

Contribuciones de la biodanza a lo transpersonal/integral: un estudio empírico utilizando la cámara Kirlian GDV

Biodance as a contribution to the transpersonal/integral:
an empirical study using Kirlian GDV camera

José Domingo Flórez Moreno*

Fundación Universitaria Los Libertadores
Bogotá, Colombia

Resumen

El objetivo de este estudio es averiguar si la práctica de la Biodanza contribuye al bienestar personal, en relación con la vivencia transpersonal. La muestra consistió en 41 estudiantes de la Fundación Universitaria Los Libertadores. La metodología utilizada fue la triangulación de las técnicas de narrativa, observación directa y grupos focales, relacionadas con el efecto GDV. Sus respuestas se asociaron con los campos bioelectromagnéticos capturados por la cámara Kirlian GDV antes y después de la práctica de Biodanza. Los resultados encontrados fueron que la Biodanza produjo un incremento en el bienestar espiritual subjetivo, lo cual se comprobó empíricamente al verse ampliado y más armonizado el campo bioelectromagnético de las personas estudiadas. Los 41 estudiantes reportaron bienestar, y 9 de ellos además experimentaron la influencia de la vivencia transpersonal.

Palabras Clave: Bienestar, Biodanza, Energía, Cámara Kirlian GDV, Experiencia transpersonal

Abstract

The objective of this study is to estimate whether the University Foundation Los Libertadores students' bioelectromagnetic fields, as captured by the GDV Kirlian camera before and after Biodanza sessions, is related to their transpersonal experiences. The methodology examined how the triangulated narrative technique, direct observation and focused groups results related to the changes in the GDV photographs. After finding increased positivity, increased harmony, and wider bioelectromagnetic fields in 41 students, we concluded that the transpersonal experience provided positive benefit for nine students.

Keywords: Welfare, Biodance, Energy, GDV Kirlian Camera, Transpersonal experience

Recibido: 13 de enero de 2011
Aceptado: 7 de marzo de 2012

INTRODUCCIÓN

“En los treinta o cincuenta mil años de historia de los seres humanos modernos, el cuerpo humano no ha cambiado mucho, pero la consciencia humana sí. ¿Cuál será su siguiente cambio? La respuesta a esta cuestión tiene un interés que va más allá de lo puramente teórico: puede decidir la supervivencia de nuestra especie.

Ervin Laszlo (2009)

Según Walsh y Vaughan (2008), la psicología transpersonal apunta a que en la investigación psicológica del ser humano, se tenga en cuenta “dimensiones de la experiencia y del comportamiento que se asocian con la salud y el bienestar llevados al extremo” (Pag 14). Es decir, que se tengan en cuenta estados de conciencia que vayan más allá de los límites de la personalidad y del ego. En un sentido similar, Rivera y Montero (2007), comentan que diferentes investigadores han aportado evidencia sobre la asociación entre la vida espiritual, la salud física y mental. Por lo tanto dentro del cuidado comprensivo de las personas, debe llevarse a cabo una evaluación holística identificando sus necesidades espirituales, debido a que la naturaleza espiritual es personal, e incluso trasciende lo biológico, psicológico y social.

El presente proyecto se enfoca para el bienestar de las personas en el medio Universitario, con el fin de tener espacios y actividades que contribuyan a que los estudiantes puedan vivenciar y ser más conscientes de su mundo interno y externo en términos existenciales y transpersonales. Siendo así, el objetivo de este artículo es ampliar, cualificar y detallar, los resultados de una investigación que se realizó mediante la práctica de la Biodanza, en busca del bienestar de los estudiantes de la Fundación Universitaria Los Libertadores, eliminando los resultados de las prácticas de Reiki y Yoga, ya que estos no se analizan en este artículo. De ese proceso se derivaron algunos resultados en términos cuantitativos y cualitativos que se detallan en este trabajo.

Se tomo la decisión de ampliar los resultados en términos transpersonales, debido a que en el entorno de las publicaciones de artículos académicos poco se observa acerca de lo transpersonal en la psicología. Como afirman Walsh y Vaughan refiriéndose a Allison, 1967; Greely, 1975; Hood, 1974, 1976; Thomas y Cooper, 1977 (2008: 67), este enfoque influye a que “las personas que tienen estas vivencias tiendan a ser más educadas, a tener más éxito económico, a ser menos racistas y alcanzar una puntuación sustancialmente más elevada en lo que se refiere su bienestar psicológico”.

El objetivo general del proyecto fue conocer las manifestaciones de los estudiantes de la Universidad Los Libertadores de Bogotá, respecto a su bienestar integral tras la práctica de la Biodanza desde la línea corporal del modelo integral de Wilber, y así poder comparar sus experiencias con los resultados de la cámara Kirlian GDV. No se proporciona información respecto al Reiki y Yoga, aunque también fueron prácticas utilizadas en la investigación. En ese sentido, la finalidad de este estudio es mostrar los resultados respecto a la vivencia transpersonal más relevante y ver su relación con el campo bioelectromagnético del efecto Kirlian GDV.

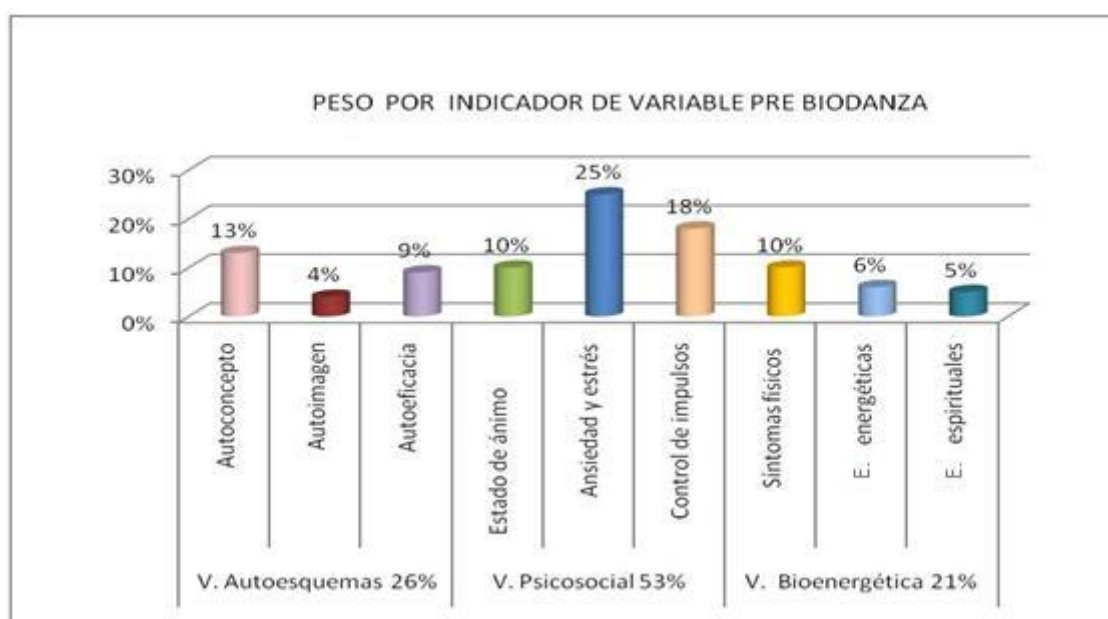
Para el análisis de las figuras que se muestran a continuación, se tuvo en cuenta el concepto y objetivos de la Biodanza al igual que el de Bienestar, términos que se aclararán más adelante. Sin describir aún la principal experiencia transpersonal experimentada por los estudiantes, se detallan a continuación los porcentajes de narrativas que se encontraron antes y después de la práctica de Biodanza respecto al bienestar, con el fin de determinar el peso de cada una de las variables e indicadores

obtenidos, mediante la agrupación por contenidos de las narrativas, y así poder ver la evolución del bienestar en la muestra, mediante lo que estos narraron, resaltando que antes de iniciar dicha práctica las expresiones y manifestaciones de los estudiantes fueron negativas y poco favorables en su totalidad (Figura 1). Mientras que posteriores a la misma, las narrativas fueron favorables y positivas (Figura 2). Por tal razón, para entender las reacciones del bienestar en los participantes, en las figuras siguientes hablaremos primero de narrativas **negativas, desfavorables o de malestar** (Figura 1); y posteriormente se explican las narrativas **positivas, favorables y positivas referentes al bienestar** (Figura 2).

Entendemos que este modo de analizar los resultados no es habitual, ya que se debería medir el mismo parámetro: “bienestar” o “malestar” únicamente, antes y después de la actividad. Pero por razones de uso personal, hemos analizado los resultados de esta forma.

Figura 1

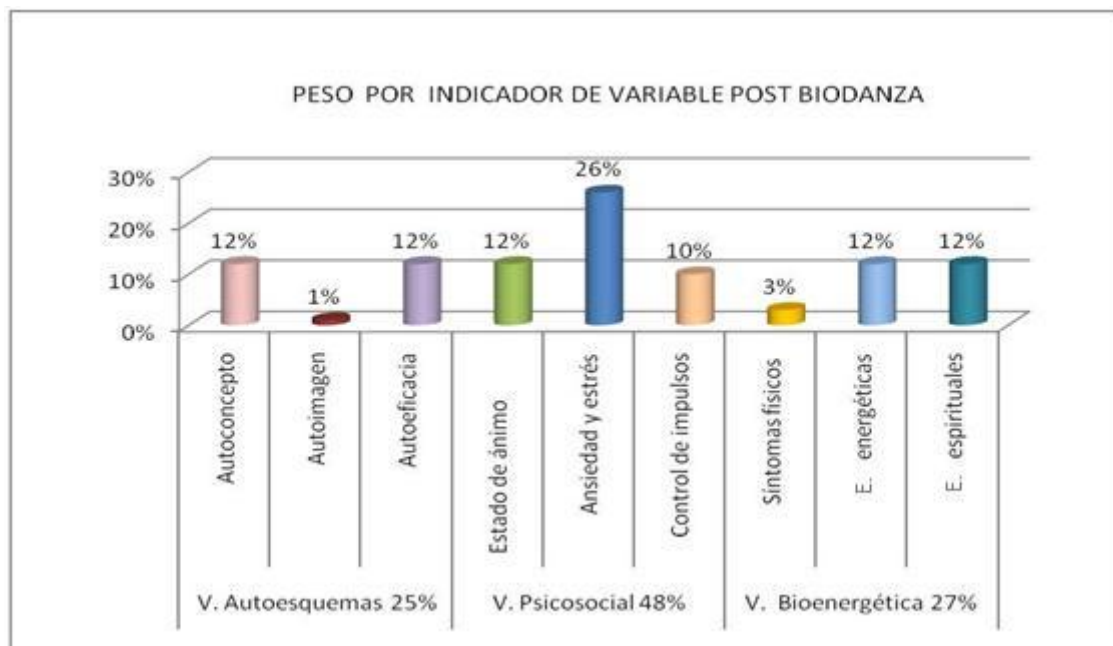
Porcentaje de narrativas **DESFAVORABLES** acerca del bienestar subjetivo por variable e indicador Pre-Biodanza.



Fuente: Grupo de investigación de Psicología Integral y Desarrollo Humano

Figura 2

Porcentaje de narrativas **FAVORABLES** acerca del bienestar subjetivo por variable e indicador Post-Biodanza



Fuente: Grupo de investigación de Psicología Integral y Desarrollo Humano

Antes de la práctica de Biodanza (Figura 1) los análisis de frecuencias muestran que la variable con mayores narrativas negativas, desfavorables y de deficiencia de bienestar, es la psicosocial (53%). Dentro de ésta vemos un 25% de manifestaciones de ansiedad y estrés NEGATIVAS; mientras que en la Figura 2 se observa que la ansiedad y el estrés se expresó en un 26% pero esta vez en **términos POSITIVOS**, es decir, tenemos casi el mismo porcentaje, pero antes de la Biodanza fue negativo y tras la práctica, positivo. Lo que muestra que la ansiedad y el estrés disminuyeron tras la Biodanza, y las personas expresaron sentirse mucho mejor y con mayor bienestar.

