

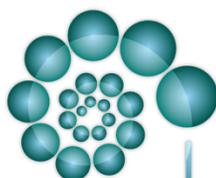


FUNDACIÓN UNIVERSITARIA  
DE ESTUDIOS INTEGRALES



ESCUELA DE PSICOLOGÍA  
TRANSPERSONAL - INTEGRAL

Argentina • Chile • Colombia • Ecuador • México • Perú • Uruguay • España • USA



Primordial

Desarrollo Humano Integral  
Escuela de Coaching y Consultoría

# INTERACCIONES PRIMORDIALES

DANZA PRIMAL, PSICOTERAPIA y COACHING PRIMORDIAL

Lingüística, Movimiento y Meditación Primordial

Psic. Daniel Taroppio, M.D.P.

Copyright by Daniel Taroppio

## Interacciones Primordiales

El Coaching Primordial, la Psicoterapia Primordial y la Danza Primal constituyen la aplicación práctica de un modelo de comprensión de las relaciones humanas al que hemos denominado Interacciones Primordiales.

Los seres humanos habitamos muchos espacios desafiantes; la vida está permanentemente presentándonos todo tipo de retos que desafían nuestra capacidad de adaptación, resiliencia, creatividad y crecimiento. Sin embargo, más allá de esta enorme variedad de situaciones que nos ponen a prueba, todas ellas tienen algo en común: en todos los espacios de nuestra vida se pone en juego nuestra capacidad de crear y sostener relaciones interpersonales saludables.



Procuremos recordar cualquier período, situación o experiencia de nuestra vida en la que hayamos sentido que había una oportunidad para aprender, crecer o trascender en algún sentido, y descubriremos que, en todos los casos, sin excepción, teníamos delante a un otro u otra, con quien era preciso aprender a interactuar. Padre, madre, hermanos, amigos, pareja, socios, jefes, compañeros... siempre hay una interacción desafiante en toda situación importante de nuestra vida. Y si no se trata de una persona, lo otro puede ser una situación, una enfermedad, un evento, una circunstancia de nuestra vida (un despido, un desastre natural, una situación

sociopolítica, una pandemia, una crisis financiera), pero en todo caso hay siempre involucrada una interacción con *la otredad* en sus infinitas formas. No somos libres de elegir todos los otros, las otras o lo otro que aparecerán en nuestra vida, sin embargo, podemos elegir la forma en que nos relacionaremos con lo que aparezca. *El modo en que interactuamos con aquello que se nos presenta, define quiénes somos.*

Todo grupo (familia, institución, organización) está compuesto de personas. Donde hay personas hay interacciones. Donde hay interacciones hay posibilidades, tanto de crecimiento y realización personal, como de conflicto y dolor. Esta dinámica constituye el núcleo de la existencia humana, tanto en los planos personales como profesionales: por ello afirmamos que “la vida es el arte del encuentro”.

Interacciones Primordiales consiste en un profundo abordaje del ser humano, sus potencialidades evolutivas y sus interrelaciones. Procura comprender las dimensiones más profundas de las

relaciones, el sentido último de los vínculos y la manera en que esto influye en los grupos y organizaciones. Su aplicación está dirigida a resolver los conflictos que dificultan la interacción entre las personas, al mismo tiempo que dinamiza las potencialidades que pueden hacer de todo encuentro humano un espacio de realización personal, profesional y organizacional.

La tesis fundacional de este modelo se basa en considerar al encuentro trascendente entre las personas como el ámbito y el sentido más profundo de la existencia y de todo proyecto humano.

Ahora bien...

## ¿Qué queremos significar al hablar de encuentro trascendente?

Cuando hablamos de trascendencia no estamos haciendo un planteo religioso, lo que pertenece a la vida privada de las personas y al ámbito de los sacerdotes, no del coaching y la psicoterapia. La trascendencia se manifiesta en la relación humana cuando la persona puede percibir su naturaleza más profunda, en sí misma y en la que tiene enfrente, y comprende que cuando dos almas se encuentran, el Universo<sup>1</sup> se está encontrando consigo mismo. ¿Y en qué consiste la percepción de esta naturaleza fundamental? En comprender que todos los seres humanos somos uno. Más allá de todas nuestras identidades socioculturales, condicionamientos, personalidades y todo aquello con lo cual nos identificamos para terminar creyendo que existimos como seres separados, provenimos de un mismo origen cósmico. Todos somos manifestaciones de un mismo y extraordinario movimiento evolutivo, de una misma corriente de energía, materia y conciencia<sup>2</sup> que ha venido desplegándose a lo largo de miles de millones de años de evolución. Desde el mismo Big Bang, y muy probablemente aún antes, en ese misterio que le precede, esta corriente ha venido adoptando infinitas formas y

---

<sup>1</sup> Utilizo el término Universo con mayúsculas para designar la cualidad orgánica y conciente de su naturaleza, a diferencia de quienes lo consideran como mera masa sin sentido alguno. Ken Wilber prefiere utilizar el término Kosmos, que describe la forma en que los griegos concebían al Universo, antes de que el materialismo cientificista lo convirtiera en “cosmos”, es decir, mera materia sin sentido ni finalidad. Este “Kosmos” es a su vez considerado como el entretejido global, conciente y transfinito que todo lo contiene. He decidido utilizar los términos Cosmos y Universo con mayúsculas, para significar lo mismo.

