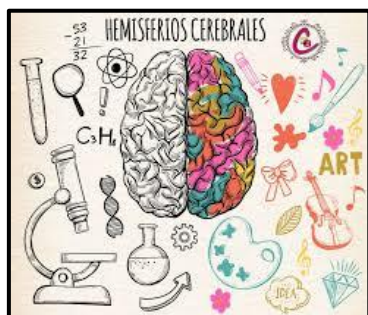
- *“Cerrando los ojos cuando aumenta la intensidad de la vivencia. Esta danza nos induce a una vivencia de profunda receptividad al estímulo musical”⁴²*

Sus movimientos lentos, sensibles y armoniosos, nos induce a serenidad en el momento de enfrentarnos a la vida, aporta armonía profunda mientras danzamos, reduce nuestra ansiedad y así ganamos equilibrio para la vida.

(Ambas danzas realizadas por separado tienen solamente un valor didáctico y terapéutico para las personas que presentan un desequilibrio entre estas dos formas de expresión)⁴³

Danza de **Integración** Yin-Yang

Nos aparece una nueva danza fruto de la integración de ambos signos. Los dos con sus cualidades nos dan la oportunidad de estimular la capacidad creativa tanto de hombres como de mujeres. Estas fuerzas se encuentran en todos los seres en diferentes proporciones. Nos dan la oportunidad de integrar el hemisferio izquierdo con su parte racional, y el hemisferio derecho con su conducta emocional.



Nos insta a que la transición dentro de la danza del elemento Yang al Yin o viceversa sean armónicos, claros y que mantengan una continuidad.

Por último señalar la danza **Yang con grito** que está indicada para el Proyecto Minotauro.

⁴² IBF. Elenco de Formación para Facilitadores – *Lista oficial de Ejercicios, Músicas y Consignas* 2012 pág. 79


⁴³ IBF. Elenco de Formación para Facilitadores – *Lista oficial de Ejercicios, Músicas y Consignas* 2012 pág. 79

OCHO TRIGRAMAS Y LA NATURALEZA.


- I' Ching

Sabemos que un trigramas se expresa mediante líneas yin-yang en tres niveles diferentes construyéndose de abajo arriba: el nivel del Cielo en la línea superior, el nivel de la Humanidad en la línea media y el nivel de la Tierra en la línea inferior. Conocemos las ocho posibles combinaciones de estas líneas, es decir los ocho trigramas o Bagua.


Vamos a conocer sus características en su papel oracular:

 **Trigramas Ch'ien:** Simboliza el Cielo visto como estructura cambiante, creadora y dinámica, siendo su acción regular y ordenar pero sin planificación. Representa genéricamente la masculinidad por lo que se le vincula con la fuerza, el poder, la voluntad, la agresividad, la autoridad y la iniciativa. A veces es propicio y otras desfavorable. Se le atribuye constancia, persistencia, vigor y fuerza imparable una vez puesta en marcha.


Es un trigramas luminoso que se utiliza para indicar el sur y en el ciclo de estaciones el principio del invierno.

 **Trigramas K'un:** Simboliza la madre Tierra y genéricamente la feminidad. Se le atribuyen las cualidades de la fecundidad, la aceptación, la comprensión la tolerancia, el amor y la generosidad. Muestra cualidades acuáticas y por tanto creadoras. Representa la captación, la flexibilidad y la no oposición en el fluir de la naturaleza.


Lo receptivo tiene seis medios trazos. Por ser un trigramas poco luminoso se utiliza para indicar el norte y en el ciclo de estaciones el comienzo del otoño.

 **Trigramas Chen:** Es lo suscitativo, lo que inicia el movimiento y estimula la acción. Se mueve como el Trueno, rápido y energético causando conmoción. Representa la motivación, la provocación, la exploración, la experiencia, la apertura de nuevos rumbos, el arrastre y el ímpetu.


Es como una escudilla abierta, en el ciclo de las estaciones se vincula con la primavera y se le utiliza para indicar el nordeste.

 **Trigramas K'an:** Representa el Agua en movimiento, al estar en movimiento es impredecible, también baña por lo que además nutre, pero también puede ser causa de peligro, sus símbolos el pozo y la fosa. También el estancamiento. Son momentos críticos en los que pueden aparecer cambios. Dentro de un hexagrama le da aspectos desfavorables o de riesgo.


Lo abismal está lleno en el medio. Dentro del ciclo estacional se relaciona con el invierno y como punto cardinal con el oeste.