Referente al estado de ánimo ocurre lo mismo; en la Figura 1 vemos un 10% de manifestaciones negativas que reflejan un estado de ánimo tenso y cansado (es decir ausencia de bienestar), mientras que en la Figura 2 se observan narrativas favorables al bienestar (12%), en cuanto a tener un buen estado de ánimo.

Considerándose el estado de ánimo según Thayer (2001) como una relación entre las variables energía y tensión, siendo el mejor estado el “calmado-energético” y un estado “tenso-cansado” como mal o peor estado de ánimo, y comparándolo con la teoría de Thayer, para quien las alteraciones del estado de ánimo forman trastornos en el mismo (y al estar menos alterado, aumentaría el ánimo en las personas y disminuirían los trastornos), comprobamos que el estado de ánimo tras la Biodanza no solo eliminó el 10% de tensión expresado por los participantes, sino que se obtuvo ese mismo 10% en forma positiva más un 2% más de expresiones favorables.

Sucedió lo mismo con el control de impulsos; antes de la práctica de Biodanza éste era desfavorable en cuanto a tener bienestar (Figura 1), registrándose un 18% de narrativas que indicaban falta de control de impulsos; mientras que después de las prácticas de biodanza, el control positivo de impulsos fue manifestado en un 10% de de narrativas que registraron tenerlo (Figura 2), o de tener más elementos a favor del control de impulsos, contribuyéndose así al bienestar de la muestra.

En cuanto al 4% de la Figura 1 manifestado en términos desfavorables o negativos en lo referente a la autoimagen antes de la biodanza, vemos que posterior a ésta no se expresaron términos desfavorables o negativos, sino que se narraron en un 1% términos favorables respecto a la autoimagen (Figura 2). Lo

cual da a entender que el concepto de sus propias imágenes mejoró, reduciendo el 4% desfavorable que existía en la Figura 1, pasando a un 1% de manifestaciones favorables, es decir que mejoró y aumentó el bienestar con respecto al indicador de la autoimagen. En el mismo sentido, el 13% de autoconcepto y el 9% de autoeficacia de la Figura 1, se refieren a porcentajes de narrativas que no favorecen el bienestar; lo contrario a lo expresado en la Figura 2, donde se muestran expresiones favorables de bienestar que porcentualmente son de 12% en autoconcepto y en autoeficacia.

Vemos la misma dinámica en los indicadores de los síntomas físicos, experiencias energéticas y espirituales (Figura 1), en la que los síntomas físicos de carencia de bienestar estaban en un 10%, y después de las prácticas de biodanza se disminuyeron, manifestándose en un 3% de narrativas favorables al bienestar (Figura 2). Igual sucede con lo energético y espiritual, en la que los estudiantes narraron un 6% y un 5% de carencia de experiencias espirituales que contribuyeran a su bienestar (Figura 1), mientras que después de finalizado el proceso manifestaron un 12% de experiencias energético-espirituales a favor de su bienestar (Figura 2).

Es así como los resultados de los indicadores de la Figura 2, identifican el proceso como un aumento y reconocimiento del bienestar, viéndose un mejor autoconcepto (12%), aumento de la autoimagen (1%) y autoeficacia (12%), mejores condiciones energéticas (12%), mejor estado de ánimo (12%), aumento y mejor control de impulsos (10%) y experiencias espirituales como paz y conocimiento interior (12%).

En síntesis, los porcentajes pertenecientes a la Figura 1 en las variables de autoesquemas 26%, psicosocial 53% y bioenergética 21%, indican porcentajes de lo que les estaba molestando. De lo negativo y desfavorable en cuanto al bienestar de los estudiantes antes de iniciar las prácticas de biodanza. Mientras que en la Figura 2 los porcentajes señalan lo que sintieron y mejoraron en cuanto a su bienestar, mostrando un aumento del mismo, logrando mayores niveles de bienestar psicológico, físico, energético y espiritual gracias a la práctica de la Biodanza. También informaron que la practica repercutió directamente en su aprendizaje de habilidades de afrontamiento del estrés, mayor autoconfianza en sus habilidades para el logro de sus objetivos, liberación de tensión, mayor vitalidad, entusiasmo por la vida, paz y conocimiento interior.

En la problemática planteada se tuvo en cuenta los antecedentes de los estudiantes, ya que muchos jóvenes presentaban diferentes malestares como miedo, desmotivación, tristeza y estrés entre otros, lo cual evidencia la importancia de investigar si la práctica de la Biodanza contribuye a disminuir estos malestares y repercutir así en el bienestar personal.

Algunos estudiantes manifestaron tener algo de miedo (Ver Figura 3). En relación a esto tenemos siete emociones: miedo, ira, ansiedad, melancolía, preocupación, aflicción, y alegría desmedida. Hammer se refiere a ellas en términos de “funciones energéticas naturales de índole positiva. Estas funciones naturales incluyen todas aquellas cualidades mentales, emocionales y espirituales, con las que nos definimos a nosotros mismos como humanos” (Hammer, 2007: 16). Dando así a entender la relación de estas emociones con lo energético.

El miedo es “la emoción más difusa, de la que todos somos o hemos sido víctimas en un grado u otro. No tiene medidas ni límites. Es una variable que adopta innumerables formas y que a la vez es signo de malestar” (Assagioli, 1996: 187).

Los miedos y sentimientos compulsivos de desconfianza producen una reacción física concreta en el cuerpo, al acumularse la energía de estas tensiones negativas, estallan respuestas emocionales cargadas en forma de frustración, rabia, ira y por supuesto miedo. El individuo siente la dificultad de permanecer al mando mientras estas corrientes de alto voltaje de energía eléctrica recorren todo el cuerpo. (Shealy, 1993: 181)

Figura 3
Narrativas anteriores a las prácticas de Biodanza

Matriz descriptiva de Bienestar Integral Pre-Biodanza							
Categorías		Autoesquemas		Psicológica		Bioenergética-Espiritual:	
subcategorías	Frecuencia	1. Autoconcepto	10	1. Estado de ánimo	8	1. Síntomas Físicos	8
		2. Autoimagen	3	2. Ansiedad y Estrés	20	2. Necesidades Energéticas	5
		3. Autoeficacia	7	3. Control de Impulsos	14	3. Necesidades Espirituales	4
Frecuencia categorías	Se encontraron 20 expresiones relacionados con pobre o negativa percepción en las 3 subcategorías.		Se encontraron 42 expresiones relacionados con malestar y deterioro en las subcategorías.		Se encontraron 17 expresiones relacionados con síntomas y necesidades en las subcategorías.		
1. Autoconcepto	Narrativas		Narrativas		Narrativas		
	La timidez siempre se hacía presente		dolor y tristeza opacan la alegría que mi ser en cierra.		Me sentía cansada y agotada		
	soy una persona muy tímida.		En momentos mi única salida es llorar.		tengo un nudo en la garganta		
	Me siento con mucha timidez		Me siento triste		Dolor de espalda		
	En ocasiones me siento inferior a los demás.		Tristeza		Dolor de cuello		
	soy muy psicorigido y tengo la autoestima baja.		Con depresión		Con mucho dolor de cabeza		
	Me siento insegura.		Mantengo con mucho Sueño y aburrimento.		Dolor de espalda		
	Era un poco negativo e inseguro.		No me dan ganas de hacer nada sino de dormir hasta tarde.		No sabía cómo activar mi cuerpo		
	Era un poco desconfiado		En los parciales me da mucho miedo y angustia.		Dolor de cabeza		
	Insegura de sí misma		Me daba ansiedad expresarme		Dolor de espalda		
	Hace unos meses era una persona insegura e indecisa		Me da miedo hablar en público		No sé cómo activar mi energía		
	2. Autoimagen	Me siento gorda.		Muchas preocupaciones de cómo relacionarme con mis compañeras y los docentes.		No sé cómo manejar mi energía por eso me siento desincronizado en cuanto a lo que siento pienso y hago.	
No soy atractiva.		Vivo preocupada y más cuando sabía que tenía una exposición.		Debía canalizar más mi energía interna			
A veces me siento fea.		Estrés con el estudio y el trabajo y pensamientos negativos		Me siento sin energía para el resto del día			
3. Autoeficacia	No sé cómo hablarle a alguna persona que me interesa		Me considero una persona estresada y nerviosa		Siento la mala energía de recuerdos pasados, que no me dejan desarrollar emocional y espiritualmente		
	No me permitía expresar con total libertad lo que sentía.		Andaba muy estresada		armonizar más con mis sentidos y mi espíritu		
	las personas no confían en mis conocimientos		Manejo niveles de estrés muy altos por las cargas que tengo		No sabía cómo activar mi espíritu		
	me sentía impotente ante las personas		Me siento bastante estresada por toda las cosas que hago en mi diario vivir		me faltan espacios de tranquilidad, espiritualidad, meditación y paz.		
	No hacía sentir mi voz		El estrés que manejaba era altísimo				
	Me aislaba en el momento de participar en grupo		siento mucho estrés por casi todo				
			llena del estrés del día a día.				
			me estreso casi por todo.				
			Vivo con mucho estrés.				
			Me siento muy estresada.				
		estoy muy estresado.					
		Vivo estresada a todo momento.					
		El estrés normal de cada día de estudio					
		soy excesivamente explosiva me descontrolo emocionalmente en cuanto a que me pongo de mal genio con facilidad.					
		Carácter muy fuerte y agresivo					
		Rabia hacia mi papá soy de mal genio.					
		Siento Odio y Fastidio					
		Me siento tensa, de mal genio,					
		Presento mucha agresividad.					
		Soy agresivo					
		tiendo a ser muy agresiva e irónica					
		Sin control de mis emociones					
		Le doy mucha importancia a pequeños detalles					
		Ser afectada por todo y por todos					
		Me complico por cosas sin importancia					
		no estoy muy bien emocionalmente, sin control.					
		No tengo los conocimientos para manejar y controlar mis emociones.					

Fuente: Grupo de investigación de Psicología Integral y Desarrollo Humano

Toda esta energía negativa acumulada en el individuo necesita ser liberada. Esto puede hacerse temporalmente, con poca profundidad y en pequeñas cantidades a través de diversos canales como estallidos emocionales; restableciendo el control mediante el consumo de alcohol u otros medios que

aportan un alivio pasajero, etc. De ahí la necesidad de buscar otras alternativas para liberar dichas tensiones, nivelar y descargar la energía. Por esta razón se utiliza la Biodanza, con el ánimo de contribuir al bienestar de los estudiantes, no solo enfocada a trabajar el miedo, sino desde la visión de integralidad que propone Wilber (2008) y la postura energética e integral para la salud y el bienestar que plantea Goswami (2008), Brennan (2004) y Bohm (2005) entre otros.

Lo Transpersonal

Iker Puente, al referirse a Maslow 1969 menciona que, la psicología transpersonal es considerada como la cuarta fuerza en psicología, nació a finales de los años sesenta en EEUU gracias a un grupo de psicólogos, psiquiatras y psicoterapeutas como Abraham Maslow, Stanislav Grof y James Fadiman, entre otros, que buscaban expandir la psicología humanista más allá de la atención del yo individual, así como el estudio de lo trascendente de la naturaleza humana y de la existencia. Como su mismo nombre indica “transpersonal” hace referencia a lo que está más allá y a través de lo personal. Puente (2009: 20).