<sup>2</sup> En el castellano se confunde con mucha frecuencia los términos consciencia (con s) que hace referencia al simple darse cuenta de la realidad en el estado de vigilia; y conciencia, que se relaciona con la capacidad moral y ética. Además, no existe un término específico para determinar a la conciencia de unidad con el Universo, que encierra aspectos que pueden incluirse en ambos términos, pero a la vez los trasciende. Por lo tanto, pese a no ser lo mismo, me tomaré la licencia de asimilar el término conciencia (sin s) a la noción de conciencia espiritual y distinguirlo del mero percatarse de la realidad (consciencia con s). A lo largo de este trabajo se encontrará este término en ambas acepciones, aunque en algunos casos no es simple determinar cuál es la más apropiada.

expresiones, desde el más grande de los soles hasta el más pequeño insecto<sup>3</sup>. Una de esas formas es la especie humana y somos cada uno de nosotros. En efecto, formamos parte de una unidad universal, como lo indica toda la evidencia científica al respecto; pero en ese estado que Einstein denominó como una “ilusión óptica de la consciencia”, nos percibimos separados, solos, sin raíces, lo que constituye el origen de la alienación existencial que hoy es cada vez más generalizada.

Hasta nuestro conocimiento actual, somos la única especie que ha podido llevar su exploración hasta los orígenes del Universo y, por lo tanto, estamos haciendo que el Cosmos sea consciente de sí mismo. Como afirmaba Carl Sagan, “somos polvo de estrellas que explora las estrellas”. Y esto no sólo se logra mediante la exploración científica del Universo, sino también al profundizar en nuestro propio interior y en las profundidades de las relaciones humanas, en las cuales dos personas, dos expresiones del Cosmos, pueden encontrarse siendo conscientes de esta dimensión.

Cuando las personas que experimentan una relación son conscientes de su naturaleza más profunda, tanto en sí mismas como en los otros, el Cosmos se está encontrando consigo mismo, y el encuentro humano revela su trascendencia intrínseca.

Interacciones Primordiales afirma que cualquiera sea la naturaleza de las relaciones, vínculos o interacciones que mantengamos con otras personas, hay una cualidad mucho más profunda que está siempre presente. Más allá de que estemos aceptando o rechazando, encontrándonos o separándonos, dando o recibiendo, siempre que dos personas interactúan, por el solo hecho de que ambas forman parte de una totalidad mayor que es el Flujo Universal, existe la posibilidad potencial de que este hecho sea reconocido, y la cualidad de la relación cambie completamente. Pero para que una persona pueda percibir la naturaleza universal de otra, antes debe haber podido realizar esto en sí misma.

El reconocimiento de nuestra naturaleza fundamental constituye la condición necesaria para lo que nuestra cultura más necesita: el encuentro, la creación de equipos, la solidaridad, el cuidado mutuo, el respeto entre los géneros, las generaciones, los países y las culturas y, en última instancia, la paz. La auténtica consideración por la vida del otro sólo puede florecer cuando nosotros mismos hemos podido reconocer nuestra naturaleza sagrada como seres universales, para desde allí reconocerla en el semejante. Entonces todas las diferencias sociales, culturales, económicas, religiosas, de edad, de género o de cualquier otra naturaleza, se diluyen instantáneamente, y accedemos juntos a fluir en el infinito océano del encuentro, es decir, del amor.

---

<sup>3</sup> En “El Vínculo Primordial”, Daniel Taroppio, Ed. Continente, 2012, he denominado a esta corriente vital como el “Flujo Primordial” del Universo; y a la pérdida de conciencia de formar parte de él, como nuestra “herida básica”.

Sin embargo, esta capacidad de reconocer la sacralidad en nosotros mismos y en los otros no es algo que pueda desarrollarse por mero voluntarismo. Todos estamos dotados de este maravilloso don, pero la mayoría de las personas lo pierde a expensas de los procesos de educación disfuncional y las heridas psicológicas, que propician el desarrollo de personalidades, grupos y hasta culturas cerrados, endurecidos y disociados, con todo lo cual, se pierde la sensibilidad necesaria para desarrollar esta percepción de sí mismo-a y de los demás.

Por esta razón, es absolutamente insuficiente permanecer en la mera declaración de lo valioso que sería acceder a esta cualidad de contacto consigo mismo-a y con los otro-as. El sólo hablar acerca de esto, asistir a conferencias o leer libros que nos relaten sobre relaciones idealizadas, por lo general no tiene el menor efecto transformador en nuestras vidas. Si verdaderamente queremos acceder a la profundidad de los encuentros humanos, antes deberemos hacer el trabajo necesario para liberarnos de los patrones disfuncionales de nuestras personalidades y sociedades, que son los que convierten a los vínculos en campos de batalla.

*Desde el Modelo Interacciones Primordiales afirmamos que la vida de relación constituye el camino espiritual más intenso que un ser humano puede elegir. No hay experiencia más gratificante y a la vez renuncia ni ascética más desafiante y transformadora que la vida de convivencia, tanto en la familia y la amistad, como en el trabajo o los espacios públicos. Por esta razón, nuestro mayor desafío al desarrollar este modelo, fue acompañarlo de metodologías que permitieran aplicarlo en las situaciones concretas que experimentan las personas, los grupos y las naciones en su vida cotidiana.*

Es muy fácil encontrar paz y armonía estando aislados en lo alto de una montaña. Pero, como hasta muchos monjes ermitaños lo reconocen, el verdadero desafío está en el mundo, en el valle, es decir, en la cotidianeidad del hogar, de la oficina, de la calle. Sólo allí se ve de qué estamos hechos y, lo más importante, cuál es el trabajo que tenemos que realizar para sanarnos y liberarnos. No hay espejo más contundente para conocernos a nosotros mismos, que las relaciones que mantenemos con los otros, con la naturaleza e incluso con lo sagrado.

