

ESPACIO REFLEXIVO MUNDIAL PARA PROFESIONALES DE BIODANZA SRT  
WORLD THINK TANK FOR PROFESSIONALS OF BIODANZA SRT  
ESPACE RÉFLÉCHISSANT MONDIAL POUR LES PROFESSIONNELS DE LA BIODANZA SRT  
SPAZIO RIFLETTENTE MONDIALE PER I PROFESSIONISTI DI BIODANZA SRT  
ESPAÇO GLOBAL DE COMPARTILHAMENTO PARA PROFISSIONAIS DE BIODANZA SRT  
GLOBALER FREIRAUM FÜR BIODANZA-PROFIS SRT

16 DE MAYO 2020

- Sentimos no poder ofrecer servicios de traducción.
- We are sorry not to be able to offer translation services.
- Nous sommes désolés de ne pas pouvoir offrir de services de traduction.
- Siamo spiacenti di non poter offrire servizi di traduzione.
- Lamentamos por não poder oferecer serviços de tradução.
- Es tut uns leid, keine Übersetzungsdienste anbieten zu können.

¿COMO ME SIENTO?

- Llena de esperanza
- confusa, llena de esperanza y desazón por el futuro
- Sereno, tranquilo esperando a que esto pase
- extrañando a la gente y el contacto humano, esperanzado en que algo cambie
- dejándome fluir con lo que acontezca
- abierta al cambio, serena y esperanzada en el intercambio
- tranquilo, abierto a los muchos espacios tecnológicos disponibles
- contenta, con el corazón dispuesto a los cambios
- considera que es una maravillosa oportunidad para la familia de biodanza para detectar en qué estamos atascados y generar los cambios necesarios para recrearnos
- Siento que la única forma de avanzar hacia el futuro sería virtualmente. Sería distinto a Biodanza porque no nos tocamos pero si poder comunicarnos a través de la palabra, la mirada y darle importancia a lo que llamamos relato de vivencia. Y cada uno en su casa por el bien de todos/as.
- Estoy sintiendo la pulsación de lo que pasa en la falta de contacto corpóreo, estoy tomando mucha consciencia de ello.
- Is surrounded by nature, great richness! In the first week of lockdown, she was looking for tools to keep contact with her regular group. The most important thing now is: **Take care of the connection with the group**. Zoom is difficult, what's app is OK, but there are elderly women in the group who are afraid of using electronics. It's a challenge to propose exercises, so she sends only music and instructions. She **invented a Biocentric space to develop invisible friends** (give a gift to someone else): a poem, propose music...
- contact with the group is difficult since the lockdown. Important is: **put life in the center, need to facilitate the connection**. In Madrid, people are afraid, so will soon

go to open space with the group. Need for **meetings with other facilitators**, to keep Biodanza going and recreate ourselves.