La psicología transpersonal apareció como resultado de haberse advertido lo siguiente:

Las tres fuerzas mayores de la psicología occidental (el conductismo, el psicoanálisis y la psicología humanista) se habían mostrado limitadas en su reconocimiento de unas posibilidades de desarrollo psicológico más elevadas. Un número creciente de profesionales de la salud mental sentía que tanto el conductismo como el psicoanálisis, estaban limitados por el hecho de provenir, principalmente, de estudios de psicopatología, por el intento de generalizar a partir de sistemas simples hacia los más complejos, por adoptar un enfoque reduccionista de la naturaleza humana y no hacer caso de ciertos sectores, preocupaciones y datos de importancia para un estudio cabal de aquella, como pueden ser los valores, la voluntad, la conciencia y la búsqueda de autorrealización y de autotrascendencia (Walsh y Vaughan, 2008: 18).

Según Rowan (1996) “el objetivo de la psicología transpersonal consiste en ayudar a que la persona se atreva a abrirse a sus dimensiones interiores” (pag 22). Mientras que para Martínez (2009) “lo transpersonal es un estadio de conciencia que conlleva, como cualquier otro, un modo de percibir y un modo de actuar, coherentes entre sí” (pag 36).

Adicionalmente, la psicoterapia transpersonal trabaja aspectos fenomenológico-existenciales y subjetivo- autorreferenciales, por medio de la exploración del pasado respecto a las represiones y fijaciones, así como el presente existencial y todo lo relacionado con la parte trascendental y espiritual. Desde esta perspectiva se asumen diferentes niveles de conciencia humana, de los cuales algunos están relacionados con otros enfoques terapéuticos.

Parafraseando a Rowan, las raíces de la perspectiva transpersonal involucra los postulados y trabajos de psicólogos, médicos, filósofos, psicoanalistas y antropólogos, como por ejemplo William James con el reconocimiento del self espiritual y superior, Jung con sus trabajos de los arquetipos y del inconsciente colectivo, Assagioli con el diagrama oval del psiquismo humano de orientación espiritual, Abraham Maslow quien de manera indirecta ha influido la perspectiva transpersonal desde la experiencias cumbre como una forma de entrañar lo espiritual, entre otros. De otra parte, las técnicas psicoterapéuticas más conocidas que buscan la salud mental y el bienestar desde esta perspectiva, son la imaginación activa de la escuela Jungiana, la mitología personal de Feinstein y Krippner, la visualización, la fantasía guiada, los sueños, la meditación, otras técnicas como las de desarrollo psicoespiritual, enmarcadas desde el modelo de integración Wilberiana. (Rowan, 1996).

El Bienestar

El doctor Goswami (2008) plantea que en la salud, la sanación y el bienestar hay que tener en cuenta la *consciencia*, siendo ésta el mediador que interactúa entre la mente y la materia, entre la energía sutil y el cuerpo. Para él, “el bienestar no solo precisa de la homeostasis en el funcionamiento del cuerpo físico, sino también de los movimientos del cuerpo vital¹” (Pag 53).

El mismo autor nos dice: “si durante la vida, se generan más desequilibrios en el cuerpo vital debido a que la causa radical de la enfermedad no se ha corregido, se acrecienta la falta de sincronidad entre los estados vital y físico correspondientes y las funciones que llevan a cabo” (Goswami, 2008: 55).

En un sentido similar, Hammer (2007) complementa la definición de salud en relación al bienestar:

Es una condición en la que todos los sistemas dentro del microorganismo están interrelacionados armoniosamente entre sí y en consonancia dinámica con la naturaleza. Centrarse en la salud e introducir el concepto de energía como razón básica de la salud, la enfermedad, el bienestar, la vida y la muerte significa observar estos fenómenos como parte de un solo substrato universal en el que todos los fenómenos no son sino diferentes expresiones de su infinitud y su unidad (Hammer, 2007: 63).

Los anteriores planteamientos de Goswami y Hammer tienen relación y se pueden integrar con la visión transpersonal, ya que ésta “no se propone negar otros modelos, sino que más bien incluye estados de conciencia y niveles de bienestar que no tienen cabida en los modelos psicológicos anteriores” (Walsh y Vaughan, 2008: 75).

Teniendo esto en cuenta y refiriéndonos al bienestar integral del estudiante, se resume a continuación lo que se entiende por “bienestar” en el ambiente universitario en el que trabajamos:

El bienestar integral desde las prácticas universitarias (Yoga, Reiki y Biodanza), busca cumplir con el objetivo de brindar a los estudiantes una formación integral, que junto con la calidad de vida y la construcción de la comunidad universitaria, forman el concepto de “Bienestar Universitario” (Gutiérrez, 1995). Las políticas de Bienestar de la Fundación Universitaria Los Libertadores, se enmarcan en la Misión y Visión para una formación integral. En el mismo sentido, el Bienestar está llamado a crear espacios de reflexión que permitan reinterpretar y transformar la vida universitaria y su recuperación en la sociedad, con la ayuda de la investigación, para garantizar la pertinencia y la calidad de sus programas, proyectos y acciones.

El “Bienestar Universitario” se puede dividir en;

-“Bienestar Subjetivo”, cuando se refiere a lo que las personas sienten y piensan respecto de su vida, y las conclusiones a las que llegan cuando evalúan su existencia. Esto mismo se puede evaluar mediante la percepción relativa de felicidad (Gómez, Villegas, Barrera y Cruz, 2007, pp. 312-314). De otra parte, se puede definir como “la evaluación que las personas hacen de sus vidas, desde una dimensión cognoscitiva de satisfacción con la vida y otra afectiva relacionada con la frecuencia e intensidad de emociones positivas y negativas” (Ballesteros, Medina y Caycedo, 2006).

-“Bienestar Espiritual”, cuando la persona puede y quiere experimentar e integrar el significado y propósito de su vida mediante la conexión consigo misma y los demás, el arte, la música, la literatura, la naturaleza y/o un poder superior al propio yo (Luis, 2008).

La Biodanza

Eliot nos dice (Eliot en Bolen, 2005: 32): “somos parte de una danza en la que nada de lo que acontece o nos acontece se repite con total exactitud, mientras que el principio conector subyacente al que está vinculado todo en el universo, incluyéndonos a nosotros mismos, permanece siempre idéntico a sí mismo”.

Así pues, la finalidad de la Biodanza es activar los movimientos humanos de forma armónica e integradora. Ésta se puede definir como un sistema que integra la música, el movimiento y la vivencia, con el objetivo fundamental de desarrollar las potencialidades humanas, en sus tres dimensiones: individual, colectiva y en relación con el entorno (Castañeda y Chalarca, 2004). La Biodanza también es un reaprendizaje de nuestras funciones originarias de vida, que expande nuestra conexión con el impulso de la vida, sensibilizando la capacidad de reconocer y valorizar lo que sentimos, percibiendo nuestra fuerza interior para encontrar lo que en esencia deseamos. Igualmente propone embellecer la vida desde las condiciones orgánicas, afectivas y emocionales, para así reforzar la posibilidad de conexión con la realización plena de nuestra existencia.

El objetivo de la Biodanza es recuperar la coherencia entre emociones, cognición y acción, que por efectos culturales, hemos ido perdiendo. Para esto trabajamos con la música, que denota emociones sin que la barrera de la razón consiga frenarlas, con el movimiento o danza que transforma la emoción en acto, y con la vivencia, el acto más importante de cognición integrada.

La Biodanza en el presente proyecto fue abriendo camino a la experiencia transpersonal, y se vivenció mediante un ejercicio que el autor ha denominado “*El corazón de luz*”, el cual se explicará más adelante.

Se trabajó la psicoterapia desde lo corporal y lo energético, en relación a las descripciones que habían realizado los estudiantes (ver Figura 3), de tal manera que se fue avanzando lo suficiente para estar más dispuestos a experimentar posibles estados transpersonales, que según Bugental en Walsh y Vaughan (2008: 67): “los clientes que han alcanzado etapas avanzadas en psicoterapia pueden experimentar tales estados”. Lo mismo que experimentan quienes se autorrealizan; los individuos que Maslow identificaba como los “más sanos” (en Walsh y Vaughan, 2008: 67). Algo similar a lo que menciona Capra cuando se refiere al viaje interior: “puede que la persona pase en primer lugar por una fase “freudiana”, para pasar a continuación por una experiencia de muerte y renacimiento, a lo que podríamos referirnos como fase “rankiana”, donde las secciones avanzadas de la persona pueden tener un carácter mitológico, al que podría describirse en términos junguianos”. (Capra, 2007: 113).

Lo anterior es expresado por Wilber (2005) de la siguiente forma: “para llegar a Buda hay que pasar por Freud”.

En la Figura 4 podemos ver como se fue avanzando en la temática que llevó a los estudiantes a su “*corazón de luz*”.

Figura 4
Programa de Biodanza

Temas desarrollados	
1	. Presentación del programa . Contextualización del Bienestar integral y la Biodanza. . Narrativas y captura GDV . Práctica introductoria de Biodanza . Captura GDV y narrativas
2	. Grupo focal y efecto GDV. . Respiración y expresiones emocionales desde la Biodanza . Narrativas y GDV
3	. Expresión de la agresividad: descarga energética . Emociones y duelo . GDV
4	. El miedo . Técnicas corporales de desbloques energéticos . Enfrentándose a sí mismo: utilización de espejos.

	. Narrativas y GDV
5	. Grupo focal y efecto GDV. . Miedos, auto confianza, seguridad en sí mismo, parciales y evaluaciones . GDV y grupo focal
6	. Narrativas . Duelos: pataleo . El perdón . Narrativas
7	. La armadura corporal . Desarrollo de habilidades sociales en grupo y en el vivir diario. . Creatividad y bienestar
8	. Búsqueda de temores reprimidos. . Elaboración de duelos desde lo corporal . Emociones e infancia
9	. Identificando la ansiedad y el miedo . Bioenergética para el desarrollo humano . Energía y campo magnético en el bienestar: sensibilización
10	. Técnicas para el desarrollo asertivo . El guerrero interno . Sentido de vida . Narrativas y GDV
11	. Desapegos desde la vivencia corporal. . El niño interno . Las mascararas . Autoestima
12	. Medida GDV y narrativa . Autoesquemas en la biodanza. . Piñata terapéutica . Narrativa y GDV
13	. Grupo focal . El guerrero interno . Corazón de luz: Primera parte, no se utilizan velas . Grupo focal
14	. Danza y proyecto de vida. . Visualización y metas
15	. Hacia la eliminación de mascararas. . La espada de luz . El microcosmos: Prácticas de meditación activa para el vivir diario . Narrativas
16	. Biodanza de la luz . <i>El Corazón de Luz: día de la vivencia transpersonal</i>
17	. Terapia con el sonido: campanas y cuencos . Autoafirmación de la salud emocional . Narrativas y GDV
18	. Autoafirmación de la salud emocional . Bastón y emociones . Grupo focal
19	. GDV y narrativa . Retroalimentación . GDV y narrativa
20	. Cierre

Fuente: Grupo de investigación de Psicología Integral y Desarrollo Humano

La Figura 4 nos muestra como la experiencia transpersonal no se dio en primera instancia, sino después de que se avanzó en el proceso y después de haber elaborado los eventos del pasado. Es decir, cuando el estudiante ya había superado la etapa inicial e intermedia en la revisión de su mundo interno.