El Modelo Interacciones Primordiales integra estas intuiciones en su cuerpo teórico, que se ha ido desarrollando a lo largo de casi cuarenta años de investigación y aplicación<sup>4</sup>, reuniendo aportes de la

---

<sup>4</sup> Comencé a desarrollar este modelo en el año 1983 en el CONICET (Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas de la República Argentina) en el que fui becario de investigación en la Facultad de Filosofía y Letras de la UNC. Que la práctica de este método haya llegado en la actualidad a tantos países, es mi forma de agradecer este temprano apoyo que recibí como joven investigador.

Todo este trabajo se encuentra desarrollado en la siguiente bibliografía:

“Interacciones Primordiales”, Daniel Taroppio, Ediciones FUDEI, 2006.

“Comunicación Primordial”, Daniel Taroppio, Ediciones Eleusis, 2007.

“El Vínculo Primordial”, Op. Cit.

“Danza Primal”, Daniel Taroppio, Editorial Continente, 2011.

psicología, la física y la biología, sintetizados desde una comprensión trascendente de la existencia humana. Su objetivo fundamental es llevar esta mirada a una aplicación práctica, en todo tipo de ámbitos humanos, personales, profesionales y sociales. Para ello, hemos desarrollado tres metodologías: la Lingüística, el Movimiento y la Meditación Primordiales, con sus respectivas técnicas, que se aplican de manera conjunta y sistemática. Estas metodologías son llevadas a la práctica mediante tres disciplinas auténticamente integrales, que han sido diferenciadas para favorecer su aplicación en distintos ámbitos: el *Coaching Primordial*, para ser implementado con personas sanas y en organizaciones; la *Psicoterapia Primordial*, para ser aplicada en el ámbito de la clínica por parte de profesionales de la salud; y la *Danza Primal*, que permite trabajar con grandes grupos mediante un trabajo corporal-energético-vivencial. Tanto las metodologías en que se basan, como estas tres disciplinas, serán descritas más adelante.

## Acá inserté lo que sigue del librito

### La relación entre Coaching y Psicoterapia

Antes de comenzar a desarrollar este modelo, sus métodos y disciplinas, considero necesario aclarar la razón por la cual he reunido, en este trabajo, al coaching y la psicoterapia, decisión que seguramente traerá aparejadas algunas controversias.

Muchos autores han dedicado esfuerzos a establecer las diferencias entre el coaching y la psicoterapia. Comparto plenamente esta inquietud. Podrá resultar entonces paradójico que hable aquí de ambas disciplinas simultáneamente, por lo que procuraré aclarar mi posición al respecto. Y en tanto la Danza Primal puede ser considerada una forma de coaching grupal, lo que aquí exploraremos es válido también para esta disciplina.

Toda forma de coaching y toda forma de psicoterapia, independientemente del modelo teórico o la escuela a la que pertenezcan, deben ser claramente diferenciadas, fundamentalmente por el hecho de que la psicoterapia constituye una disciplina perteneciente al ámbito de las ciencias de la salud, y por lo tanto sólo puede ser ejercida por profesionales universitarios matriculados. En los últimos tiempos se ha generado bastante confusión con respecto a este tema. Esta confusión responde a dos causas principales que es preciso abordar.

---

"Meditación Orgánica", Ediciones FUDEI, 2016.

"Meditación Primordial", Daniel Taroppio, Ediciones Continente, 2019.

Por una parte, nos encontramos con la profusión de escuelas de coaching, muchas de las cuales brindan certificaciones en cursos excesivamente breves y superficiales, sumada al deseo de muchas personas de convertirse en “psicoterapeutas” rápidamente. Esto ha generado numerosos malentendidos, e incluso perjuicios a muchos consultantes que no saben distinguir entre los servicios que se les ofrecen.

Por otra parte, el legítimo derecho de los psicólogos (y de todos los profesionales de la salud) a combatir el ejercicio ilegal de la psicoterapia, ha sido confundido con intereses corporativos, sectoriales y gremiales, en función de lo cual se mezclan supuestos criterios científicos con argumentos que en realidad son enarbolados para defender espacios de trabajo.

Una de las consecuencias más lamentables de esta situación, la constituye el hecho de que en muchos espacios se ha establecido una relación de desconfianza y enfrentamiento entre los practicantes de ambas disciplinas. El enriquecimiento mutuo que podrían prestarse si respetaran sus propios ámbitos, ha devenido en muchos casos en una relación hostil y mutuamente desfavorable. Y como psicólogo, tengo la obligación moral de reconocer que estas hostilidades han sido mucho más marcadas desde el ámbito de la psicología hacia el del coaching.

Ninguna disciplina puede ser juzgada y descartada en función de quienes hacen un uso indebido de la misma, de lo contrario ya no existirían la medicina, la abogacía, la política ni ninguna otra actividad humana. La existencia de coaches que se exceden en sus funciones, o de psicólogos que defienden intereses gremiales mediante supuestos argumentos científicos, de ninguna manera implica que el coaching y la psicoterapia no puedan coexistir y enriquecerse mutuamente.

Procuraré entonces evitar ambas posturas disfuncionales, y apuntar hacia una saludable integración.