- important is to **share something with our group**, in order to **feel more secure** in our actual life.
- has to reinvent himself because he lives of Biodanza, important to **find ourselves in the chaos and take care of ourselves**. Important is to **be together with the group**, so he **keeps contact** via What's app and gives Zoom classes.
- Under supervision, gives classes via Zoom (10 persons max.). Our instinct is to hug and embrace, so there is a lot of frustration because of the distance.
- Loves the **language of the heart**, interested in what would be shared in this meeting. She has a sense of internationality, and finds important to **take care better of the world** now! **Words** are important: she doesn't speak of "confinement" or "lock down" but "**stay quiet in the heart of our home**", we have to **develop an inner continent**. We must bring Biodanza to people who are alone. We must think of **movements that will help to feel more secure, create a vivencial system**, not a system with physical contact.
- Este confinamiento me ha recordado y conectado con la crisis política que viví en Nicaragua. Mi necesidad, la seguridad de estar con el grupo desde el principio. Hemos creado un espacio de sentir y compartir en nuestro grupo. Es muy bonito compartir emociones contenidas para ser sostenidas. Hemos ido probando al principio con una o dos danza, aumentando cada vez hasta lograr una "curva adaptada". Hay algunas personas del grupo que no quieren participar en estas sesiones online, esperan el reencuentro físico, más se mantienen activas en el grupo de wasap.
- Desde el minuto 1 fue vital "acompañarnos". Los relatos de vivencia han sido "relatos de Vida". Nos hemos atrevido a ir haciendo cosas diferentes (ronda miradas, conexiones) y en el relato de vivencia recogemos aquello que ha ido bien. Es magnífico poder compartir nuestras experiencias. Como le damos forma a todo esto cuando podamos salir? Hay que estar atentas a las necesidades del grupo.
- Todos y todas estamos haciendo más o menos igual con distintos matices. Yo quiero ser muy sincero con lo que siento, pienso y hago, con el pasado, presente y futuro. Nos hemos llevado una torta en la cara y hemos improvisado ante la necesidad de acompañamiento de los grupos, esto lo tenemos en común con los y las demás compañeros y compañeras. Quiero en este pequeño grupo confesaros que lo estoy haciendo pero no me gusta. En estas acciones necesito un respeto por la Biodanza original. A través de Zoom no te huelo, no te toco, no te siento...esto para mi no es la Biodanza, ahora es "La Innombrable". La Biodanza Online debe ser transitoria. Necesito el apoyo de los compañeros y compañeras para crear directrices comunes para cuidar el sistema, que no se desvirtúe, conectar con el Principio Biocéntrico.
- Lo que estoy haciendo no es Biodanza. Tengo dos grupos activos, uno de ellos de Acción Social de mujeres entre 50 y 80 años. Estas personas necesitan "sentirse acompañadas". Comencé a hacer sesiones online, las más jóvenes se incorporaron pero las mayores tenían dificultad para acceder. Hacíamos caminares, ejercicios de vitalidad, etc. Al final de 30 personas solo quedaron 2, así que junté los dos grupos para mantener los encuentros por zoom, pero la mayoría de la población no tiene el manejo de zoom. Me cuesta llegar a hacer algo complejo. He aprendido que las personas agradecen mucho el acompañamiento. He tenido muchas dudas de si lo estaré haciendo bien o no. Le he dado cabida a otras personas de otros países a que

participen en mi grupo y ha sido muy enriquecedor. Tengo necesidad de manejarme mejor en las redes, eso si, prefiero hacer algo a quedarme paralizada en el intento. Como facilitadora me siento bien, siento que nos debemos apoyar en este momento de tránsito.

- Al principio con mi grupo hablábamos, propuse dos o tres danzas simbólicas y ellos me pedían más. Yo en principio me sentía ridícula ante la pantalla. Ya en el tercer intento fui yo la que empecé a buscar a la gente, busco mi disfrute y poco a poco me fui sintiendo bien y hoy en día disfruto de las sesiones. Yo necesito del grupo, del encuentro y necesito que nos mantengamos unidos. Escuchar la música ya nos hace bien. Siento que estamos haciendo una “Biodanza de Emergencia”. En líneas generales nada va a ser igual que antes, estamos creando algo nuevo. Me están sentando bien mis espacios de silencio y de reflexión. Hay personas que no danzan pero si que hablan de Biodanza, en conferencias, radio, etc. Ahora con un grupo de alumnos y alumnas salimos a caminar y algunas personas me dicen que no tienen miedo, que en cuanto se pueda ellas quieren volver a danzar.
- Yo asisto a las clases online es un espacio muy nutritivo para mi, se respira unidad en sus clases. Yo no estoy facilitando grupo en este momento, más me dan ganas de tener uno “Clandestino”. No me trago lo que nos están contando. Yo no conocí a Rolando Toro pero estoy segura de que él hubiese seguido danzando. Yo si se forma un grupo clandestino de Biodanza me apunto ( los demás todos dijimos y yo, y yo , y yo.....)
- Desde un principio tuve claro la necesidad de mantener el contacto con los dos grupos que tengo en la actualidad. Con uno llevo muy poquito tiempo y con otro ya para siete años. Los primeros días las personas tenían mucha necesidad de expresar con la palabra todo lo que estaban sintiendo en plena crisis, por lo que “el tiempo del relato de vivencia ocupaba más tiempo que el de movimiento”. Esto me parece muy interesante y que se debe respetar si el grupo lo necesita. Estoy muy pendiente de las necesidades de las personas que forman el grupo y también les pido que me den su feedback con respecto a la parte vivencial y así poder saber lo que funciona mejor y peor. La propuesta principal es el autocuidado a través de danza integradoras, vitales y sencillas. Propongo a cada persona que cada una, desde su casa y sean cuales sean sus circunstancias personales, siempre que puedan, tomen este encuentro semanal como ese momento de nutrirse y cuidarse para llevar después a su entorno ese cuidado y esa nutrición. Yo al principio me he sentido rara también ante la pantalla, me ha costado un poquito manejarme por el zoom, más en el momento presente comienzo a sentirme cómoda, esperando con muchas ganas que llegue el día del encuentro para seguir compartiendo. Cada semana veo claramente lo bien que están sentando estos encuentros a las personas del grupo, como van evolucionando.
- Encontrar la manera de estar con las personas atendiendo al potencial de vida en ellos. Regenerarme para aumentar sistema inmune.
- Escuchar que me toca hacer ahora y entender que hay algunas que no tocan.
- Escucha interior, con coherencia y corazón.
- Pensar que cambios de la praxis permite incluir la novedad.
- ¿Como resignificar algunas bases de Biodanza? ¿Donde profundizar en los fundamentos teóricos? ¿Equilibrio teoría-Práctica?
- Coraje para enfrentar esta situación
- Impulso y cohesión grupal y comunitaria de Biodanza. Compartir experiencias, ideas creativas.
- Oportunidad para parar como oportunidad para escuchar como facilitador. Que ocurre conmigo. Mayor percepción. Ampliación de conciencia