Las prácticas de bienestar llevaron al estudiante a sentir y percibir lo energético en un sentido más sutil, y aunque no utilizó el término transpersonal para referirse a él, sí lo expresó en términos espirituales y energéticos, resultando así la categoría *Bienestar Bioenergético y Espiritual*.

Bienestar Bioenergético y Espiritual

En el estudio de un nuevo paradigma para la integralidad de la medicina, la salud y la sanación, Goswami (2008) nos plantea la integración de este paradigma, con la física, la psicología y la espiritualidad. También nos dice que el nuevo paradigma trata sujetos y objetos, y espíritu y materia, en igualdad. En un sentido similar Wilber (2010) nos argumenta la necesidad de tener en cuenta las tres esferas del conocimiento: el reino racional de la mente, el reino empírico de los sentidos y el reino contemplativo del espíritu. Basándose en esto, se integran en una sola categoría lo energético y lo espiritual en la presente investigación.

El Bienestar Bioenergético Espiritual es un conjunto de condiciones físicas, de experiencias y necesidades energéticas y espirituales, interdependientes en el individuo, que contribuyen al logro de una salud integral. Este Bienestar se basa en la premisa de que “lo que sucede en el cuerpo, sucede en la mente y viceversa” (Lowen, 2004: 34).

Se consideró importante lo espiritual, porque a nivel cultural el individuo desarrolla una serie de prácticas de bienestar (de índole transpersonal o espiritual), en donde se pueden trabajar aspectos corporales y energéticos, para satisfacer necesidades de este tipo.

El objetivo de la investigación fue, ver la relación de las manifestaciones de los estudiantes con lo energético (también denominado campo bioelectromagnético), en cuanto al bienestar integral. Se trata de ver la relación de la experiencia transpersonal con lo energético, y con lo que expresaron después de ésta. Por tal razón revisemos el instrumento que captura el campo bioelectromagnético de las personas.

Cámara Kirlian GDV

En términos informáticos es un periférico, es decir, un dispositivo que se conecta a un computador para ejercer una función determinada, como por ejemplo escanear o imprimir. Pero la cámara Kirlian conectada al ordenador envía una fotografía de un campo de energía para ser procesada. Antiguamente teníamos la cámara Kirlian análoga, en la que era necesario tomar las fotografías de los dedos del campo energético por medio de rollos fotográficos normales, y después hacer el revelado de los mismos. Hoy en día con la ayuda de la ingeniería de sistemas, la física y la electrónica, tenemos la cámara Kirlian GDV, que captura de forma inmediata el campo bioelectromagnético de los dedos de las manos, representándose en el monitor gracias a un software específico que permite hacer el análisis de forma inmediata.

La cámara GDV captura el campo bioelectromagnético, y se analiza en píxeles, o sea en puntos de luz o intensidad de energía (Korotkov, 1999). Ésta no muestra el aura humana (como mucha gente erróneamente cree), para eso se necesitaría un instrumento más sensible o un profesional que sepa interpretarla; pero sí analiza el nivel energético de los meridianos que la acupuntura trabaja. En palabras de Sánchez: “este aparato es el primero de una nueva generación de aparatos que estudian el efecto Kirlian, empleando los últimos logros de la tecnología. Su sistema de fibra óptica, microchips, y telematrics, unidos a la potencia de procesamiento de imágenes de los ordenadores de última generación, se puede observar en tiempo real en el monitor del ordenador los cambios en la energía humana” (en Flórez, 2009: 44).

El efecto Kirlian

Científicamente definido como “la observación visual o mediante aparatos, de la descarga de gas (halo luminoso) que surge cerca de la superficie del objeto estudiado, al colocarlo en un campo eléctrico de alta tensión” (Sánchez, 2000: 22). Es necesario decir que la persona a quien se le realice una captura de su campo bioeléctrico o energético por medio de la cámara Kirlian, no soportará ningún alto voltaje, ya que el circuito electrónico está diseñado para captar unas frecuencias invisibles al ojo humano mediante la emisión de luz, volviéndose dichas frecuencias visibles.

Desde el misticismo oriental se conoce que el hombre no solo tiene un cuerpo físico sino también otros cuerpos sutiles o invisibles alrededor de su cuerpo físico. Para este ensayo se utiliza un término técnico: “cuerpo bioelectromagnético”, el cual es más denso que el aura, emite luz y se puede analizar con la tecnología GDV.

Sintetizando el análisis de la captura del campo bioeléctrico humano y su aporte, mencionemos entonces:

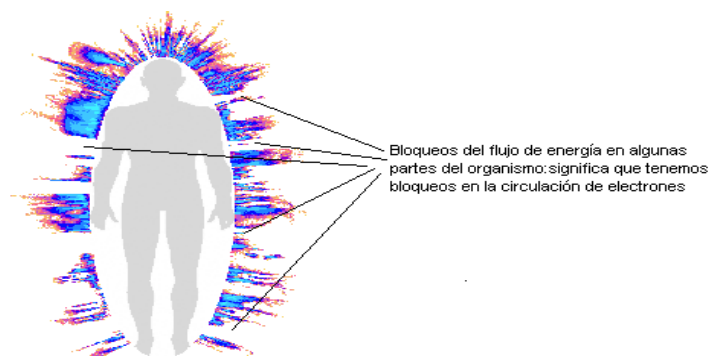
Las enfermedades se evidencian antes en el cuerpo energético que en el físico. En ese sentido, las fotografías Kirlian han demostrado hasta ahora ser un medio eficaz para el diagnóstico precoz de las alteraciones de la salud, las cuales se manifiestan en las imágenes, con modelos de emanación de energía distintos de los corrientes (Linares, 2000: 93).

En términos de Hammer (2007: 62): “la enfermedad es una progresión que va de energía a materia”. Esto es algo que se trabaja desde la medicina bioenergética, la psicología transpersonal y algunos terapeutas corporales que movilizan y tienen en cuenta lo energético en el tratamiento y prevención de enfermedades.

El modelo GDV fue creado por el físico ruso Konstantin Korotkov, Presidente de la Unión Internacional de Bioelectrografía Médica y Aplicada y Presidente de Kirlionics Technology International. Gracias a las capturas de las yemas de los dedos, se obtiene información del campo electromagnético del organismo, analizando el área y la simetría de la energía, los déficits o excesos energéticos en órganos, glándulas y sistema orgánico, como por ejemplo el endocrino, cardiovascular y urogenital entre otros. Esto se debe, a que cada dedo de la mano esta relacionado con los diferentes meridianos que se trabajan en acupuntura, los cuales estan conectados con los órganos del cuerpo humano, proyectándose así con la ayuda del software la totalidad de la energía del cuerpo a la pantalla del computador

En sí, la tecnología GDV analiza electrones, no células ni tejidos, y se interpreta con la lectura de los biogramas. Un biograma es la imagen del campo de energía de un dedo, que permite la información, necesiándose capturar los diez dedos de las manos para tener una imagen completa (ver Figura 5).

Figura 5
Bloqueos del flujo de energía



La Figura 5 es explicada por el profesor Korotkov desde la física:

Cuando hablamos de energía, estamos hablando de electrones excitados a nivel cuántico. Analizando ésta con el efecto Kirlian, lógicamente no vamos a ver los electrones ni vamos a poder hacer un diagnóstico, pero sí un análisis de los biogramas mediante el estado de energía de los electrones, y basándonos en esos análisis llegar a unas conclusiones que manifiestan la salud física y psicoemocional de la persona (Korotkov, 2000 y 2010).

Korotkov entiende el concepto de bienestar, como la armonía y proporción correcta del área y simetría del campo bioelectromagnético, por lo tanto aclaremos estos dos conceptos.

-Área: Es la amplitud o el terreno que ocupa el campo Bioelectromagnético, también conocido como cuerpo etérico, indicando el estado energético de la persona. El área desde el efecto Kirlian GDV es medida en pixeles, es decir en puntos de luz o intensidad de energía.

-Simetría: Es la proporción y armonía que vemos en el campo bioelectromagnético humano, la cual nos muestra si existe equilibrio energético entre el lado derecho e izquierdo de la persona.

Valga recordar que las computadoras nos ofrecen ayuda técnica en cuanto al análisis y evaluación, pero en esta temática la intuición y la misma sensibilidad del terapeuta o médico es la herramienta más valiosa a la hora de interpretar los resultados, la cual contribuye a la valoración de las experiencias transpersonales.

METODOLOGÍA

Con el fin de aclarar la intención metodológica, recordemos algunas palabras de Wilber:

Cada vez que intentamos representar dimensiones superiores utilizando un modelo inferior, perdemos algo en la transcripción. Veamos un sencillo ejemplo: si reducimos una esfera tridimensional a una superficie bidimensional, la transformamos en un círculo. Es como si, para adaptarla al papel, debiéramos cortar la esfera en dos. Y, aunque cortemos la esfera en dos direcciones completamente diferentes seguirá apareciendo el mismo círculo. Podríamos decir, pues, que cada vez que un círculo intenta pensar sobre una esfera, genera dos afirmaciones totalmente contradictorias igualmente probables porque, para el círculo, ambas son en realidad correctas. Lo mismo sucede con la razón y el espíritu (Wilber, 2010: 40).

Wilber continúa diciendo: “pero los positivistas piensan que ésta es una demostración contundente de la esfera, cuando lo único que significa es que los círculos no pueden comprender las esferas” (Wilber, 2010: 40). En ese sentido, la propuesta metodológica no pretende quedarse en un simple dato, ya que éste no mide la vivencia transpersonal ni ésta se puede entender desde un simple dato, sino que con la ayuda del efecto Kirlian se entiende mejor la experiencia que la persona vivió, teniendo en cuenta también su lenguaje corporal y verbal, además del energético.

Entonces ¿cómo concibe el empirismo la unidad de medida?:

El empirismo científico sólo concibe la forma más sencilla y objetiva de medida (sensibilia). La medición de lo subjetivo (intelligibilia) es mucho más difícil de realizar y no digamos ya de lo espiritual (transcendelia). Por esto es que los científicos desestiman aquellos datos que no se someten a la medición física cometiendo, de ese modo, el crimen que ha terminado conduciéndonos a un universo sin cualidades (Wilber, 2010: 106).

De esta forma, la presente exposición de resultados pretende ir de lo cualitativo a lo transcendental disminuyendo el error categorial.

En la totalidad del proyecto se tuvieron en cuenta las cuatro fases propuestas por Daniels, para investigar en psicología transpersonal:

- a) La recopilación de todos los datos mediante métodos empíricos como la observación directa
- b) Entendimiento de los fenómenos transpersonales desde las teorías psicológicas

- c) Verificación crítica
- d) Comunicación de los resultados

(Daniels, en Puente, 2009: 26).

En ese sentido, la metodología utilizada fue de tipo cualitativo, ya que ésta facilita explicar cómo las personas asistentes a las prácticas de bienestar, comprenden, narran, expresan, actúan y viven los talleres enfocados al bienestar integral. “En esta metodología la mayor parte de los análisis se realizan con palabras” (Rodríguez, 1996: 34) y éstas, tras ser organizadas permiten al investigador comparar, contrastar y analizar, traduciéndose a datos numéricos sin que supriman la explicación cualitativa.

Desde este método se comprenden mejor las complejas interrelaciones que se dan en la realidad, gracias a que su objetivo es la comprensión por medio de la indagación de los hechos.

Este diseño de investigación se ideó con el fin de tener mayor fiabilidad de respuesta, utilizando la triangulación de varias técnicas para observar un mismo fenómeno, lo cual se constituye como un proceso básico para la validación de los datos.