Las diferencias entre coaching y psicoterapia pueden ser abordadas desde múltiples miradas, tales como los orígenes de ambas disciplinas, su validación científica, su estatus académico, su situación legal, sus regulaciones, etc. Desde nuestra perspectiva, a fin de ser breves, claros y sin descartar otras, utilizaremos un criterio muy simple para diferenciar al Coaching Primordial y la Danza Primal de la Psicoterapia Primordial, basado en el ámbito de trabajo de cada una de estas disciplinas.

El Coaching Primordial y la Danza Primal han sido desarrollados para su aplicación en el ámbito del desarrollo personal y las organizaciones (gubernamentales, no gubernamentales, empresariales, deportivas, etc.) y tienen como objetivo acompañar a los participantes en el proceso de desarrollar sus potencialidades y alcanzar sus logros de la manera más efectiva y plena, tanto en los planos personales, como laborales y profesionales. Por ello, la formación en estas disciplinas está abierta a todo tipo de público y de profesiones. Toda persona que quiera pulir sus capacidades de comunicación, de llegada a los demás, de crecimiento profesional y encuentro interpersonal, por citar sólo algunos ejemplos, puede encontrar, formándose como, consultando a un coach o participando en talleres de Danza Primal, un excelente espacio para el autoconocimiento y el propio desarrollo. Pero nada de esto implica psicodiagnóstico, psicoterapia, ni ninguna forma de trabajo sobre estados o situaciones patológicas. El Coaching Primordial y la Danza Primal han sido diseñados

para trabajar con personas sanas que quieren acceder a una dimensión más plena en sus propias vidas, no para pacientes.

Por su parte, la Psicoterapia Primordial ha sido desarrollada para su aplicación en el ámbito de la clínica, por lo que la formación en esta disciplina está reservada para los y las profesionales de ciencias de la salud (psicología, medicina y otras profesiones, dependiendo de la legislación de cada país).

Lo anterior no debería interpretarse en términos de que desde la psicología se puede trabajar únicamente en el ámbito de la patología. En realidad, psicólogos y psicólogas pueden trabajar en ambos ámbitos, tanto en el desarrollo personal como en el diagnóstico y la psicoterapia. Es lamentable que históricamente la psicología se haya desarrollado más en el ámbito de la enfermedad que en la promoción de la salud, pero a partir del desarrollo de las Psicologías Organizacional, Humanística, Transpersonal e Integral, el Movimiento del Potencial Humano, la Programación Neuro Lingüística y las Psicologías Cognitivista y Positiva (por citar sólo algunos ejemplos) este proceso ha comenzado a revertirse. Por ello, el trabajo en el desarrollo de la salud, la activación de las potencialidades humanas y la expansión de la conciencia, son temas cada vez más ligados al quehacer de esta profesión.

En lo que sí es importante que seamos muy claros, es en que los y las coaches no son psicoterapeutas y no pueden intervenir en casos de patología. Y lo mismo ocurre con los profesores y profesoras de Danza Primal, a menos que trabajen junto a un profesional de la salud y/o en instituciones que brinden contención terapéutica a los participantes. Esto de ninguna manera debe ser vivido como una pérdida o limitación, puesto que su ámbito de trabajo, la promoción de la salud, el desarrollo personal e interpersonal y las organizaciones, es mucho más vasto, rico y gratificante que el difícil y abnegado trabajo con pacientes.

Un cuestionamiento válido acerca de la pertinencia de esta diferenciación proviene del hecho de que, para un coach, puede resultar muy difícil determinar si la persona con la que está trabajando padece o no de alguna perturbación mental. Por este motivo, consideramos que es cada vez más importante que las formaciones en coaching incluyan al menos elementos básicos de psicopatología, que permitan a los futuros coaches poder discriminar, al menos en términos muy generales, las características de aquellos tipos de comportamientos que son indicativos de personalidades que requerirán la atención de profesionales de la salud. Pero es preciso reconocer que este cuestionamiento podría estar dirigido a cualquier profesional que trabaje con personas. El director técnico de un equipo de fútbol infantil, una maestra jardinera o cualquier docente, una gerente de recursos humanos, un policía o un sacerdote, es decir, cualquier persona cuya profesión necesariamente lo lleve a estar en contacto con otros en cuya conducta puede influenciar, debería tener conocimientos de psicología y psicopatología, y sabemos muy bien que esto no es así de ninguna manera. Por lo tanto, esta crítica no puede dirigirse exclusivamente a la profesión del coaching, sino que deberíamos replantearnos muy profundamente el tipo de información que necesita recibir toda persona que pueda ejercer influencia en las demás.

Aclaradas y sostenidas firmemente estas diferencias, podemos permitirnos también considerar aquellos aspectos en los que ambas prácticas comparten muchos elementos.

Sin bien sus caminos se separan cuando su trabajo implica la necesidad de comprender y asistir casos patológicos, el Coaching Primordial, la Danza Primal y la Psicoterapia Primordial comparten una epistemología, una concepción del ser humano y una visión de la problemática sociocultural actual, sintetizadas en el Modelo Interacciones Primordiales. Y comparten así mismo muchas técnicas y metodologías.

Podríamos decir que entre el psicoterapeuta y el coach existe una relación similar a la que puede presentarse entre un médico traumatólogo y un entrenador deportivo. El médico no tiene como objetivo inmediato mejorar el rendimiento deportivo de sus pacientes, sino aliviar sus dolencias, pero obviamente, su intervención redundará en un mejor desempeño de sus pacientes. De la misma manera, el entrenador deportivo no se ocupa de curar lesiones, pero su trabajo tiene una enorme importancia tanto en la prevención como en la rehabilitación. Un entrenador no se dedica a curar músculos, articulaciones o huesos lesionados, pero perfectamente puede cultivarse con conocimientos de anatomía y fisiología para aplicar a su propia práctica.