 **Trigrama Ken:** Se le asocia a la Montaña representando estabilidad, firmeza e inmovilidad. Simboliza un límite, una detención, una restricción o un obstáculo y lo que ocurre cuando se produce una parada. Se le asocia con la meditación y la quietud.


El aquietamiento es como una taza dada la vuelta. En el ciclo estacional se vincula con el comienzo de la primavera y como punto cardinal con el noroeste.

 **Trigrama Sun:** Es la adaptación, la fluidez y la sutileza. Representa la capacidad de penetración y de encontrar caminos que no habíamos tenido en cuenta en un principio adaptándose al terreno. Al igual que el Viento, se le atribuyen caracteres de humildad y prudencia, reserva e inercia.

Lo suave está quebrado abajo. En el ciclo estacional se vincula con el comienzo del verano y se utiliza para indicar el sudoeste.

 **Trigrama Li:** Simboliza la luz brillante como el Fuego que nos permite ver las cosas y aleja la oscuridad. También representa la luz de la iluminación espiritual y la inteligencia. Quema lo viejo para dar paso a lo nuevo. Aunque simbólicamente también representa situaciones de encumbramiento, cambio, frustración, aislamiento y ocultamiento, su presencia en un hexagrama generalmente conlleva una connotación favorable.

Lo adherente está vacío en medio. Dentro del ciclo de las estaciones se relaciona con el verano y como punto cardinal se vincula con el este.

 **Trigrama Tui:** Se le asocia con la paz serena que representa un Lago. Es la tranquilidad, la sensualidad, el placer y el bienestar. Simbólicamente traduce situaciones de estímulo sensual, goce, alegría, júbilo y optimismo. Representa la facultad de comunicación, la mente abierta, receptiva y con voluntad de cooperación.

Lo sereno tiene arriba un hueco. En el ciclo anual corresponde al otoño y como punto cardinal al sudeste.⁴⁴

Por último señalar unos pequeños apuntes sobre el valor de los 3 trazos y sus posiciones dentro del Trigrama:

- Nos dicen *“que así como en el Cielo anochece y amanece y configuran el día, debido al intercambio de oscuridad y luz (Ying y Yang).Como por otra parte todos los seres sobre la Tierra están contruidos por lo firme y lo blando , por tanto las líneas individuales adquieren o bien carácter firme, es decir indiviso, o bien carácter blando, es decir dividido o partido.*
- *A Estas dos fuerzas fundamentales de Cielo y Tierra corresponden en el hombre las cualidades polares de amor y justicia, correspondiendo el amor al principio luminoso y la justicia al principio oscuro.*⁴⁵

⁴⁴ La exposición anteriormente expuesta corresponde a mis apuntes personales, extractos de Webs de internet (contrastado) y del Libro de las Mutaciones.

⁴⁵ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 - pág.351

Estas cualidades encuentran su expresión en el trigramas y se descomponen en:

Sujeto El Hombre
 Objeto que tiene forma..... La Tierra
 Contenido El Cielo

Los puestos que ocupan dentro del Trigramas son:

Puesto Superior El cielo
 Puesto Centra El Hombre
 Puesto de Inferior..... La Tierra

Sus Cualidades pueden ser:

Cielo Luz y Oscuridad
 Tierra Lo Firme y los Blando
 Hombre..... El amor y la Justicia

Su aplicación en la Naturaleza nos muestra la necesidad del conocimiento de dichos signos para su aplicación en la agricultura y así nos dice el Libro de las Mutaciones:

- *“El Trueno obra el movimiento, el Viento obra la disolución; la Lluvia (agua) obra el humedecimiento, el Sol (fuego) obra el calentamiento; El Aquietamiento (montaña) obra la detención, lo Sereno (lago) obra el regocijo; Lo Creativo (cielo) obra el dominio, lo Receptivo (tierra) obra la conservación.”⁴⁶*

En este párrafo se representan las fuerzas simbolizadas de los ocho trigramas. Estos son los ocho signos primarios y sus efectos en la naturaleza. Ahora bien, vemos que los cuatro primeros:

El Trueno El Viento

La Lluvia El Sol

Son nombrados según sus imágenes, porque estos trigramas, designan con sus imágenes las fuerzas naturales activas en lo temporal.

El Aquietamiento Lo Sereno

Lo Creativo..... Lo Receptivo

Estos son nombrados por sus Nombres y aluden al estado que se produce en el curso del año.

Por lo tanto, estos Ocho Trigramas van a fundamentar tanto la parte filosófica, de naturaleza y oracular del I'Ching y así nos dicen las sabios:

El Cielo y la Tierra determinan la dirección.