MATERIALES

Las técnicas e instrumentos utilizados fueron:

- . Los grupos focales
- . La narrativa escrita
- . La observación participante
- . La cámara Kirlian GDV
- . La comprobación de los participantes

La manera en que se utilizaron las técnicas e instrumentos antes y después (Pre y Post) de cada taller, fue la siguiente:

1. La narrativa:
Pre: Por escrito cada estudiante narra cómo es o ha sido su bienestar integral hasta el momento.
Post: El estudiante escribe su sentir respecto a su bienestar después de la práctica.
2. La observación participante:
Se realiza a cada momento por los investigadores y los estudiantes, antes, durante y después de la práctica de biodanza.
3. Los grupos focales:
Pre: cada cuatro prácticas los participantes comparten verbalmente lo referente a su bienestar antes del inicio del taller, lo cual sirve para corroborarlo con lo escrito (narrativa).
Post: los asistentes comentan sus sentimientos respecto a su bienestar, en grupo
4. Cámara Kirlian GDV:
Pre: se toma la captura del campo bioelectromagnético de cada estudiante antes de dar inicio a la práctica de Biodanza.
Post: se realiza la toma del efecto Kirlian GDV después de cada práctica y al finalizarlas en su totalidad.
5. Comprobación de los participantes:
De acuerdo a los datos obtenidos, interpretados y analizados por medio de las diferentes técnicas e

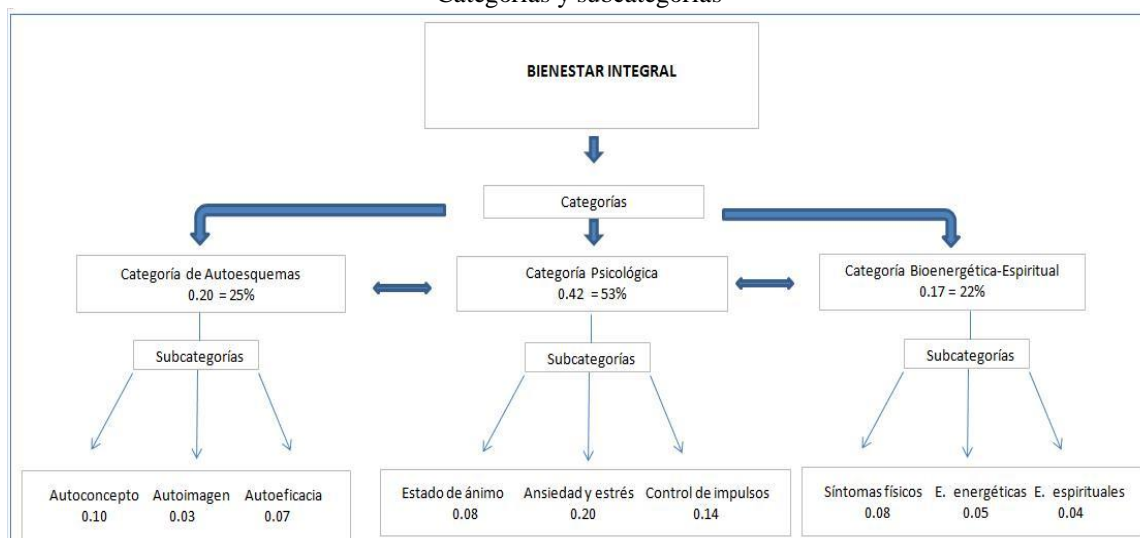
instrumentos, el investigador y co-investigador entrega lo interpretado a los participantes para que lo comparen con sus propias narrativas y experiencias. Esto sirve como comprobación de los resultados, favoreciendo la veracidad de los descubrimientos.

Se mantiene el procedimiento cualitativo de investigación al exponer los resultados, pretendiendo “trascender el empirismo pero incluyéndolo”. (Wilber, 2010: 88).

POBLACIÓN Y MUESTRA

La población fue de nacionalidad colombiana y estudiantes de la Fundación Universitaria Los Libertadores. Hubo un total de 41 estudiantes (9 hombres y 32 mujeres) que participaron de la Biodanza. Con todos ellos se formaron tres grupos, dos de 15 y uno de 11. De acuerdo a lo que la totalidad de la muestra escribió y, con base al análisis de frecuencias de las narrativas, se establecieron los porcentajes de las categorías y subcategorías (ver Figura 6).

Figura 6
Categorías y subcategorías



Fuente: Grupo de investigación de Psicología Integral y Desarrollo Humano

En el presente estudio se considera importante la parte espiritual (reflejada en la categoría Bioenergética-Espiritual), teniendo en cuenta que a nivel cultural, el individuo desarrolla una serie de prácticas dirigidas a satisfacer necesidades y experiencias de este tipo, como Laukhuf y Werner en Rivera, A. y Montero, M. (2007), que afirman que los humanos, tanto en la salud como en la enfermedad tenemos cuatro grupos de experiencias y necesidades espirituales:

1. Significado y propósito de vida
2. Dar y recibir amor
3. Esperanza y creatividad
4. Perdón

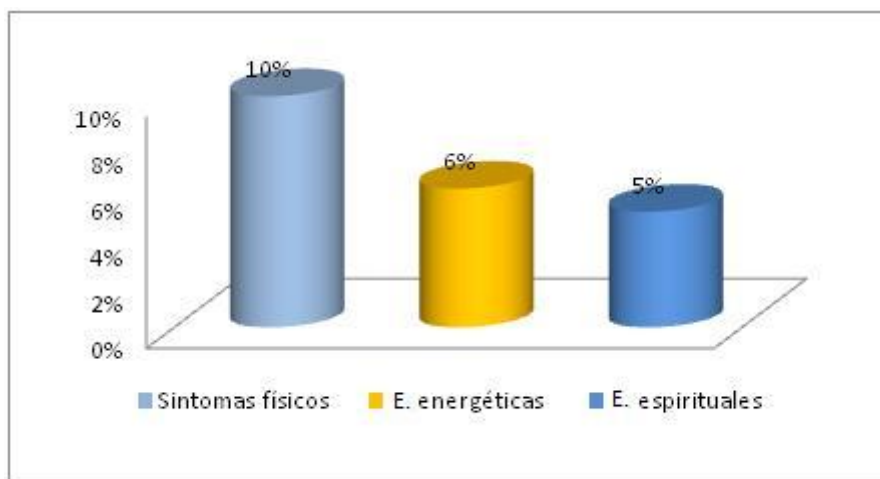
Esta categorización se tuvo presente en los talleres de Biodanza.

RESULTADOS

Puesto que lo que nos interesa en este estudio fundamentalmente es comprobar si con la Biodanza la experiencia transpersonal/integral se incrementa o no, nos centraremos en el análisis de los resultados de la categoría Bioenergética-Espiritual, obviando la Psicológica y de Autoesquemas.

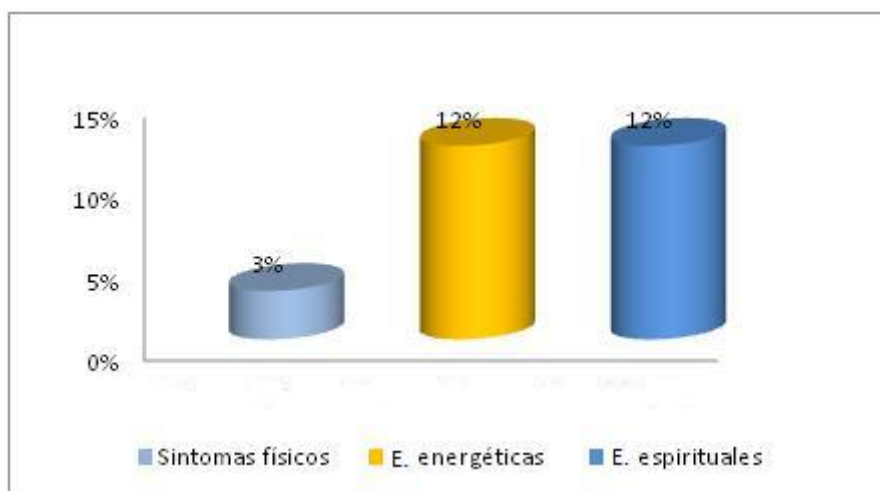
Como se puede ver en la Figura 6, la experiencia transpersonal se incluyó en la categoría Bioenergética Espiritual, la cual cuenta con tres subcategorías: síntomas físicos, experiencias energéticas y experiencias espirituales. En ella encontramos los siguientes porcentajes de las narrativas de los estudiantes (ver Figura 7 y 8).

Figura 7
Indicador de la variable bioenergética. Pre Biodanza



Fuente: Grupo de investigación de Psicología Integral y Desarrollo Humano

Figura 8
Indicador de variable bioenergética. Post-Biodanza



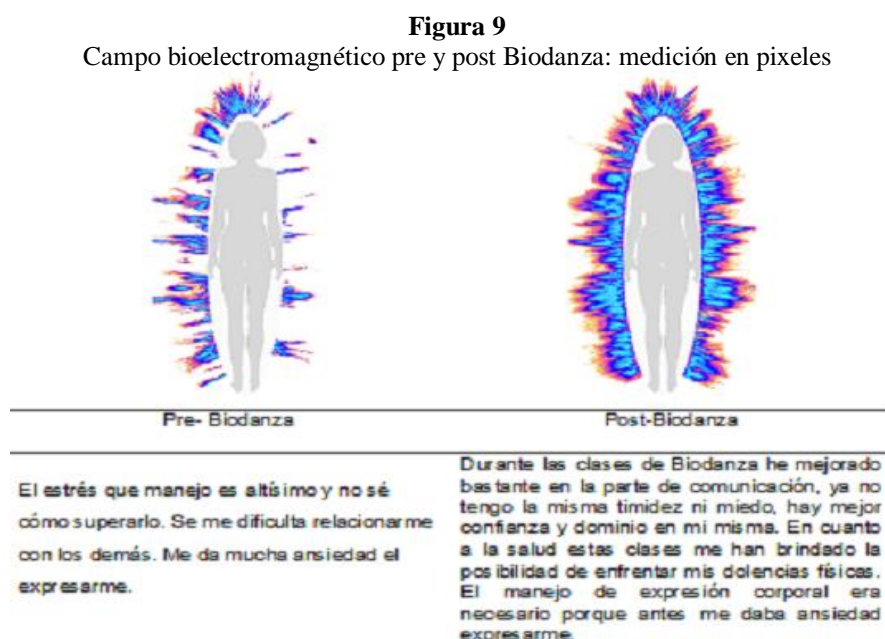
Fuente: Grupo de investigación de Psicología Integral y Desarrollo Humano

Vemos que en las Figuras 7 y 8 los síntomas físicos negativos (malestares) antes de iniciar las prácticas de biodanza eran de un 10%, y posteriormente de un 3%. Esto indica una disminución significativa del malestar, habiendo sido los síntomas físicos el dolor de espalda, de cuello, y de cabeza entre otros (ver figura 3). La subcategoría energética tuvo menos reportes negativos ya que se registró un 12% posterior a la práctica, igualmente la espiritual, ya que de un 5% paso a 12%, es decir, un 7% más de

manifestaciones espirituales o transpersonales, siendo esto un dato significativo en cuanto a que se obtuvieron más reportes positivos en lo espiritual o transpersonal después de finalizar las prácticas de Biodanza.

Mediante los resultados que ofrecieron los estudiantes se encontró que, la codificación abierta y axial de las narrativas escritas y los grupos focales se logró articular la siguiente definición de bienestar integral, sus categorías y subcategorías: refleja una percepción favorable de sí mismo en cuanto a la personalidad, las capacidades y la apariencia física, (auto-esquemas), con exitosas habilidades de afrontamiento y control del estrés (variable psicosocial), y equilibrio entre los sistemas corporales, fortaleza, vitalidad y paz interior (variable bioenergética - espiritual).