*No existen una anatomía y una fisiología humanas para traumatólogos y otra para entrenadores. El cuerpo humano es uno y el mismo para ambos. Y lo mismo ocurre con la mente y el comportamiento.*

De la misma manera, un cierto conocimiento sobre los deportes que practican sus pacientes resultará fundamental en el trabajo de un traumatólogo.

Quizás la antigüedad, tanto de la medicina como del coaching deportivo, ha permitido que ambas disciplinas tengan su propia identidad bien definida y puedan interrelacionarse sin conflictos territoriales. A su vez, es quizás la juventud relativa de la psicología como ciencia y más aún del coaching como disciplina, la que dificulta sus posibilidades de enriquecimiento mutuo. Pero, aun así, es importante que trabajemos en pos de esta integración.

Cuando se trata de la patología, el profesional de la salud cuenta con las herramientas de su formación en psicodiagnóstico, práctica hospitalaria, su propio proceso psicoterapéutico y la posibilidad de abordar una gama de problemáticas más complejas que las del coach. Sin embargo, hasta llegar a esa instancia, el Coaching y la Psicoterapia Primordiales pueden ser estudiados y comprendidos simultáneamente, pues si bien se diferencian en sus ámbitos de aplicación, y por lo tanto requieren de conocimientos distintos, surgen de una raíz común. Y esta raíz, el Modelo Interacciones Primordiales, asentado en los principios de la Psicología Humanística, Transpersonal e Integral, sostiene con firmeza que el trabajo en promoción de salud y crecimiento personal, antes que la atención de la patología ya manifestada, constituye una de las tareas más importantes para ser desplegada en estos tiempos.

La implementación de metodologías que permitan el desarrollo de instituciones y organizaciones armónicas, en las cuales los seres humanos puedan realizarse en plenitud, constituye una misión a la cual estos tiempos nos llaman con urgencia. Para el cumplimiento de esta apasionante tarea, el

Coaching Primordial, la Danza Primal y la Psicoterapia Primordial se encuentran y se fortalecen mutuamente, pues los tres implican el despliegue de un mismo modelo de comprensión de la naturaleza humana, y una vocación desde la cual la promoción de lo sano es más importante que la asistencia a la persona ya enferma. De hecho, la aparición de la enfermedad es, en sí misma, una evidencia de las carencias de las instituciones a las que pertenecen las personas (familia, escuela, empresa, etc.) así como de sus dificultades para propiciar el crecimiento de sus miembros. Por esta razón, todo lo que describiremos en este trabajo acerca del Coaching Primordial y la Danza Primal, puede ser aplicado perfectamente a la Psicoterapia Primordial, con las salvedades ya explicitadas. Quienes estén interesados en conocer los aportes psicológicos, clínicos y de psicodiagnóstico de este modelo, pueden consultar mi libro “El Vínculo Primordial”, Op. cit.<sup>5</sup>.

## El Modelo de las Interacciones Primordiales y la mirada integral<sup>6</sup>

Mi principal preocupación mientras fui estudiante de psicología fue que la psicoterapia, tal como la había aprendido en la universidad, constituía un proceso que requería enormes inversiones de tiempo, energía y dinero, con resultados poco verificables y a muy largo plazo, lo que la convertía en una práctica ciertamente elitista e inaccesible para la mayoría de la población. Mi principal objetivo desde el mismo momento en que me gradué, fue trabajar para generar un cambio en esta situación.

Cuando tuve el honor de recibir la beca del CONICET, decidí orientar todas mis investigaciones al desarrollo de metodologías que pudieran integrar simultáneamente la profundidad, la efectividad y la rapidez, al menor costo posible, facilitando así un amplio alcance en términos sociales.

Comprendí entonces que para ello no podía simplemente desarrollar técnicas y métodos sino que, en primer lugar, era necesario un modelo teórico central que le brindara fundamentos, solidez y coherencia a la práctica. Descubrí la clave para alcanzar todos estos objetivos en la noción de integralidad.

Desde ese mismo momento, mi principal dedicación al concebir este modelo ha estado dirigida a aportar una mirada auténticamente integral a todo proceso de desarrollo humano en el que

---

<sup>5</sup> Con respecto al tema de promoción de salud y movimiento del potencial humano puede consultarse mi artículo “Desarrollo Personal y Psicología Transpersonal” disponible en [www.transpersonals.com](http://www.transpersonals.com)

<sup>6</sup> Basado en los Prefacios de “El Vínculo Primordial”, Daniel Taroppio, Ed. Continente, 2012 y “Danza Primal”, Daniel Taroppio, Ed. Continente, 2012.

podamos intervenir. Por lo tanto considero oportuno, desde el comienzo de este trabajo, establecer la diferencia entre este enfoque y todo modelo que conciba la integralidad como una mera colección de técnicas o métodos.

Existe un acuerdo bastante generalizado en el ámbito del desarrollo humano, el coaching y la psicoterapia, acerca de que todo modelo que procure ser efectivo a la hora de buscar una transformación (tanto personal e interpersonal como organizacional) debe contemplar, como mínimo, la dimensión corporal, la emocionalidad, el lenguaje hablado, lo cognitivo, lo socio-cultural y alguna forma de abordar la necesidad humana de trascendencia.

Sin embargo, una comprensión superficial del tema de la integralidad puede llevarnos a creer que basta con tomar de distintos lugares una metodología lingüística, otra corporal, otra emocional y alguna filosofía espiritual, para con eso construir un abordaje integral.