- Desde mi experiencia hacia afuera con los otros
  - Me pregunto: si se "ahogara biodanza" que rescataria
  - Me preocupa que se vea nuevamente al cuerpo como Tabu y esto me duele
  - Alimentarme de lo bueno y poner filtros a la información para elevar mi sistema inmune. Discernir informacion
  - Certeza en la Esencia de la Vida
  - Visión global del suceso en que estamos inmersos y que va en favor de la Vida
  - Seguir confiando en la herramienta del sistema para vivir en el Amor
  - Expandir desde microrredes a macrorredes
  - Aprovechar recursos tecnologicos
  - Cambiar enfoque desde el lado positivo
  - Realizar encuentros con tus grupos con actividades de lo cotidiano y que ponen el valor la vida.
- 
- Se siente tranquila, sin expectativa, logré soltar lo construido sin sufrir.
  - Dinamiza al grupo
  - Me siento bien, recién comienzo a salir al exterior en mi provincia, como facilitadora año a año al grupo regular de Biodanza.
  - Tranquila, confiada y siento que lo que ha ocurrido tenía que ocurrir y ahora como ser humano con ganas de prestarme a lo que venga. Momento de aceptación
  - Me siento tranquilo y necesito biodanzar. Con ganas de compartir con mis dos grupitos que acompaño y de cuidar sus vínculos.
  - Pasé proceso de aceptación de emociones, reinventándome y ver de que otra manera puedo conectar con las personas que acompaño.
  - Como ser humana me siento invitada a superarme, pero la superación la siento con oscilación, cada día tengo que sacar lo mejor de mi para ayudar a personas, hijas, madre, alumnos...entonces debo estar bien, cada mañana hacer algo para renacer y ver más allá. En un punto estoy conmigo y con el otro y que el punto importante está en la superación ascendente. Me siento renacida aunque a veces siento miedo, fuerza, siento conmigo a todo el mundo que siente esta situación.
  - Me siento en mi eje gracias a Biodanza, si no la tuviera no se donde estaría. Es difícil estar tranquila aquí, cada día siento amenazas a mi propia vida. Pero ante esta amenaza la Biodanza me ayuda a sobrevivir.
  - Vulnerada, trabajo en sanidad, tuve que trabajar siempre y fue fuerte y los picos emocionales fueron abruptos. Lo vivo con gratitud, agradezco pasar más tiempo en casa, muchísimo. Ahora tengo mucho menos miedo a pedir ayuda.
  - Con ganas de compartir de forma distinta con la red de facilitadores, con ganas de crear otras formas de vivirnos después de esto.
  - This time of staying at home/containment is an important opportunity for facilitators because we can take time to listen and feel, to take care for the potential. And that is the essential of biodanza
  - There are less opportunities to give biodanza, without the touch. There is a lot of fear. Therefore there are less opportunities to give biodanza. So I want to know what the statement of the IBF is
  - I live and give classes in Mozambique, but for this time of inclusion I live in Portugal
  - Now what this moment asks is very important. As an facilitator of biodanza I need 3 things. Knowledge, consciousness and responsibility. I am also a professional of health, next to facilitator.