Ahora, teniendo en cuenta el concepto de bienestar integral y su relación con lo energético, observemos qué pasó con lo energético (o campo bioelectromagnético) de los estudiantes (ver Figura 9), ejemplificado en una persona:



Fuente: Grupo de investigación de Psicología Integral y Desarrollo Humano

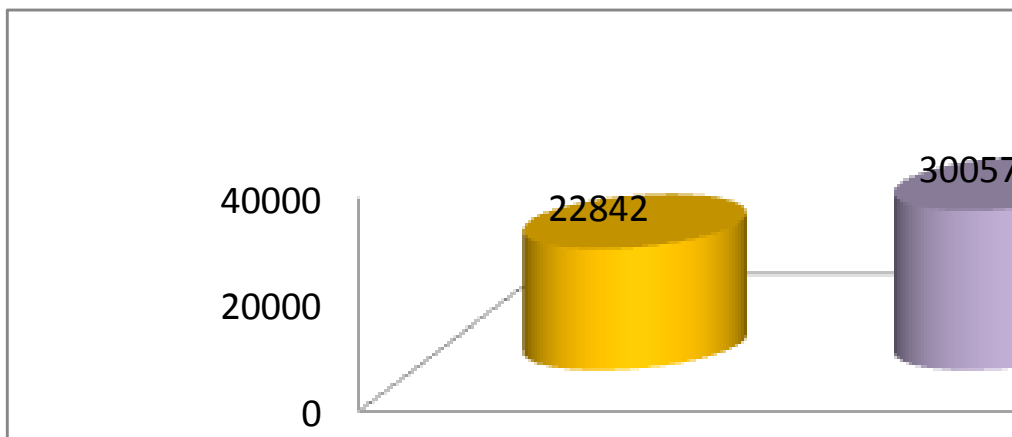
En síntesis, lo que se ve en la Figura 9 es cómo el campo Bioelectromagnético de una estudiante mejoró en su armonía y proporción, lo cual también se vio en todos los 41 participantes, indicando esto cómo disminuyeron las oquedades o vacíos energéticos. También observamos que su simetría se proporcionó, indicando más equilibrio entre su lado izquierdo y derecho.

El área del campo energético aumentó, ya que se ve más llena de energía (traducida en pixeles, puntos de luz o intensidad de energía).

La Figura 9 también nos muestra que antes de las prácticas de biodanza, la estudiante expresó algunos malestares como, ansiedad, miedo, altísimo estrés, dificultad para relacionarse con los demás, y posterior a ellas no manifestó malestar, existiendo una relación positiva de lo empíricamente energético con el bienestar subjetivo que expresa la persona, coincidiendo esto con las posturas teóricas mencionadas; como es el caso Hammer 2007: 63, Goswami 2008: 53 y Linares 2000: 93.

Respecto a los datos del área del campo bioelectromagnético de los 41 estudiantes que participaron en Biodanza, tenemos lo siguiente:

Figura 10
Área energética pre y post Biodanza: medición en píxeles

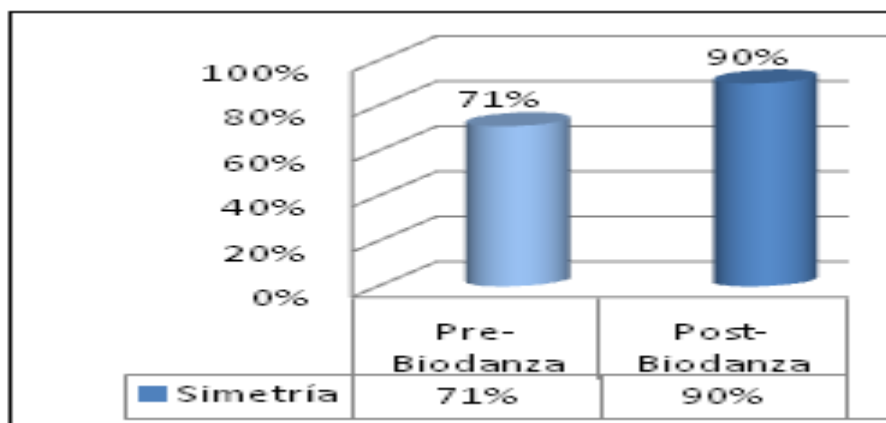


Fuente: Grupo de investigación de Psicología Integral y Desarrollo Humano

La Figura 10 nos muestra que antes de la biodanza el promedio del área bioenergética de la muestra estaba en 22842, mientras que después ascendió a 30057. Es decir, las oquedades y alteraciones en la imagen pre-biodanza disminuyeron en la correspondiente a la post-biodanza. Esto significa que disminuyeron los bloqueos y deficiencias energéticas, lo cual indica que cuanto mayor y más armonioso es el área del campo bioelectromagnético de los participantes, mayor bienestar es percibido por éstos.

El promedio de la simetría de la imagen, antes y después del proceso de Biodanza lo vemos en la Figura 11:

Figura 11
Porcentaje de simetría pre y post biodanza



Fuente: Grupo de investigación de Psicología Integral y Desarrollo Humano

El promedio de simetría en la muestra antes de iniciar los talleres de Biodanza, se encontraba en 71% y después de éstos en 90%, mostrando un ascenso del 19%, así como un mayor equilibrio energético entre el lado izquierdo y derecho del cuerpo, relacionado con el aumento de bienestar que manifestaron los participantes

A nivel grupal, la biodanza contribuyó a mejorar en términos de cantidad, calidad y equilibrio, el campo bioelectromagnético, evidenciando que si antes existían oquedades, alteraciones, deficiencias y bloqueos energéticos, algunos de estos fueron cubiertos, resultando esto coherente con los relatos de la muestra.

Según Capra (2007: 117), las experiencias transpersonales se caracterizan por una expansión de la consciencia más allá de las fronteras convencionales del organismo y, en consecuencia, por un sentido más amplio de la identidad. Puede que también incluya percepciones del medio ambiente que trasciendan las limitaciones habituales de la percepción sensorial, con frecuencia próximas a una experiencia mística directa de la realidad. Puesto que el modo transpersonal de la consciencia trasciende generalmente el razonamiento lógico y el análisis intelectual, es sumamente difícil, por no decir imposible, describirlo a través del lenguaje concreto.

Observemos lo que los estudiantes verbalizaron, para posteriormente observar el campo bioelectromagnético de una participante después de la experiencia transpersonal. Para tener vivencias transpersonales no necesariamente se deben utilizar drogas, sino que se pueden obtener “espontáneamente, mediante la práctica de diversas disciplinas, como la meditación y el yoga, o en la psicoterapia avanzada” (Walsh y Vaughan, 2008: 15).

Capra también menciona lo innecesario de utilizar drogas:

A pesar de que Grof elaboró su cartografía del inconsciente basándose en su investigación clínica con LSD, desde entonces lo ha corroborado con muchos años de estudios meticulosos sobre estados no ordinarios de la consciencia, que pueden tener lugar de un modo espontáneo o pueden ser inducidos con técnicas especiales, sin la utilización de droga alguna. (Capra, 2007: 115)

De acuerdo con la no utilización de drogas, la muestra interiorizó la vivencia transpersonal con la ayuda del ejercicio denominado “*Corazón de luz*”.

Habíamos dicho que la experiencia transpersonal más significativa estaba dentro de la variable (o categoría) “Bioenergética”, y que la subcategoría “espiritual” incrementó hasta un 12%. Sin embargo, el dato numérico no es suficiente para explicar la experiencia transpersonal, por tal razón expresamos los resultados a continuación de forma cualitativa;

Después de haber danzado un poco se comenzaron a utilizar velas. Primero los estudiantes se sentaron en círculo en el centro del salón, para seguidamente encender las velas que tenían en sus manos. Una persona encendía la vela y le daba fuego a la siguiente, para que ésta se la encendiera a la siguiente y así sucesivamente. Posteriormente los estudiantes observaban detenidamente la flama, algunos de ellos jugaron con sus dedos al acercarlos suavemente a la flama de la vela, luego comenzaron a pasarlas de uno a otro, de tal manera que rotaron por todos hasta que a cada uno le regresó su vela inicial.

Continuaron mirando la flama detenidamente, con mucha más tranquilidad e identificación. Posteriormente proyectaron la flama a su corazón. Lentamente se pusieron de pie y caminaron detenidamente por todo el salón, en diferentes direcciones sin dejar de mirar el fuego para luego volver al círculo. Continuaron visualizando en su corazón la misma flama, la cual iban aumentando de tamaño, hasta que cada estudiante envolvió simbólicamente todo su cuerpo en fuego. Continuaron todos danzando en un círculo donde individualmente movían sus cuerpos, ya sin la vela en la mano, visualizando su corazón y su cuerpo en luz por dentro y por fuera. Hasta visualizaron sus ropas y su movimiento del color del fuego. Sus ojos se fueron cerrando y armoniosamente se conectaron fácilmente el uno con el otro.

Danzaban muy unificados como si fueran uno solo, sus movimientos eran tranquilos mientras que sus ojos permanecían cerrados, emanaban mucha energía y cada vez se interiorizaban más. Sus rostros

expresaban tranquilidad y mucha seguridad, los movimientos de uno jalaban o conectaban suavemente con los cuerpos de los otros, de tal manera que no se veían como seres aislados y fragmentados. Danzaban unificadamente como si hubiera algo que sutilmente los impulsara a estar conectados. Pasaban los minutos y permanecían en un estado que es difícil describir pero que denotaba que se sentían muy bien. Extremadamente bien.

Continuaban moviéndose sutilmente en el círculo y lentamente fueron saliendo del estado de interiorización. Cuando terminaron la danza el silencio era total.

Después de la pausa uno de los participantes manifestó en éxtasis que se “había ido”... pero que a la vez sintió a sus compañeros cerca y muy compenetrados. Otra participante expresó sentirse muy elevada y muy segura de todo, tranquila y en armonía; alguien más dijo: “fue genial”. Los ojos de todos se veían más brillantes y expresivos, afirmando con la cabeza estar de acuerdo con lo que escuchaban de sus compañeros mientras sus cuerpos expresaban descanso y paz.

Al finalizar la clase los participantes no se querían ir, lentamente fueron saliendo del salón y permanecieron juntos, tranquilos y con un deseo de vivir, de vivir cada instante de sus vidas... Eso fue lo que expresaron después.

Durante la vivencia fueron observados por uno de los investigadores, y por un estudiante que no pudo participar en la actividad por una lesión en su columna vertebral. Éstos, durante la experiencia, se hacían señas como cerciorándose de lo que veían, se miraban para verificar si el otro también estaba observando la magnitud de la vivencia.

Hoy en día, el grupo que tuvo la experiencia se ve y se reúnen de una manera diferente, son más unidos, e incluso algunos de ellos se hicieron parte del grupo de formación en investigación. Es como si se hubieran dado cuenta al menos por un momento, de lo que dice Martínez (2009: 38): “cuando se accede al nivel de lo transpersonal, el amor universal no sólo se hace posible, sino que es inevitable”.