Tuve la inmensa fortuna de estar en contacto desde muy joven con el autor que más ha estudiado y comprendido el significado profundo de la integralidad, me estoy refiriendo a Ken Wilber. La integralidad que aquí concibo, inspirada profundamente por su pensamiento, trasciende la idea de que basta con juntar técnicas o aun métodos diversos para crear un modelo integral.

La integralidad así entendida no depende de cuántas metodologías o ámbitos de la realidad pretendamos abarcar, sino de la coherencia interna del modelo que construyamos y de que sus metodologías estén profundamente integradas entre sí, respondiendo a una mirada abarcativa, profunda, sistemática y coherente de la naturaleza humana.

Para que un conjunto de métodos y técnicas sea realmente efectivo, no basta con que tome en cuenta todas las dimensiones de lo humano. Es preciso también que lo haga desde un núcleo conceptual en lo posible único, y si no, por lo menos, de diversos marcos que sean realmente factibles de ser integrados en una síntesis coherente.

Veamos un ejemplo para ilustrar esta problemática. ¿Podríamos, por citar sólo alguna combinación, hablar de un “yoga psicoanalítico”? En principio, podría parecer interesante que antes de una sesión de psicoanálisis los pacientes realizaran algunos ejercicios de yoga. Sin embargo, no podemos desconocer que el objetivo último de esta disciplina oriental, es que sus practicantes alcancen la unión con el cosmos, algo que la mayoría de los psicoanalistas (con importantes excepciones) siempre consideró como una regresión característica de los procesos psicóticos. En general, el psicoanálisis nunca distinguió entre la unión que puede alcanzarse en los más altos niveles de la conciencia con la fusión característica de los procesos regresivos patológicos. En este simple ejemplo, podemos apreciar claramente la forma en que la mera mezcla de técnicas, sin considerar los modelos y los supuestos de los cuales provienen, puede llevarnos a propiciar prácticas confusas y en algunos casos hasta perjudiciales.

Esto no significa que no podamos tomar lo mejor de distintos modelos procurando desarrollar métodos que los integren y los trasciendan, pero deberemos ser muy cuidadosos y no confundir integración con mezcla indiscriminada.

Hablar de integralidad implica hablar de poder. Siempre que intentemos iniciar un proceso de transformación en ámbitos en los que el cambio pueda resultar complejo, es fundamental tener presente que un enfoque que puede entrar en la situación por muchas puertas y comprender mayor cantidad de variables, tiene muchas más posibilidades de éxito que un modelo parcial, que sólo aborde un ámbito de la problemática y se despliegue con un solo tipo de metodologías y técnicas. Pero ocurre que cuando simplemente juntamos metodologías sin preocuparnos por observar en qué mirada del ser humano, en qué filosofías y en qué epistemologías se basan, en lugar de ofrecer un trabajo integral estamos brindando simplemente una reunión inconexa de aportes, que pueden incluso terminar siendo contradictorios y por lo tanto perjudiciales para las personas que confían en nosotros. En este punto no podemos ser simplista e ingenuamente “empíricos”. Yuxtaponer, por ejemplo, una metodología que proviene de una cosmovisión mítica, con otra que lo hace desde una mirada posmoderna, terminará produciendo una disonancia cognoscitiva y generando contradicciones, tanto en la práctica como en la autocomprensión que los protagonistas del proceso de transformación puedan alcanzar. Construir un modelo de Desarrollo Humano, Coaching y Psicoterapia Integral, requiere mucho más que una mezcla de técnicas.

El Modelo Interacciones Primordiales constituye un intento de respuesta a este desafío, aportando un conjunto de métodos que provienen todos de un marco conceptual único, lo que torna la aplicación empírica de cada uno mucho más profunda, efectiva y coherente. En las figuras de las próximas páginas, y especialmente en el Mandala del Sí Mismo, podemos apreciar una representación gráfica de este modelo integrador<sup>7</sup>.

Este marco teórico, si bien es original, se ha nutrido en su concepción con los aportes de grandes sistemas y autores, con los que mantiene una eterna deuda<sup>8</sup>. Pero de ninguna manera constituye una mera suma de todos ellos, sino una integración, llevada a cabo a lo largo de casi cuarenta años de trabajo, investigación e intuiciones propias, que los incluye y los honra profundamente en un enfoque diferente, novedoso y con coherencia interna.

Convivimos en una cultura patriarcal, que valora unilateral y exageradamente los valores masculinos del racionalismo y el pensamiento analítico y lineal, mientras desprecia explícitamente los valores femeninos de la intuición, la sensibilidad y el pensamiento holístico complejo. Privilegiamos la economía sobre la ecología, el pensamiento sobre el sentimiento, el individuo sobre la comunidad, y en especial la mente sobre el cuerpo. Una de las consecuencias más graves de esta distorsión cultural es que propicia la disociación entre lo mental y lo corporal. A partir de esta disociación, hemos desarrollado modelos educativos, organizacionales, de convivencia e incluso de psicoterapia que, en lugar de resolver, propician niveles aun más graves de desconexión y alienación de los seres humanos consigo mismos, con sus emociones, con sus sentimientos y entre ellos.

---

<sup>7</sup> En “El Vínculo Primordial”, Op. Cit. puede encontrarse una descripción mucho más detallada de esta integración, así como una explicación de esta figura.