- Grupo dinámico, todos coincidimos en seguir adelante, renovándonos, reflexionando, manteniendo comunicación con los grupos y otros facilitadores.
  - siente que la comunidad es importante en estos momentos y nos vamos recuperando progresivamente. Importancia de **fomentar la vida** y cuidar al grupo manteniendo conexión.
  - Tiempo de reflexión y recordar y mantener el mensaje de Rolando que es **mantener la vida**.
  - Durante todo este tiempo el cuerpo ha estado en movimiento y hay que seguir activándolo.
- 
- siente que hay que adaptarse para que la biodanza siga adelante. **Readaptación.**
  - Como acción proponer de dejar la arrogancia en la biodanza de que el contacto es lo más importante del sistema de biodanza y buscar encuentros con progresividad.
  - Donde la **presencia, mirada, palabra (la voz)**, a través de la poesía y la **expresión del cuerpo** son vitales. Convirtiendo nuestra **creatividad** como nuevo arte del encuentro.
  - Concluir con el miedo al encuentro y al contacto.
  - cómo sostener la gente ahora? Qué hacemos ahora?
  - Encontrar mecanismos de acción: **mirada, intercambio, arte** (para estimular el contacto, **aquí y ahora**)
  - Mantiene grupos de 13 personas donde **comparte, y** facilita la **expresión** a través de la pintura, y dando oportunidad de **conexión**.
  - Dice “esto no es biodanza” es un **espacio para estar mejor**”
  - Importancia de crear redes o puentes colectivos, sin caer en el pánico.
  - Con todo lo acontecido se dá a la luz las **carencias** como facilitador/a, la biodanza no está **reconocida** y pide que las escuelas de biodanza tomen pasos para que los estudios y títulos sean reconocidos por el ministerio de educación.
  - Lleva un mes en paro y no ha cobrado nada porque no está reconocida.
  - ha sentido la necesidad de acompañar al grupo.
  - Siente enviar músicas alegres para levantar el ánimo y acompañar a las personas del grupo.
  - Ahora como la biodanza no está **reconocida** como una asignatura o parte del programa no la dan espacio y prioridad para hacer zoom videos con os niños y siente que va a perder todo el trabajo que ha puesto anteriormente.
  - Habló de un “proyecto” brevemente y dijo que lo iba a enviar por correo electrónico.
  - Se basa en estar en contacto con los facilitadores, haciendo cursos de grupos pequeños para construir y escuchar necesidades, enlazando vidas conjuntas a través de la poesía.
  - Siente que es importante darse espacio para la **auto-reflexión** y conectarse con la vida.
  - Siento que cada país puede tener sus propias reglas y propuestas, respetar pero al mismo ser inteligente y continuar con la biodanza.
  - Inseguridad en el manejo de las tecnologías, tanto a la hora de facilitar on-line (zoom, skype etc) como para llegar a la gente para hacer grupos (redes sociales)
  - Incertidumbre
  - Impulso creativo
  - Se ve inmersa en un “proceso creativo que le ha dado un impulso maravilloso”.

- Le gustaría formar ahora un grupo regular pero lo ve muy difícil y siente que necesitaría mejor manejo de las tecnologías informáticas.
- Cree que en un futuro próximo habrá que compaginar las dos modalidades, on-line y presencial, y cree que en ambos casos se debería nombrar como Biodanza.
- Cree que esta es una época dura para las personas y que hay que llegar a ellas con amor.
- No tiene grupo ahora. Está perdida con la tecnología y tampoco se siente cómoda con las pantallas.
- Cree que es importante mantener los grupos unidos, ser transmisor de vida y alegría, subir la vibración.
- Se siente perdida, y la tecnología le crea un estrés añadido. Su pequeño grupo se ha quedado en una persona. Se siguen encontrando para hablar, después empezó a tratar de semántica musical, y ahora está probando con movimiento.
- Necesita aprender a difundir la Biodanza para conseguir que la gente se acerque y poder formar grupo.
- Cree que esta es una oportunidad de crecimiento y a largo plazo.
- Siente necesario tener un espacio de expresión.
- Es facilitadora autorizada pero no tiene grupo.
- Participa por Zoom en el grupo de la Escuela Espai Viu. Ponen por audio una sesión, y como tienen capacidad vivencial, lo disfruta mucho.
- Siente incertidumbre.
- Importancia de la unión de los facilitadores entre nosotros.
- Siento que esa es una época difícil, pero al mismo tiempo, la gente está tomando conciencia y valorando más que nunca el abrazo, el contacto, el vínculo. Los grupos que han tenido la posibilidad de seguir on-line no se han deshecho, precisamente por esta necesidad de vínculo.
- Por ello creo que de esta crisis, Biodanza puede salir fortalecida, pero para ello hay que hacer las cosas bien.
- Se siente enfadado. Siente que es algo impuesto, q no hay una lógica sana detrás. El ha seguido con los grupos de Biodanza (por Internet). Vivencias de 3 h, 1h 15 m de hablar y 1 45 de vivencia.
- Siento que hasta que volvamos al grupo presencial para mí Biodanza no alcanzará el sentido pleno que tenía antes de "la caída". Siento que debemos anticipar esta posibilidad, estableciendo formas en que Biodanza pueda llevarse a cabo, garantías de no contagio, sesiones al aire libre, etc., pero para mí la Biodanza On line tiene el único propósito de mantener el vínculo entre los grupos ya establecidos, no como forma de iniciar nuevos proyectos con gente nueva, y siempre dejando claro que eso NO ES BIODANZA
- Trabaja en una institución educativa que ha seguido funcionando on line. Manera de pasar de la vivencia a la virtualidad pero respetando la ortodoxia.
- Se siente: proceso, primero desorientada, incertidumbre, no sabía que hacer. Poco a poco se ha ido transformando, encontrando posibilidades que se debían hacer con los