Se finalizó la experiencia quedando en cada estudiante que participó de la actividad una sensación de bienestar y satisfacción al identificarse no solamente con su parte física y material, en todo caso, la experiencia sucedió en el segundo semestre del 2009 y hoy en día finalizando el primer semestre del 2011, una estudiante continua saludando a uno de los investigadores en los pasillos de la universidad diciéndole: *corazón de luz*, saludo que es correspondido de la misma manera. Esto da a entender que la experiencia en ella es parte de la cualificación de su propia experiencia que aun recuerda, e igualmente que esta experiencia no es solamente un dato cuantificable, sino que esta recordando que la academia también le brindó un espacio para revisar su mundo interno, lo cual es parte de la experiencia individual de la estudiante, de su narrativa o relato subjetivo que aun días después de haber terminado la práctica de Biodanza manifiesta.

La muestra se dividió en dos grupos de 15 personas y uno de 11 para un total de 41, y a pesar de que en los tres grupos de biodanza se llevó la misma programación, solo uno de ellos tuvo una vivencia de este tipo. Esto tiene que ver con lo que ya se mencionó respecto a Bolen: “somos parte de una danza en la que nada de lo que acontece o nos acontece se repite con total exactitud, mientras que el principio conector subyacente al que está vinculado todo en el universo, incluyéndonos a nosotros mismos, permanece siempre idéntico a sí mismo” (2005: 32)

El día de la experiencia transpersonal participaron nueve (9) estudiantes del grupo de 11 y la investigación prácticamente había terminado en cuanto a la realización de los talleres, solo faltaban tres secciones y ya se había visto la relación entre las manifestaciones de bienestar con el campo bioelectromagnético, debido a que en todas las 20 secciones que se realizaron (ver figura 4) se habían hecho capturas con la cámara Kirlian GDV, e igualmente, después de estas se miraba la relación de las capturas con las manifestaciones de los estudiantes. Entonces, al ser muchas capturas GDV realizadas,

estas se ven muy pequeñas en la pantalla del computador, por tal razón, para poder detallarlas mejor y verlas de mayor tamaño no se muestran todas, se muestran seis (6) capturas, las cuales representan el inicio, el intermedio y el final del proceso (Ver figura 12).

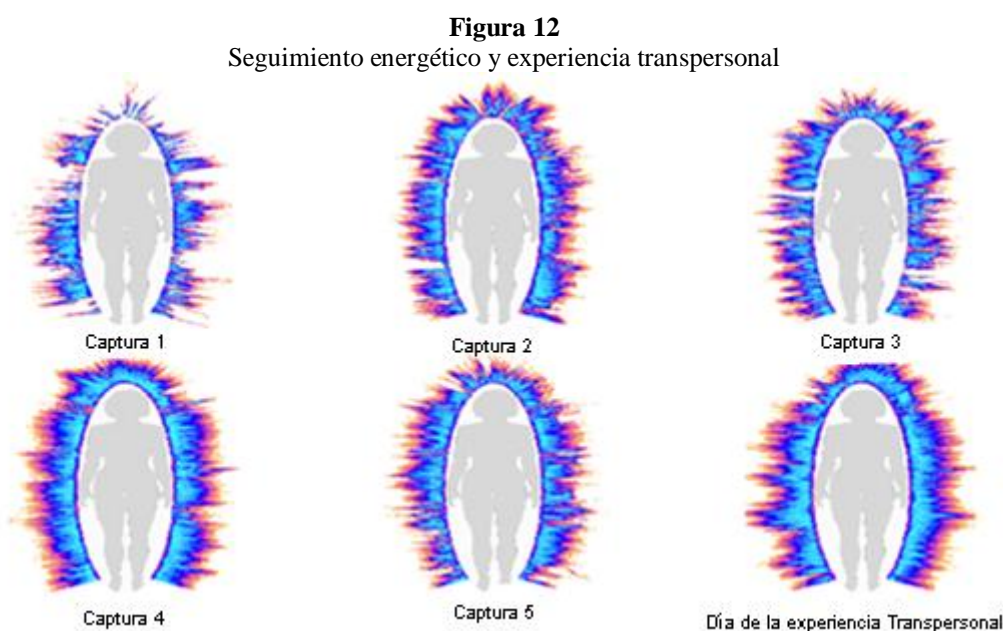
Cada sección tuvo una duración de dos (2) horas, las cuales se realizaron una vez a la semana durante el segundo semestre del 2009, y fue después de la experiencia transpersonal que se evidenció que la Biodanza contribuyó en nueve (9) estudiantes a experimentarlas, de los cuales a una persona se le realizó ese día la captura Kirlian.

Con este estudio, no se está asegurando que la Biodanza propicia lo transpersonal, sino que la práctica de la Biodanza, contribuyó a que en el medio académico se vivenciara la experiencia transpersonal, lo cual no es muy común en las universidades.

La investigación en primera instancia, cuando se tuvo en cuenta el Reiki, el Yoga y la Biodanza, consistía en ver la relación de las manifestaciones de los estudiantes en relación a su bienestar y lo energético, en donde a todos se les realizó análisis Kirlian GDV. Lo transpersonal sencillamente se dio, y es necesario tenerlo en cuenta, por tal razón es que se amplían estos resultados, porque de alguna manera se corrobora en nueve (9) personas lo que dice Rowan (1996), en cuanto a que las técnicas psicoterapéuticas relacionadas con lo transpersonal, contribuyen y buscan la salud mental y el bienestar desde esta perspectiva, aunque solamente se le haya realizado la captura Kirlian a una persona, en ese día de vivencia transpersonal.

Cuando terminó la vivencia transpersonal las personas estaban tan bien que se olvidaron del protocolo de medición Kirlian, igualmente el investigador prefirió dejar que se quedaran con el sentir y interiorización por más tiempo, en vez de limitar lo que aún estaban asimilando de la vivencia. Lo que habían expresado y se había observado decía mucho, así que solo se llamó a una estudiante para hacer la captura GDV. Igualmente, se vio que el malestar de los estudiantes había disminuido y que el campo bioelectromagnético mejoró notoriamente mediante las mediciones anteriores de los 41 participantes.

Quince días después se vio en la misma persona, la diferencia del campo bioelectromagnético capturado el día de la vivencia transpersonal, en comparación con las otras capturas que se realizaron a los 41 estudiantes. (Ver Figura 12).



La Figura 12 nos muestra el seguimiento de algunas capturas del campo bioelectromagnético de una estudiante, así como la realizada el día de la experiencia transpersonal. Detallemos que en el transcurso de los talleres de biodanza el campo energético de la persona fue mejorando (captura 1, 2, 3, 4 y 5). Lo que llama la atención es que el día de la experiencia transpersonal lo energético se ve mucho más armonioso que las capturas anteriores. Antes de la experiencia transpersonal, evidentemente el campo energético mejoró notoriamente, pero el día de la experiencia la simetría del campo bioelectromagnético registró mayor equilibrio que las anteriores, subiendo ésta de un 71% a un 90%. Esta captura 6 es similar a la número 4, pero ésta última muestra mayor área y menor simetría (88%), siendo que lo ideal es que exista mayor equilibrio simétrico (90% en la captura 6), ya que un gran área no significa mayor bienestar.

Lo que influyó a tener la vivencia transpersonal, es que ya los estudiantes habían eliminado algunos temores y malestares. Igualmente ayudó el trabajar con la luz (velas), ya que esto facilitó a que se interiorizase mucho más y visualizaran fácilmente su “*corazón en luz*”, así como todo su cuerpo.

Este resultado es significativo, porque su campo bioelectromagnético reaccionó de una manera que muestra bienestar y armonía. No tiene alteraciones ni vacíos energéticos que denoten estrés o malestar. En ese sentido la captura GDV realizada a la estudiante después de la experiencia transpersonal, nos sirve para verificar lo que algunos autores han manifestado respecto a la asociación de tener experiencias transpersonales con la salud, el bienestar, el equilibrio y la energía. (Walsh y Vaughan, 2005; Goswami, 2008; Bohm, 2005 y Brennan, 2004 entre otros).

Para comprobar y corroborar si los datos obtenidos, interpretados y analizados por medio de las diferentes técnicas e instrumentos utilizados eran correctos, el investigador entregó los resultados a nueve (9) estudiantes, los cuales se mostraron su acuerdo con los mismos. Además, durante todo el proceso y al finalizar el respectivo taller, cada estudiante observaba su campo bioelectromagnético emitido por la cámara Kirlian, a la vez que manifestaba su sentir, corroborando los análisis expulsados por la cámara.

Todo esto reveló la coherencia entre la experiencia subjetiva y objetiva. Los participantes siempre estuvieron enterados de la evolución y seguimiento de su propio proceso.

DISCUSIÓN

La ciencia ha contribuido con grandes aportes a la humanidad, como por ejemplo la avanzada tecnología, pero bien sabemos que muchas veces ha mostrado su limitación al reducirse al puro materialismo cartesiano, olvidándose de la totalidad del ser humano. La ciencia es muy útil, pero como dice el Dalai Lama:

La ciencia solo es un dedo de la mano de la humanidad, y su mayor potencial solo podrá ser realizado mientras nos cuidemos de no olvidarnos de ello. De otro modo, corremos el riesgo de perder el sentido de nuestras prioridades. Podría ser que la humanidad acabara sirviendo los intereses del progreso científico, en lugar de lo contrario. La ciencia y la tecnología son instrumentos poderosos, pero debemos decidir cuál es el mejor uso que le podemos dar. Lo que importa, por encima de todo, es la motivación que gobierna el uso de la ciencia y la tecnología, motivación en la que, idealmente, se reúnen la mente y el corazón (Dalai Lama, 2006: 21).

Se necesita que la academia brinde a los universitarios espacios que les permitan acercarse a su autoconocimiento y autodescubrimiento, entender y vivenciar su mundo interno para que así lleguen a ser académicos, investigadores y profesionales mucho más conscientes. Se necesita una ciencia que también tenga en cuenta lo transpersonal, una ciencia no tan materialista y limitada. En palabras de Daniel Goleman: “Necesitamos de un método para transformar sistemáticamente nuestro mundo interno,

liberarnos de la opresión de las emociones destructivas y crear un ser humano mejor, más amable, más compasivo, más sereno y más ecuánime” (Goleman. 2003:265).

Es necesaria una mayor motivación y ayuda, para dirigir la ciencia hacia la experiencia interna de las personas, las experiencias transpersonales, lo micro y macro del universo personal y colectivo. Necesitamos restaurar la salud del ojo del corazón. “Para curar ese ojo es necesario entrenarlo hasta llegar a ser competentes para lograr el conocimiento de lo que es...” (Wilber, 2010: 52). No es suficiente enseñar a los estudiantes a razonar, porque estamos propiciando que se olviden de una realidad superior.

En palabras de Yogananda: “La razón es impotente para comprender las verdades trascendentales. La capacidad más elevada del ser humano no es la razón sino la intuición: una aprehensión del conocimiento que no se deriva de nuestros falibles sentidos y de nuestra endeble razón, sino que brota inmediata y espontáneamente del alma” (Yogananda en Wilber, 2010: 96).

Existen muchas maneras para acercar la ciencia, al estudio del mundo interno de las personas sin necesidad de acudir a lo religioso, la cuestión es atrevernos a hacerlo respetuosamente y continuar con la tarea de implementar la investigación transpersonal mediante una praxis epistemológica. Es decir: “al igual que existen diferentes vías para escalar una montaña, también hay diversas “vías internas”, adaptadas a los diferentes temperamentos y tipos psicológicos, para subir por las laderas del superconsciente y entrar en contacto con el Sí Mismo espiritual” (Assagioli, 1996: 42).