La Montaña y el Lago mantienen la unión de las fuerzas.

El Trueno y el Viento se excitan mutuamente.

El Agua y el Fuego no se combaten entre sí.⁴⁷

Así se sitúan enteveradamente, nos dice el libro, los ocho signos. La cuenta de lo que sucede y se desvaneces, se basa en el movimiento hacia delante, el saber de lo venidero del movimiento anterior.

⁴⁶ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 - pág. 354

⁴⁷ Wilhelm, R. *I Ching El libro de las Mutaciones*. Edit. Sudamericana – BUENOS AIRES 1999 - pág. 352

En el sentido oracular, entiendo que si queremos saber que va a suceder en nuestras vida, deberemos contar con nuestros actos anteriores, porque el presente es producto del pasado y el futuro será producto del presente.

- Biodanza y Puntos en Común

Somos hijos del Cosmos y la Tierra es nuestro hogar, algunos caminamos y nos movemos en ciudades y buscamos la Naturaleza para encontrar nuestro equilibrio. Biodanza nos proporciona en este aspecto Danzas relativas a la naturaleza, que podemos ejecutar por separado o como Extensiones.

Existen una cantidad considerable de Danza y Extensiones relativas a la naturaleza, pero en este apartado las que nos interesan son las que están relacionadas con los trigramas:

Los Cuatro Elementos

Tierra Trigrama K'un
 Agua Trigrama K'an
 Aire Trigrama Sun
 Fuego Trigrama Li

En Biodanza trabajamos con estos cuatro elementos propuestos por la filosofía Griega, Empédocles de Agrigento recogió las propuestas Presocráticas, de Thales de Mileto, Anaxímenes, Anaximandro y las completo con su teoría de que eran cuatro las cosas realmente existentes de las cuales derivan todas las demás y



- *“que esas cuatro cosas eran: el agua, el aire, la tierra y el fuego a las cuales él llamó **elementos** que quiere decir aquello con lo cual se hace todo lo demás.”⁴⁸*

Estas danzas van unidas a la Extensión de Identidad y los cuatro Elementos. De alguna manera el Yin y el Yang forman parte de un todo, danzamos y vamos transformando nuestras emociones y aptitudes en busca de un equilibrio transformador a través de las vivencias inducidas por la música.

Las danzas de los cuatro elementos quedan reseñadas en el Elenco IBF 2012 como “Los Elementos” Pertenecientes a la extensión de Biodanza “Identidad y los Cuatro Elementos” *pero no son detalladas como ejercicios básicos de la práctica de Biodanza.*⁴⁹

⁴⁸ G³ Morente, M. – *Fundamentos de Filosofía* – Espasa Calpe, S.A. – Madrid 1973 pág. 53

⁴⁹ IBF. Elenco de Formación para Facilitadores – *Lista oficial de Ejercicios, Músicas y Consignas* 2012 pág. 124

Danzar las Estaciones del año

- Otoño Trigramas Tui
- Invierno Trigramas K'an
- Primavera Trigramas Chen
- Verano Li

Danzar las Estaciones es una propuesta que se presenta cada cambio de estación del año. Esta Danza nos da la oportunidad de latir con la vida, de latir al ritmo de la naturaleza y sentir con nuestra madre Tierra. En el otoño nos desprendemos de las cosas que nos sobran, en invierno buscamos el calorcito del hogar, del sentir de la cueva donde están nuestros secretos para madurar los deseos, en primavera proponemos nuestros proyectos ya madurados y en verano recogemos los frutos y nos dejamos sentir al sol.

Facilitador y creador: Tuco Nogales.