grupos. Participando con otros facilitadores. Se va fortaleciendo poco a poco con esperanza a partir del encuentro entre tod@s, tienen la certeza de que van a volver al contacto y a la caricia. Tb participa en un grupo. Trabaja con otra facilitadora que no quiere saber nada. Poco a poco va consiguiendo más emoción y vínculo. Es pues un proceso personal pero que ha sido como biodanzante no como facilitadora.

- No tiene grupos regulares sí talleres de vez en cuando. Desde noviembre no ha hecho nada (en abril canceló). No puede aportar mucho porque no se lo había planteado.
- Se siente ilusionado, cree que la Biodanza va a tener un impulso que va a hacer que regrese de forma triunfal. La Humanidad está haciendo un trabajo interior, tanto quienes lo hacen voluntariamente como quien no. Confía en que vamos a salir con un gran impulso
- Se siente desconcertado, asustado, situación rara. Perdidos dos poderes: el grupo y el contacto
- parar, reflexionar, mucha escucha, replantearnos cosas, es una posible oportunidad, tiene dos grupos, hace encuentros, es otro formato, pertenece a Biodanza Valencia donde habla mucho con l@s compañer@s, qué cosas funcionan qué cosas no.
- Vencer los prejuicios previos con Flexibilidad, Adaptabilidad
- Sentir personal: Viene de un sentirse como en una montaña rusa. De la que quiere salir ya. Siente la necesidad de hacer “Rehabilitación” para salir del estado actual, para llegar a la Biodanza digamos clásica. Sus grupos de Mujeres refugiadas necesitan de la Biodanza, ella necesita ganar seguridad en el lo estoy haciendo bien.
- Sentir personal: Desde una negación inicial a hacer nada “Online” un rechazo, que evoluciona en el acompañamiento de sus grupos por las redes, viendo otros compañeros que hacían cosas en zoom evoluciona hacia el hacer algo, y explorar. Biodanza es mas que la caricia, evoluciona hacia el si y empezar a hacer.
- Tuvo claro la necesidad desde el principio de mantener, sostener al grupo, al principio por whatsapp. Sostener el miedo y la angustia. Fue la propia iniciativa del grupo quien le empujo a usar Zoom.
- Sentir personal: Abrirse al aprendizaje grupal, y a probar las nuevas tecnologías (gente joven del grupo ayudo y empujo). El día de la biodanza tuvo la revelación de que era posible ir más allá.
- Sentir personal: Estamos en un momento de cambio. No ve hacer clases “normales”. Ejercicios deben ser adaptados al hogar.
- Tenía un grupo pequeño en una institución cerrada, y se retiro de la actividad.
- La crisis le hizo sentir frustración, desorientación, no saber qué hacer. Justo en el curso que se había decidido a facilitar grupo.
- Sentir personal: Desgana, desanimo para hacer nada. Iniciar volver a la pintura le hizo reconectar.
- Los grupos yo mismo necesitaban seguir siendo acogidos y apoyados. Inventé una manera de compartir conforme a la manera de la ronda palabra, desde el corazón, con mensajes de voz en whatsapp, que escuchábamos juntos.
- Mi Sentir: Empecé a sentir y experimentar las posibilidades del zoom. Vislumbre como nacía una nueva manera biocéntrica de hacer algo, que es mejor que nada, y sintiendo mi experiencia y la evolución de encuentros de otros facilitadores note lo que funcionaba mejor y lo que funcionaba peor.