CONCLUSIÓN

Teniendo en cuenta el error categorial que menciona Wilber en su libro “Los tres ojos del conocimiento”, en este estudio la experiencia transpersonal nunca se pretendió medir o cuantificar. La experiencia transpersonal siempre será algo interno de la persona, y la mejor forma de evaluarlo es mediante la expresión personal de los individuos, bien a través de la palabra o el cuerpo. Prueba de ello son los resultados obtenidos de las narrativas espirituales de los participantes en cuanto a su sentimiento de mayor bienestar al finalizar la práctica de Biodanza. Por narrativas espirituales entendemos la evaluación de todas las veces que los participantes relataron su experiencia en términos que podríamos clasificar como espirituales, para diferenciarlos de los meramente psicológicos.

Fueron 41 estudiantes divididos en tres grupos, los que participaron en la Biodanza. En todos ellos su campo bioelectromagnético mejoró notoriamente en área, simetría y disminución de vacíos así como en alteraciones energéticas, lo cual siempre concordó con sus expresiones de bienestar subjetivo.

Tras la Biodanza, todos los participantes concluyeron diciendo haberse sentido mejor que antes, pero un grupo de 9 personas expresaron ese bienestar describiéndolo como una vivencia espiritual (transpersonal). Algunos relatos de los participantes fueron: “sentí conocerme por dentro y por fuera, como si yo fuera solo espíritu”; “es como si fuera uno con el todo”; “no sentí límites y no quería volver, aunque estando normal me siento bien”; “sentí la unidad con mis compañeros de una manera especial que no sé describir”; “me siento más vivo y más espiritual... muchísimo mejor”; “sentí mucha energía dentro y fuera de mí de una manera armoniosa...”.

Para que la vivencia transpersonal se diese en la etapa avanzada del proceso, todos los estudiantes de todos los grupos ya habían afrontado sus procesos de duelo y superado algunos miedos que les hizo sentirse más seguros y tranquilos, a pesar de que solo un grupo tuvo la experiencia transpersonal.

Debido a estos logros fue que los participantes pudieron tener la vivencia, aunque sería conveniente realizar las experiencias con una muestra mucho más amplia. De todas maneras, en el proceso se encontró que a mayor bienestar más amplio y armonioso es el campo bioelectromagnético de

los 41 estudiantes, concluyendo que la experiencia transpersonal también influyó en el bienestar de nueve (9) estudiantes, del que solamente se muestra el campo bioelectromagnético de uno.

También se ve la necesidad de implementar y aplicar en el mundo académico y universitario, prácticas, que permitan al estudiante vivenciar y acercarse a su mundo interno sin ningún fanatismo religioso, a través de métodos que aporten crecimiento personal a la vez que profesional.

En síntesis, el estudio estuvo enmarcado por las prácticas de Biodanza, en las que se tuvo en cuenta lo energético en relación con el bienestar, analizado mediante el análisis del efecto GDV y relacionando éste con las narrativas de la muestra.

Como resultado de esta práctica de Biodanza se vio una mejoría en el bienestar subjetivo personal del 100% de las personas analizadas, de las cuales un 22% dijo experimentar una vivencia transpersonal de bienestar.

El 100% de la muestra, antes de la práctica de la Biodanza tenía el promedio del área bioenergética en 22842, mientras que después de ésta ascendió a 30057. Es decir, las oquedades y alteraciones en la imagen pre-biodanza disminuyeron en lo correspondiente a la post-biodanza. Esto significa que disminuyeron los bloqueos y deficiencias energéticas, lo cual indica que cuanto mayor y más armonioso es el área del campo bioelectromagnético de los participantes, mayor bienestar es percibido por éstos, lo cual coincidió con el 100% de las narrativas.

El promedio de simetría en la muestra antes de iniciar los talleres de Biodanza, se encontraba en 71% y después de los talleres en 90%, mostrando un ascenso del 19%, así como un mayor equilibrio energético entre el lado izquierdo y derecho del cuerpo, relacionado con el aumento de bienestar que manifestaron los participantes. En cuanto a la persona que se le realizó la captura Kirlian después de la experiencia transpersonal, antes de las prácticas tenía una simetría del 71% y finalizó con un 90% de equilibrio. A pesar de que solo se hizo la medición a una persona, las narrativas muestran que la experiencia transpersonal fue vivida por 9 personas (22% de la muestra). De esto se induce que si se hubiera medido el campo bioelectromagnético a las 8 personas restantes, habríamos obtenido el mismo tipo de captura. No obstante, reconocemos que la falta del análisis GDV a la totalidad del grupo que experimentó la vivencia transpersonal, limita las conclusiones puramente empíricas de este estudio.

La energía tiene dos fuerzas: el ying, lo femenino-parasimpático, y el yang, lo masculino-simpático. Estas dos energías son diferentes entre sí pero no opuestas, y se complementan en la naturaleza y en el Ser Humano para mantener al Ser en armonía con los seres vivos y con el universo. Es por ello que la “enfermedad” se cura devolviendo al Ser la armonía energética perdida, ya sea por medio de acupuntura, la moxibustión u otras técnicas que permitan el manejo de las energías. La base científica de estas dos fuerzas se encuentra en la física cuántica, ya que ésta nos permite entender que los campos electromagnéticos y electrodinámicos forman parte de nosotros y nos integran en el cosmos. (Chinome, 2010: 14)

Del párrafo anterior se puede extraer que tanto el bienestar y equilibrio de la persona como su malestar y desequilibrio, se manifiestan no solo a través del lenguaje y los sentidos, sino también a nivel cuántico, en nuestro caso, a través del efecto GDV; una respuesta objetiva que se ha mostrado eficaz para corroborar las expresiones subjetivas de incremento de bienestar, tras la práctica de la Biodanza. Así también se han encontrado evidencias tanto objetivas como subjetivas suficientes, para concluir que la Biodanza contribuyó en buena manera, a tener una experiencia transpersonal.

Notas

1.- El redescubrimiento del cuerpo vital tuvo lugar más o menos en la misma época en la que la ciencia moderna estaba redescubriendo el cuerpo mental, en la década de los ochenta. Los biólogos habían erradicado la filosofía del vitalismo (que postula un cuerpo vital no-físico como origen de la fuerza vital). (Goswami, 2008: 51)

Referencias

- Assagioli, R. (1996). *Psicosíntesis: Ser Transpersonal. El nacimiento de nuestro ser real*. Madrid: Gaia.
- Ballesteros, B., Medina, A & Caycedo, C. (2006). El bienestar psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá-Colombia. *Universitas Psychologica*. Acceso: 10 de octubre de 2009. URL: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/647/64750204.pdf>
- Bohm, D. (2005). *La totalidad y el orden Implicado*. Barcelona: Kairós
- Bolen. J. Sh. (2005). *El Tao de la Psicología*. Barcelona. Kairós
- Brennan. B. (2004). *Manos que curan*. Rosario: Martínez Rocca.
- Capra, F. (2007) *Sabiduría insólita. Conversaciones con personajes notables. Nadando en el mismo océano*. Barcelona: Kairos.
- Castañeda G. Chalarca C. (2004). *La Biodanza como práctica corporal en relación con la promoción de la salud*. Medellín: Universidad de Antioquia.
- Chinome J. M. (2010). *De la mente a la respuesta inmune. El puente integrativo de la psiconeuroinmunoendocrinología*. Medellín: Fundación Génesis
- Dalai, Lama. (2006). *El Universo en un solo átomo: Cómo la unión entre la ciencia y la espiritualidad puede salvar el mundo*. Barcelona: Grijalbo.
- Flórez. J.D. (2009). Algunas relaciones del test proyectivo de la Figura humana con el efecto Kirlian digital en el análisis psicológico. *Perfiles Libertadores*, (5) 42-51.
- Flórez, J.D, (2010) Depresión y campo bioelectromagnético: caso clínico. *Perfiles Libertadores* (6) 144-153
- Goleman, D. (2003). *Emociones destructivas. Como comprenderlas y dominarlas*. Buenos Aires: Vergara
- Gómez, V., Villegas, C., Barrera, F & Cruz, J. (2007). *Factores Predictores de Bienestar Subjetivo en una Muestra Colombiana. Revista Latinoamericana de Psicología*. Acceso: 12 de diciembre de 2009. URL: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/805/80539208.pdf>
- Goswami, A. (2008). *El médico cuántico: guía de la física cuántica para la salud y la sanación*. Barcelona: Obelisco.
- Gutiérrez, A. (1995). *Bienestar integral de la comunidad universitaria*. Bogotá: Javegraf.
- Hammer, L. (2007). *Psicología y Medicina China. La ascensión del dragón, el vuelo del pájaro*. Barcelona: Liebre de marzo.
- Korotkov. K. (1999). *Aura and Consciousness: New Stage of Scientific Understanding*. San Petersburgo: Ministerio de Cultura Ruso.
- Korotkov. K. (2000). *Software GDV, Manual de Instalación*. Barcelona: K.T.I. Latina S.L

- Korotkov, K. (2010). *Travesía en espiral: viaje a lo desconocido en dos partes*.
URL: www.korotkov.org/spain/file/traves.pdf. Acceso: noviembre del 2010.
- Laszlo, E. (2009). *El cambio cuántico. Cómo el nuevo paradigma científico puede transformar la sociedad*. Barcelona: Kairós.
- Linares, H. (2000). *Nueva era nuevo milenio*. Bogotá: Intermedio.
- Lowen, A. (2004) *Bioenergética*. Barcelona: Diana
- Luis, M. (2008) *Los diagnósticos enfermeros. Revisión crítica y guía práctica*. Barcelona: Elsevier Masson.
- Martínez, E. (2009). El Hombre Sabio y Compasivo: Una Aproximación Transpersonal a Jesús de Nazaret. *Journal of Transpersonal Research*, (1), 34-56
- Maslow, A (1969). The farther reaches of human nature. *Journal of Transpersonal Psychology*, 1969a, 1, 1, 1-9.
- Puente, I. (2009). Psicología Transpersonal y Ciencias de la Complejidad: Un amplio horizonte interdisciplinar a explorar. *Journal of Transpersonal Research*, (1), 19-28
- Rivera, A y Montero, M (2007). Ejercicio Clínico y Espiritualidad. *Anales de psicología*. 23(1) 125-136.
- Rodríguez, G. (1996). *Metodología de la Investigación Cualitativa*. Málaga: Aljibe.
- Rowan, J. (1996). *Lo Transpersonal. Psicoterapia y Counselling*. Barcelona: La liebre de marzo
- Sánchez, F. (2000). *Aura y Ciencia. Una tecnología del campo de la conciencia*. Madrid: Mándala.
- Shealy, C., Myss C. (1993). *La creación de la salud. Respuestas emocionales y psicológicas que estimulan la salud y la curación*. Barcelona. Océano.
- Thayer, Robert E. (2001). *Calm Energy*. New York: Oxford University Press.
- Walsh y Vaughan, (2008). *Más allá del ego. Textos de psicología transpersonal*. Barcelona: Kairos
- Wilber, K. (2005). *Breve historia de todas las cosas*. Barcelona: Kairos.
- Wilber, K. (2008). *La visión integral. Introducción al revolucionario enfoque sobre la vida, Dios y el Universo*. Barcelona: Kairos.
- Wilber, K. (2010). *Los tres ojos del conocimiento. La búsqueda de un nuevo paradigma*. Barcelona: Kairos.

***José Domingo Flórez Moreno**, director e investigador del grupo Psicología Integral y Desarrollo Humano de la Fundación Universitaria Los Libertadores de Bogotá, psicólogo clínico y docente de Biodanza de la misma institución, Bogotá, Colombia. Magister en Salud Mental y Clínica Social: Universidad de León, IAEU (Instituto de Altos Estudios Universitarios de España).
E-mail: Jdflorezm@libertadores.edu.co