<sup>8</sup> He citado a todas estas fuentes en otros trabajos, como el “Modelo Teórico de la Escuela de Psicología Transpersonal-Integral”, Daniel Taroppio, Ed. FUDEI, Argentina, 1999, “El Vínculo Primordial”, Daniel Taroppio, Op.Cit. y “Danza Primal”, Daniel Taroppio, Op.Cit.

Todo método que enfatice unilateralmente el trabajo verbal-analítico por sobre el corporal-emocional no hace más que acentuar la disociación característica de nuestra cultura patriarcal y racionalista. En otros trabajos ya mencionados me he explayado acerca de que los métodos unilateralmente corporales y emocionales que reniegan del trabajo verbal, producen resultados disociativos similares. Sólo los modelos de trabajo integrales han comprendido verdaderamente esta problemática y aportan abordajes que brindan respuestas efectivas a este desafío cultural.

Es fundamental que asumamos que si nuestro método de trabajo no es integral seguiremos propiciando el lenguaje y el pensamiento sobre el cuerpo y el sentimiento, o viceversa, y por lo tanto, seguiremos siendo parte del problema y no de la solución.

La necesidad de desarrollar modelos integrales, se evidencia también en la observación de la forma en que los seres humanos construimos nuestras experiencias interiores.

## Estados Internos y “realidad externa”

Los seres humanos no habitamos un mundo meramente material, objetivo, sino un mundo humano, sociocultural. Este mundo humano no existe sólo allí, afuera de cada uno, como un algo de existencia objetiva, como una simple cosa.

La psicología moderna nos ha permitido comprender que la gran mayoría de las satisfacciones y sufrimientos humanos no son resultado de una realidad objetiva sino de un mundo subjetivamente construido por cada persona,

La forma en la que nuestra dinámica emocional construye nuestra realidad es por lo general inconsciente. Aprender a crear conscientemente nuestros estados emocionales y nuestro mundo constituye la clave de la realización personal. Este mundo emocional que trasciende a la palabra, sólo es accesible cuando el lenguaje se integra con el trabajo corporal profundo.

Junto a las condiciones de su medio físico, social y cultural, cada ser humano construye un mundo, su mundo, y esta construcción bio-psico-socio-cultural puede ser mayormente restrictiva y frustrante o liberadora y gratificante.

Las investigaciones de las últimas décadas en los campos de la biología, la psicología, la sociología, la antropología, la teoría de la comunicación y la práctica meditativa, nos han permitido comprender de qué está hecho el mundo interno de los seres humanos. Aunque sea imposible conocer la totalidad de sus contenidos, hemos podido comprender su estructura y la forma en que se organiza.

Sabemos que el mundo interno de cada persona está constituido básicamente por cinco elementos:

1. Representaciones mentales bajo la forma de imágenes y sonidos internos.

2. Un discurso, una forma de dialogar consigo misma y con los demás.
3. Un sistema de cogniciones, interpretaciones, juicios y creencias (que constituye una complejización de las conversaciones internas e interpersonales).
4. Una corporalidad, una fisiología, sensaciones internas, que se manifiestan también como un estado emocional.
5. Un estado vibracional y una forma de conexión con la totalidad de la vida (lo que denominamos trascendencia).

Estos cinco elementos interactúan permanentemente hasta el punto en que se vuelven muy difíciles de discernir. Por ello necesitamos metodologías integrales que operen sobre todos ellos simultáneamente.

## La metodología integral

Honrando esta mirada integral, del Modelo Interacciones Primordiales han ido surgiendo, con la evolución de nuestra investigación y práctica, 3 métodos que permiten su aplicación empírica: la Lingüística, el Movimiento y la Meditación Primordiales. La aplicación integrada de estas metodologías despliega el poder del trabajo corporal-emocional-energético, el diálogo y la meditación en los procesos de transformación personal e interpersonal. A su vez, estos 3 métodos se aplican de manera sistemática en las 3 disciplinas que nos permiten llegar a todo tipo de ámbitos personales, familiares, profesionales y organizacionales: el Coaching y la Psicoterapia Primordiales y la Danza Primal.

Veamos una breve descripción de estos 3 métodos, que será profundizada luego con más detalle.

- **La Lingüística Primordial** constituye una integración de la Psico-Neuro-Inmuno-Endocrinología, el estudio del lenguaje y el trabajo cognitivo. Brinda la posibilidad de trabajar directamente sobre nuestros paradigmas y modelos de pensamiento, a través de la relación entre nuestros diálogos internos e interpersonales, nuestra bioquímica y nuestra relación con otros y otras. Trabaja sobre la forma en que la palabra determina los estados corporales-emocionales, las relaciones interpersonales y viceversa.

Se ha demostrado repetidamente que nuestros diálogos internos e interpersonales afectan directamente la salud celular, el sistema inmunológico, el estado mental, los vínculos y, por ende, la salud de todo grupo humano, desde familias hasta organizaciones. La Lingüística Primordial opera sobre el Núcleo Bio-Psico-Lingüístico que determina nuestra capacidad de desarrollar diálogos sabios,

comprensivos y afectuosos con nosotros mismos y con los demás, constituyendo una fuente de salud física, emocional y vincular, así como la clave del éxito profesional y organizacional.