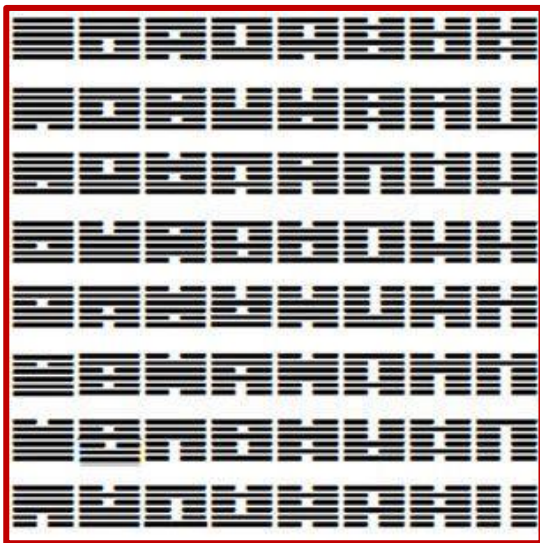


LA MUTACION Y LA FLUIDEZ

- I' Ching

A esta altura del trabajo sabemos que en el I' Ching deviene de una decisión creadora que se manifiesta con dos trazos que ya conocemos como Yin y Yang, que ambos trazos evolucionan para dar lugar a los trigramas y así tendremos tres líneas blandas que llamaremos Tierra y tres líneas duras que llamaremos Cielo. Ambas completamente distintas pero complementarias se van a mezclar entre sí y nos darán lugar a los Ocho Trigramas que acabamos de ver.

Estas fuerzas de la naturaleza que hemos visto, unas nos marcan los aconteceres del día y otras los aconteceres del año, no se van a quedar ahí, van a organizar una sucesión continua del sistema binario 101010 y todas sus posibles combinaciones y darán lugar a los 64 hexagramas.



Como hemos visto EL Libro de las Mutaciones, es la fuente donde la diversidad de religiones y filosofías de extremo-oriente han bebido, Vogelmann exhorta a su lectura, sobre todo la segunda parte del citado Libro, en donde saldremos sabiendo que *“lo único que es inmutable es la mutación”*.

Todo es cambiante y todo se mueve y ahí tenemos un cuadro de cómo se mueven los diferentes hexagramas completando todas sus variaciones, 64.

- Biodanza

El concepto movimiento y cambio está presente tanto en el Principio Biocéntrico como en el Modelo Teórico de Rolando. La visión dinámica, el mundo de lo cambiante.

Analizamos a Heráclito, y observamos que si lo hacemos con ojos imparciales cualquiera de las cosas que tenemos ante nosotros, no son nunca lo mismo que son el momento anterior y en el momento posterior; que las cosas están constantemente cambiando, que un momento no es igual a otro; por tanto Heráclito nos habla del Fluir de la realidad:

- *“Nunca nos bañamos dos veces en el mismo río, las cosas son como gotas de agua en los ríos, que pasan y no vuelven nunca más.”*⁵⁰

Las cosas no son, sino que devienen:

- *“Heráclito es el filósofo del eterno devenir, del flujo y transcurso ininterrumpido del tiempo, en el que están sumergidas todas las cosas. Creía en el Eterno Retorno, en el permanente renacer del Universo”*⁵¹

⁵⁰ G^a Morente, M. – *Fundamentos de Filosofía* – Espasa Calpe, S.A. – Madrid 1973 pág. 53

⁵¹ Toro Araneda, R. - *El Principio Biocéntrico*, Edit. Cuarto Propio – Chile 2014. Pág. 25

Heráclito será el primero de muchos filósofos que reflexionan sobre el tiempo y el cambio permanente y Rolando le dedica una amplia reflexión a sus poemas *Los Fragmentos*, en su libro del Principio Biocéntrico.

- Puntos en Común

El Pensamiento oriental lo denomina “mutación o mutaciones” el pensamiento griego lo nombra “fluir o cambio”; ambos (I' Ching y Biodanza) tienen el cambio, la mutación, el fluir etc.... Como desarrollo común.

- El *Fluir* en Biodanza

La sociedad actual nos apremia en muchísimos campos a la seguridad, a planificar nuestras vidas para tener tranquilidad y nos bombardean con seguros de vida, de casa, de salud, etc....Pero la vida no la podemos contener ni establecer la tenemos que dejar fluir. Ser previsores y cuidadosos pero nada más, el resto es la vida y la vida no está quieta es cambiante: por ello Biodanza nos ayuda a practicar la fluidez.

- “El sistema Biodanza nos ayuda a incrementar la capacidad de fluir... biodanza nos facilita generalizar el efecto integrador que nos produce a la integración que precisa la experiencia de fluir.....Fluir es un componente clave para la felicidad y esta íntimamente relacionado con la satisfacción vital.”⁵²

La fluidez tiene como beneficio la capacidad de solucionar problemas con más facilidad, las personas que mantienen un grado de adaptación a las situaciones solucionan mejor estas, mientras que aquellas que mantienen una actitud o pensamiento rígido tendrán dificultad a la hora de adaptarse y solucionar los problemas que nos surgen cada día.

