

Programa Biodanza Talleres vivenciales 1 y 2 . Sistema RT (Rolando Toro)

- El éxito pedagógico y terapéutico de Biodanza se debe a sus efectos sobre el organismo como totalidad y a su poder de rehabilitación existencial. Se trabajarán entre otras líneas, los 7 poderes de la Biodanza:
 - **Poder** musical,
 - **Poder** de la danza integradora,
 - **Poder** de la metodología vivencial,
 - **Poder** de la caricia,
 - **Poder** del trance,
 - **Poder** de la expansión de conciencia,
 - **Poder** del grupo.

Se desarrollará en 10 encuentros, con una carga horario de 2 15 hr y frecuencia semanal.

1- Primer encuentro Presentación general del grupo, docente y curso.

Taller de integración vivencial. Música, movimiento y emoción

2- Segundo encuentro Breve historia de la Biodanza, definición y alcances.

Concepto de Vivencia y ejercicios

Trabajo vivencial sobre anillos de tensión y corazas caracterológicas (W. Reich), y su integración a través del movimiento.

3- Tercer encuentro / El Poder Musical

La música es la vía regia para deflagrar la emocionalidad y junto al movimiento en biodanza generan una Gestalt que nos permite conectar con la armonía. La melodía y el ritmo . (parámetros fundamentales de la música)

4- Cuarto encuentro / El poder de la danza integradora

El poder de la danza en Biodanza reside en ser un movimiento pleno de sentido que integra cuerpo, mente y emoción, permitiendo una reconexión profunda con uno mismo y la vida a través de la música y el grupo, actuando como una herramienta de transformación, autoconocimiento y expresión

5- Quinto encuentro / El poder de la vivencia

La vivencia es la experiencia plena de sentir intensamente el aquí y ahora

a diferencia del análisis intelectual, al estimular directamente los potenciales humanos como vitalidad, afectividad, creatividad, sexualidad y trascendencia a través de música y movimiento en un entorno grupal seguro, permite reconectar con el ser auténtico y generar salud integral y bienestar.

6- Sexto encuentro / El poder de la caricia

El poder de la caricia en Biodanza es sanador, integrador y transformador, permitiendo reconectar con la ternura, la empatía y el afecto primarios, no a nivel mental sino vivencial, activando la memoria del amor esencial y restaurando vínculos

7- Séptimo encuentro / El poder del transe

es un cambio de estado de conciencia inducido por música y movimiento, que permite disolver el ego para alcanzar una ampliación de conciencia

8 - Octavo encuentro / Poder de la expansión de conciencia

Es la experiencia de unidad , plenitud y conexión profunda con uno mismo, los demás y el universo, inducida por la música, la danza y el grupo

9 . Noveno encuentro / El Poder del grupo

Trabajo de situaciones de encuentro grupal, para el cambio de actitudes y formas de relacionamiento humano.

La forma de integración del grupo en Biodanza se diferencia radicalmente de la dinámica de grupo tradicional. La Biodanza no es un sistema solipsista ni de comunicación verbal. Su poder está en la inducción recíproca de vivencias entre los participantes del grupo.

10. Décimo encuentro. EVALUACION Y RELATO DE VIVENCIA

La particularidad de este espacio final, posibilita la expresión del testimonio individual, manifestando su sentir, además de escuchar abiertamente a sus compañeros de grupo, creando una comunicación transparente que permita asumir y resolver desde el reconocimiento y respeto mutuo las dificultades propias de toda interacción vincular.

Llevar el aprendizaje de los encuentros a nivel vivencial propone una verdadera inversión epistemológica y un nuevo conocimiento a través de la vivencia y no solo de la conciencia.

Segundo semestre: agosto 2026

Los siguientes encuentros -tercero, cuarto, quinto, sexto y séptimo- trabajarán las líneas de vivencia, las cuales se fundamentan en el potencial humano, que se origina de las manifestaciones más tempranas del ser humano. Rolando Toro, creador del sistema Biodanza, ha condensado la actividad humana en 5 líneas de vivencia

1- Primer encuentro / Presentación general del grupo, docente y curso.

Taller de integración vivencial. Música, movimiento y emoción

2- Segundo encuentro / Breve historia de la Biodanza, definición y alcances.

Concepto de Vivencia y ejercicios

Trabajo vivencial sobre anillos de tensión y corazas caracterológicas (W. Reich), y su integración a través del movimiento.

3- Tercer encuentro: Línea de la VITALIDAD

Trabajo sobre el ímpetu vital, (energía disponible para la acción),

Integración motora y equilibrio neurovegetativo

El ímpetu vital se trabajará a partir de las funciones de actividad y reposo, alternando los ejercicios y desarrollando el concepto vivencial de autorregulación.

4- Cuarto encuentro Línea de la CREATIVIDAD

Trabajo sobre la capacidad de innovar, construir.

Ejercicios de que apuntan a nuestra capacidad exploratoria y trabajo lúdico

Llevar a la acción el pensamiento creativo a través de la música y el movimiento

5. Quinto encuentro. Línea de la AFECTIVIDAD

A través del trabajo de esta línea de vivencia, se apunta a la identificación con otras personas, la protección, el cuidado y el continente.

-Como vincularse y relacionarse con el grupo

-La capacidad de crear vínculos saludables con otras personas a través de la empatía, el altruismo y el afecto.

6. Sexto encuentro, Línea de la SEXUALIDAD

La sexualidad en biodanza abarca la conexión con el placer, la disposición al placer de vivir. No solamente el placer que deriva del erotismo sino todos los placeres de la vida, sentir el agua, los olores, los sabores, la poesía, la música, etc.

Este encuentro está destinado a rescatar la conexión con el placer de vivir intensamente, a partir de ejercicios que inviten a la cenestesia del movimiento, la expresión y el contacto. El mecanismo esencial en esta línea es el *feedback*, siempre en un marco de absoluto respeto mutuo.

7. Séptimo encuentro, Línea de la TRASCENDENCIA

Trabajo sobre el propio yo y la posibilidad de ir más allá de la autopercepción para identificarse con unidades mayores (naturaleza, esencia de las personas) y trascender el propio ego.

Esta línea se logra desarrollar como resultado del trabajo de las líneas trabajadas previamente.

8. Octavo encuentro INTEGRACION DE LAS 5 LINEAS

Desarrollar el trabajo de las 5 líneas conjuntas para expresar una identidad más saludable, física, mental y social.

Activar los movimientos humanos en forma armónica e integradora.

Trabajar los ejercicios con una proyección ontológica.

9 . Noveno encuentro / El Poder del grupo

Trabajo de situaciones de encuentro grupal, para el cambio de actitudes y formas de relacionamiento humano.

La forma de integración del grupo en Biodanza se diferencia radicalmente de la dinámica de grupo tradicional. La Biodanza no es un sistema solipsista ni de comunicación verbal. Su poder está en la inducción recíproca de vivencias entre los participantes del grupo.

10. Décimo encuentro. EVALUACION Y RELATO DE VIVENCIA

La particularidad de este espacio final, posibilita la expresión del testimonio individual, manifestando su sentir, además de escuchar abiertamente a sus compañeros de grupo, creando una comunicación transparente que permita asumir y resolver desde el reconocimiento y respeto mutuo las dificultades propias de toda interacción vincular.

Llevar el aprendizaje de los encuentros a nivel vivencial propone una verdadera inversión epistemológica y un nuevo conocimiento a través de la vivencia y no solo de la conciencia.