- Compartir con otros y ayudar a crear me dio elementos de juicio. Hoy lejos del pensamiento oficial, pienso que ha nacido algo, llamémosle “Encuentros Biocéntricos”, que lejos de ser provisional, se desarrollará y permanecerá. E igualmente es perfectamente adaptable a nuevos sin experiencia, por el mismo argumento mejor algo que nada.
- Lo vivido nos dejó a todos “descolocados”.  
El miedo a lo desconocido, a las pérdidas, etc, etc...
- Tras ese estado inicial de shock, y duelo, tras aceptar la nueva situación, empieza la búsqueda y la adaptación a las nuevas condiciones....
- Encontramos que la herramienta Biodanza (El Sistema Biodanza) es potente y tiene Creatividad para facilitar el adaptarnos.
- Flexibilidad, para ajustar y ceder en la adaptación.
- Mirando a la unidad, que el principio biocéntrico proporciona.
- Estábamos acostumbrados y encorsetados a Protocolos y reglas que ahora no se tienen y se buscan. Se “echan a faltar”.
- Parece que necesitamos protocolos para todo, Rehabilitación, Adaptación Online, Etc...
- Ello me hace reflexionar sobre nuestros propios miedos como facilitadores. Miedo a lo desconocido, y miedo a la eficacia del propio sistema biodanza que nunca fue testado en este nuevo entorno, para el que no fue originalmente experimentado antes.
- También ahora con tal vez menos regresión y más identidad podemos tener Vivencias Transformadoras, vivencias plenas de sentido.
- Escuche que parece que se habla de tres ámbitos de la Biodanza: Presencial (La digamos conocida y clásica), Del cuidado y Online
- Estamos asistiendo al milagro la vida, estamos construyendo una nueva realidad . Estamos soñando juntos en el planeta. Esto ya ha empezado, nuestra libertad es que estamos juntos. El corona virus, tiene el nombre de “corona”, nuestra corona es nuestra identidad, es lo que debemos potenciar.
- Ha reunificado los tres grupos que tiene en uno solo, en el que comparten sentires, sin danzas.
- Sigue acompañando, pero ahora solo mujeres (privacidad, contexto cultural).
- Necesidad de reactivar espacio físico presencial.
- Continúa con sus grupos regulares y uno más que ha abierto en este confinamiento. Lo hace a través de la plataforma zoom y whatsapp. Al principio del confinamiento no cobraba pero con el paso de los días, las personas pagan lo que pueden según su situación económica ya que la mayoría ha cambiado considerablemente. Su propuesta es: seguir impartiendo Biodanza on-line con el reto que implica como facilitadora (+creatividad, + relato de vivencia, + foco en una temática), difundir la Biodanza en esta época de confinamiento y no cambiar el nombre de Biodanza (en cualquier caso añadir "para etapas de confinamiento" o algo así, pero sin dejar de nombrar Biodanza.
- Continúa con sus grupos regulares (plataforma zoom y whatsapp) para nutrir y respaldar la identidad de las personas. Cobra el 30% menos de lo habitual ya que descuenta la sala que no paga. Comparte el reto de facilitar on-line añadiendo la importancia de reforzar la identidad. Mantener el propósito de Biodanza y el nombre.
- Continúa facilitando en sus grupos regulares on-line con la plataforma zoom i whatsapp con los mismos retos que han compartido las compañeras. Dada la situación actual, no cobra porque le parece que al ser on-line no puede cobrar, aunque



considera que como profesional se debe cobrar. Plantea la necesidad de regularizar la aportación económica para que se asienten unas bases comunes. El nombre de Biodanza que permanezca intacto.