- “*Los movimientos de fluidez comprometen todo el cuerpo en un proceso de deslizamiento sensible en el espacio, de modo que se produzca una conexión táctil con el aire*”.⁵³

Y Así comenzamos a Danzar las series de la Fluidez en Biodanza, sus movimientos suaves y continuos:

Tenemos 3 series de movimientos

- Fluidez: Serie I

Estimula la conexión consigo mismo.

- Fluidez: Serie II

Induce a la apertura del mundo exterior hacia los demás.

- Fluidez: Serie III

Induce a un aumento del equilibrio dinámico, creando energía.

⁵² Diez, David.– *Flow, Creatividad y Biodanza formas acercanos a la felicidad*. – Fdción. Neuronilla – Biodanza Ya! Pág. 15/16

⁵³ IBF. Elenco de Formación para Facilitadores – *Lista oficial de Ejercicios, Músicas y Consignas* 2012 pág. 47

CONSIDERACIONES FINALES

La pretensión de este trabajo era por un lado dar explicación a la formación de los Hexagramas y por otro encontrar los puntos en común que pudieran mantener I'Ching y Biodanza.

Hemos visto como formar un Hexagrama por un lado y por otro hemos desarrollado los puntos en común de ambos. Igualmente hemos visto como Biodanza nos permite entrar en sintonía con el Universo.

- *“Los potenciales genéticos perteneces a matrices cósmicas universales que gravitan en el ser humano durante toda su existencia, las danzas y encuentros que propone Biodanza están en permanente conexión con este fondo generativo universal. Se produce así una resonancia o sincronía entre los sistemas vivos humanos y los procesos de integración cósmica que generan la vida.”⁵⁴*

Y en esta sintonía es cuando lanzamos las monedas, vemos el Hexagrama y danzamos *“ahí radica su poder curativo y de rehabilitación existencial”*, nos hemos quedado a las puertas de la Extensión *“Danzar el I' Ching”*.

El trabajo ha sido muy gratificante, me ha aportado un conocimiento y profundización de nuestra labor como facilitadores, una visión nueva de la transcendencia y la conexión del hombre con el universo y el papel de biodanza en la humanidad.

“La existencia humana no es una trayectoria aislada, sino un proceso de integración a la unidad mayor del Universo. El ser humano es un ser ontocosmogénico. La sincronicidad y las resonancias con los patrones universales dan a la existencia humana una dimensión cósmica, su unidad trascendente y su coherencia con la vida.” Rolando Toro



⁵⁴ G^a Ossa, Berta – *Página Web Escuela Biodanza del Mar* – apartado Extensión I'Ching - Chile

BIBLIOGRAFIA

- **Campbell, J.** – *EL PODER DEL MITO* – Edit. Capitan Swing Libros, S.I. – Traducción Cesar Aira. – Madrid 2015.
- **Jung, C.G.** – *EL HOMBRE Y SUS SIMBOLOS* – Edit. Paidos Iberica, S.A. – Traducción de Luis Escolar Bareño – Barcelona 1995.
- **G^a Morente, M. y Zaragueta Bengoechea, J.** – *FUNDAMENTOS DE FILOSOFIA* – Edit. Espasa Calpe, S.A. – Madrid 1973.
- **Lao Tse** – *TAO TE KING* – Traducción y Comentarios Norberto Tucci - Ediciones Librería Argentina Colección Empresa – Madrid 2011.
- **Monge, J. C. y Simeon F.** – *EL I' CHING DEL COMPORTAMIENTO* – Edit. Vida Kinesiología – Barcelona 2004.
- **Rodríguez, Nora** – *I' CHING EN LA VIDA COTIDIANA* – Edit. RBA – Barcelona 1998.
- **Toro Araneda, R.** – *BIODANZA* – Edit. Índigo |Cuarto Propio – Chile 2009.
- **Toro Araneda, R.** – *EL PRINCIPIO BIOCENTRICO* – Edit. Cuarto Propio – Chile 2014.
- **Wilhelm, R.** – *I' CHING, EL LIBRO DE LAS MUTACIONES* – Edit. Sudamericana Buenos Aires 1999.
- **Monografía de Sánchez Morillas, L.** (Bhairava) - *BIODANZA Y MEDICINA TRADICIONAL CHINA.*
- **Monografía de Janoher Batalla, M.R.** – *GUIA PRACTICA PARA EMPEZAS A FACILITAR.*
- **CIMEB** – *Lista Oficial de Ejercicios, Músicas y Consignas 2012* – IBF.
- **MODULOS** de formación para facilitadores.
- **Esteve, A.** – *APUNTES PERSONALES.*

San Javier(Murcia)
27 Septiembre 2018