

# Renacer

Con toda la fuerza del amor

***“Viviremos a pesar de  
nosotros mismos con el  
último gesto de ternura  
renaceremos triunfantes  
puros e iluminados”***

*Extracto del poema “Éxtasis del Renacido”  
Rolando Toro*

## **La Pandemia**

Hemos sido tumbados como sociedad, de rodillas vemos como un simple virus es capaz de remecer las bases de esta frágil sociedad. Las ciudades vacías tuvieron que parar y las estructuras de poder esta vez no han podido vencer. Los países han tenido que esperar con resignación los tiempos de la naturaleza.

Hemos tenido que aceptar nuestra fragilidad, inclusive los líderes más arrogantes han tenido que cambiar de opinión. Solo algunos pocos siguen en su locura inicial.

Saldremos de esta pandemia, pero en el futuro podrá venir una catástrofe aún peor, la medioambiental, que no durará tres meses, sino mucho más. La pandemia y la crisis medioambiental son parte de lo mismo, la naturaleza buscando sus equilibrios biológicos y su subsistencia.

Saldremos debilitados como ciudadanos y como sociedad, con un gran desempleo y miedo al futuro. Pero saldremos fortalecidos como humanos y como naturaleza. Nuestra condición básica e instintiva vuelve a ser fundamental.

No queda otra opción que aprender de esto y cambiar, a nivel personal y a nivel colectivo. Pero la historia nos muestra que hasta lo más evidente es difuso para una gran parte de la población.

Los cambios profundos no se producen producto de una sola experiencia, aunque sea muy intensa como esta. Pero si sirven como detonante para empezar un cambio.

Los cambios de estilo de vida son un proceso, un camino que debemos estar dispuestos a realizar con coraje, es decir con el corazón por delante.

Creo que a partir de esta experiencia muchas personas comenzarán un proceso de cambio en sus vidas que se verá reflejado en los próximos años. Para estas personas la Biodanza puede ser un camino amoroso para lograr ese cambio.

## **La Biodanza**

Vivimos en un momento de mucha confusión, si intentamos transmitir certezas seguramente nos equivocaremos. Estamos en un momento de mucha incertidumbre, tenemos que ser comprensivos con nosotros y con el resto ante este sentimiento.

Existe una enorme diversidad de opiniones y sentires en este momento. No hay un consenso sobre el cómo actuar ni cuales son los mejores caminos para seguir. Las recomendaciones de organismos superiores no han servido para guiar, existe confusión, angustia e incertidumbre. Creo que la incertidumbre es la característica de este momento a nivel colectivo y personal.

Estamos todos viviendo este momento con la misma perplejidad, intentando comprender y aprender para el futuro. Solo tengo una certeza: el poder de la Biodanza para poder afrontar este momento y el futuro que se nos avecina.

Los que vivimos de la Biodanza nos hemos visto enormemente afectados, emocionalmente, económicamente y también profesionalmente. Nos hemos tenido que hacer la pregunta de cómo continuar y como cuidar a nuestros grupos sin descuidar la esencia de la Biodanza.

Muchos se han visto juzgados ya sea por su inacción o por ir más allá de lo que podría ser aconsejable. Ahora tenemos otra gran pregunta que resolver: como volver a dar Biodanza.

No es tiempo de juzgar, es tiempo de comprender y estar unidos. Saldremos adelante, fortalecidos como comunidad. La Biodanza no me cabe duda volverá, inclusive fortalecida. Tenemos que aguantar este duro periodo apoyándonos. Renaceremos!

## **Renacer: volver a nacer**

*Rolando decía:*

*“La idea de renacer ha interesado a los hombres desde la antigüedad. La necesidad de un cambio que remueva nuestra vida y permita el acceso a la gloria de vivir surge como una necesidad profunda cuando nuestro estilo de vida es triste, estéril y solitario.*

*Abandonar nuestro cuerpo cansado, rígido e insensible y renacer a un cuerpo pleno de energía y ternura es un deseo que está presente en todas las culturas.*

*Renacer significa no sólo una renovación orgánica, sino también el comienzo de una transmutación de nuestra percepción y estilo de vida. El renacimiento implica, en el fondo, una redención (salvación) en sentido sagrado de todo cuanto impide nuestra plenitud”.*

Durante este confinamiento muchos hemos pasado por el caos y la oscuridad, ahora toca renacer. Probablemente nuestro renacer ya ha comenzado, pero no nos damos cuenta. Está siendo como la danza de la semilla, sin mucho movimiento al comienzo, pero muy intenso por dentro. Luego lentamente de una manera vibrante surgiremos, a pesar de nosotros mismos, como decía Rolando.

Pero renacer no es necesariamente para mejor. Tenemos que tomar cuidado con esto. Necesitamos la fuerza del amor que guie este renacer. Que nos conecte con nuestros profundos deseos y anhelos de vida.

Cuando hablo del renacer, no es un simbolismo, son acciones concretas. Es salir de la oscuridad a la luz. Es ir a la naturaleza de otra manera, a ser parte de ella, a olerla, tocarla, abrazarla. Preguntarnos ¿cómo es mi entorno natural y humano?

Durante tres meses el tiempo ha cambiado de significado. Pasamos de no tener tiempo, a tenerlo. De correr a esperar. Encontrarnos con la lentitud y por ende con las emociones que muchas veces no queremos ver. Nuevos valores han emergido:

El valor del tiempo lento

El valor de lo cotidiano

El valor de nuestro entorno

El valor de lo esencial

El valor de lo simple

El valor de lo colectivo

El valor del amor

El valor de la vida

### **Renacer colectivo**

Nuestro renacer colectivo no se producirá naturalmente, tendremos que trabajar duro como humanidad para lograrlo. Existen muchos intereses para que la nueva sociedad que viene sea aún más deshumanizada. Con más miedos, más control, menos contacto y menos amor.

Posterior a esta pandemia se generará un gran vacío de poder, las reglas de antes ya no servirán, hay que cambiar a un nuevo paradigma, nuestro paradigma de dominio y explotación de la naturaleza y de las personas ya no es posible. Es el momento del paradigma Biocéntrico, la vida al centro en todas nuestras acciones humanas.

Es el momento de actuar, no podemos quedar pasivos. La Biodanza y su mensaje de amor es nuestra principal arma. ¡El abrazo como mensaje político! Tenemos que estar unidos y fuertes, sintiendo nuestra fragilidad, pero con coraje de avanzar y creer en un mundo mejor. No es una utopía, cada vez que danzamos y abrazamos el mundo cambia para mejor. Partiendo por nosotros mismos y nuestro entorno, para luego influir en la sociedad.

Muchas gracias,

**Rodrigo Toro Sánchez**