- No ha podido seguir facilitando porque su grupo es pequeño y no les motivó la idea de hacerlo on-line. No ve claro cobrar cuando las clases son on-line Preferiría que se debatiera el asunto de la aportación económica.
- Está en formación de facilitadora de Biodanza. Todo lo dicho anteriormente le parece interesante y lo secunda.
- No tiene ningún grupo regular aunque la opción de facilitar on-line le parece óptima siempre que se recree la curva metodológica que considera que al ser on-line ha de ser más vital y menos trascendente por la dificultad del contacto afectivo.
- No ha podido dar continuidad a sus grupos regulares de Biodanza y Educación Biocéntrica porque trabaja en el ámbito social con: personas de +70años que no usan tecnología y adolescentes en riesgo de exclusión social a través del instituto por lo que el contacto es a través de la institución y ahora los institutos están cerrados. No hay lugar para cambiar el nombre de Biodanza. La posibilidad de trabajar on-line le parece apropiada pero hay que pensar juntas en maneras para llevar casos como el suyo y otras personas que trabajan en acción social teniendo en cuenta que la realidad es otra.
- Cómo llegar a las personas que no les motiva/gusta la propuesta on-line.
- Siento angustia porque sé que ha habido muertes en mi grupo. También tristeza. No podemos hacer duelos.
- Trabajo con mis alumnos del instituto online, soy profe de biología. Les envío música para que vivencien lo que sea que estamos estudiando: sistema simpático, parasimpático. Siento una gran responsabilidad en el mundo, sobre todo con mis alumnos.
- Hay personas del grupo que no desean participar porque no les gusta el medio. Me fortalezo aquí y ahora y disfruto. Hemos encontrado distintas estrategias: ponemos 3 músicas, luego relato de vivencia.
- Me preocupa el hambre de piel que no solucionan las sesiones on line.
- Apagué la tv, estoy creativo. Les preparo vídeos a mis alumnos.
- Más que pensar en cómo va a ser el día de mañana, pienso qué voy a hacer con el día de hoy.
- Siento que está en hibernación
- Valoro los espacios de nutrición entre facilitadores para reflexionar, compartir, acompañarnos. Los siento necesarios durante este transitorio
- Crear protocolo a nivel profesional para las distintas fases del desconfinamiento. Quizás crear algún documento que firmen los participantes que asistan a las sesiones. De igual manera que firmo cuando voy al fisioterapeuta-osteópata diciendo que estoy bien de salud y que soy consciente que la terapia implica contacto físico. Pues crear un documento parecido para los grupos regulares de Biodanza
- La sensación es que la vida se está secando porque echo de menos la biodanza y es difícil de conseguir con otros en estos momentos. Lo mejor es la posibilidad de ampliar el intercambio con colegas de todo el mundo. La posibilidad de enriquecerse conociendo las particularidades de cada uno. La biodiversidad está llamada a tener una importancia especial en estos momentos, nuestro importante papel es proteger del aislamiento en el que están cayendo las personas. Formando grupos para influir

en el mundo exterior, cooperando con otros para transmitir el principio Biocéntrico. Para intercambiar mucho entre nosotros.

- Me siento distante de la realidad que vivía antes, muy apegado al exterior de la casa. No me siento como un recluso en la casa, tengo mucho espacio. Para Bio estar lejos de los demás es una desventaja, transmitir el amor a los demás es imposible y se excluye la posibilidad de transmitir como yo a los demás. La música y la poesía pueden ser una forma de compartir el propio ser en este momento. Pero la biotecnología no puede lograr el objetivo. Como sustituto, la poesía y la música.
- Quería hacer mi vida más fácil antes de hacérsela más fácil a los demás. Me siento como un huérfano porque me echaron del grupo de biodanza que acogí. Siempre he tenido experiencias en otras escuelas además de la de Bolonia. Bailé mucho en casa por mi cuenta. Me gusta la Bio: las semillas que se usan para proteger, no hay contacto, la integración orgánica es una disposición de la mente, un guardián de la sacralidad de la vida. Desde aquí podemos encontrarnos en momentos bicéntricos en línea. Fluidez.
- Amor, Esperanza, Confianza, Conexión, Unión, Generosidad, Acción, Auto-regulación y Donación.
- Estamos siendo, Estamos danzando, Somos Biocéntricos, Esto también pasara.
- Miedo, incertidumbre pero también ilusión y esperanza por hacer bien las cosas. Una crisis es una oportunidad. Cooperar para crear juntos es una necesidad.
- En aprendizaje y con necesidad de sensibilidad para la adaptación; reconectandonos; necesitando volver a mí para poder conectarme con mi grupo; danzando la insatisfacción inspiradora para la reinvención