Simultáneamente brinda un abordaje lingüístico que procura detectar y esclarecer los patrones manipulativos de nuestra comunicación interna y con otros, a fin de que nuestro hablar se torne transparente, genuino y poderosamente efectivo. Esto es lo que denominamos “hablar desde el cuerpo”, como opuesto a hablar desde una mente dissociada, desconectada de la emoción y sin presencia. De este modo, se favorece el encuentro profundo entre los seres humanos aun en los ámbitos que suelen ser más despersonalizantes.<sup>9</sup>

- **El Movimiento Primordial** es un sistema de Trabajo Corporal-Energético que permite trabajar con nuestra corporalidad, estado emocional, afectividad y creatividad, activando la energía vital, el sistema neuro-inmuno-endócrino y la capacidad de encuentro con los otros. Constituye un profundo método de liberación y expresión corporal-energética-emocional mediante la reivindicación de la motricidad natural y de las expresiones emocionales, recuperando el cuerpo original, sensible y libre que todos recibimos al nacer.

Movimiento Primordial consiste en un método que nos permite recuperar nuestras posturas, movimientos, gestos y patrones respiratorios primigenios, poniendo a nuestra disposición profundas energías universales que hemos olvidado en los procesos de socialización disfuncionales.

- **La Meditación Primordial** es una disciplina de trabajo respiratorio, relajación y aquietamiento mental. Permite trabajar con nuestro estado vibracional y la conexión con la totalidad de la vida. No incluye ningún contenido de tipo religioso, sino un simple método para alcanzar descanso, paz interior y conexión con la vida, basado en un contacto profundo con la sabiduría ancestral de nuestro organismo.

La Meditación Primordial permite el acceso a una profunda experiencia de arraigo, relajación, descanso y expansión de la conciencia en el presente continuo de la corporalidad energética, vibracional y trascendente.

Permite además una comprensión profunda y trascendente de las experiencias cotidianas y de los descubrimientos alcanzados en los procesos de crecimiento personal, coaching y psicoterapia.

La práctica contemplativa no sólo brinda resultados vinculados a la trascendencia en términos estrictamente espirituales. Es también fundamental en los temas psicológico-existenciales.

Meditar permite desplegar la capacidad de objetivar los propios procesos mentales, de manera que, en lugar de funcionar a través de patrones inconscientes, podemos, mediante ejercicios específicos,

---

<sup>9</sup> Ver “Comunicación Primordial”, Daniel Taroppio, Ed. Eleusis, 2007

convertir a estos patrones en objetos de nuestra percepción, y de este modo tomar distancia y desidentificarnos de ellos. Los seres humanos contemplamos la “realidad” a través de nuestros sistemas de interpretaciones, juicios y creencias<sup>10</sup>, muchas veces determinados por nuestros patrones emocionales inconscientes; pero sólo raras veces y en condiciones muy especiales, nos dedicamos a contemplar estos patrones, a auto-observar nuestros sistemas de interpretación. Es decir que nuestros patrones de percepción e interpretación nos resultan transparentes, vemos a través de ellos, pero no los vemos a ellos. Durante la meditación, estos patrones comienzan a tornarse visibles para nosotros.

La integración de estas tres disciplinas posibilita el despliegue de profundos procesos de crecimiento y transformación personal, grupal y organizacional.

Esta descripción de métodos y tipos de prácticas de ninguna manera establece límites rígidos y sólo sirve como una introducción teórica y aclaratoria, a fin de brindar una imagen general de todos los elementos que se incluyen en nuestro trabajo. En la práctica, todas estas metodologías se integran y se tornan muy difíciles de diferenciar entre sí. Así por ejemplo, como veremos más adelante, el Movimiento Primordial es también una meditación en movimiento; la Lingüística Primordial implica un trabajo emotivo que incluye al cuerpo, y la Meditación tiene profundos efectos sobre nuestra fisiología, nuestras emociones y nuestro lenguaje. Es decir que todo está integrado a todo.

Veamos un ejemplo práctico de trabajo integral: todo psicoterapeuta o coach con la suficiente experiencia, ha comprobado que uno de los elementos que más perjudican la calidad de vida de las personas, son los juicios infundados y disfuncionales que albergamos acerca de nosotros mismos, de las otras personas y de la existencia. Un juicio es infundado cuando no se asienta en evidencias empíricas suficientes; y es disfuncional cuando, en lugar de abrir caminos y conectarnos con nuestras potencialidades y oportunidades, los cierra, los ignora y nos devuelve una imagen desvalorizada de nosotros mismos, o atemorizante e inhibidora de los demás y de la realidad. *Constituye una ingenuidad creer que los juicios infundados y disfuncionales pueden cambiarse mediante argumentos que ofrezcan juicios diferentes.* Cuando un juicio infundado y/o disfuncional es sostenido, pese a producir sufrimiento, esto se debe a factores emocionales inconscientes que están fuera del alcance de los argumentos racionales. Por este motivo, la única forma de transformar un juicio disfuncional arraigado en experiencias profundamente emocionales, como por ejemplo un trauma psíquico, es que el mismo sea deconstruido mediante otra experiencia emocional también poderosa. Si durante la profunda impotencia que genera, por ejemplo, una experiencia de violación, una persona ha formulado el juicio inconsciente de que deberá permanecer siempre oculta para no llamar la atención, pues será incapaz de defenderse en caso de un ataque, esto va a determinar un patrón conductual que llevará permanentemente a la inhibición, a un temor patológico y a un empobrecimiento de la propia existencia. De nada sirve, en estos casos, recurrir al voluntarismo ingenuo o al mal llamado “pensamiento positivo” (que muchas veces consiste en un pensamiento negador y evasivo) y proponerle a la persona en cuestión que haga afirmaciones del tipo “yo puedo

---

<sup>10</sup> En el Modelo Interacciones Primordiales denominamos a estos sistemas de patrones perceptivos Configuraciones Emotivo Cognitivas, o C.E.C.

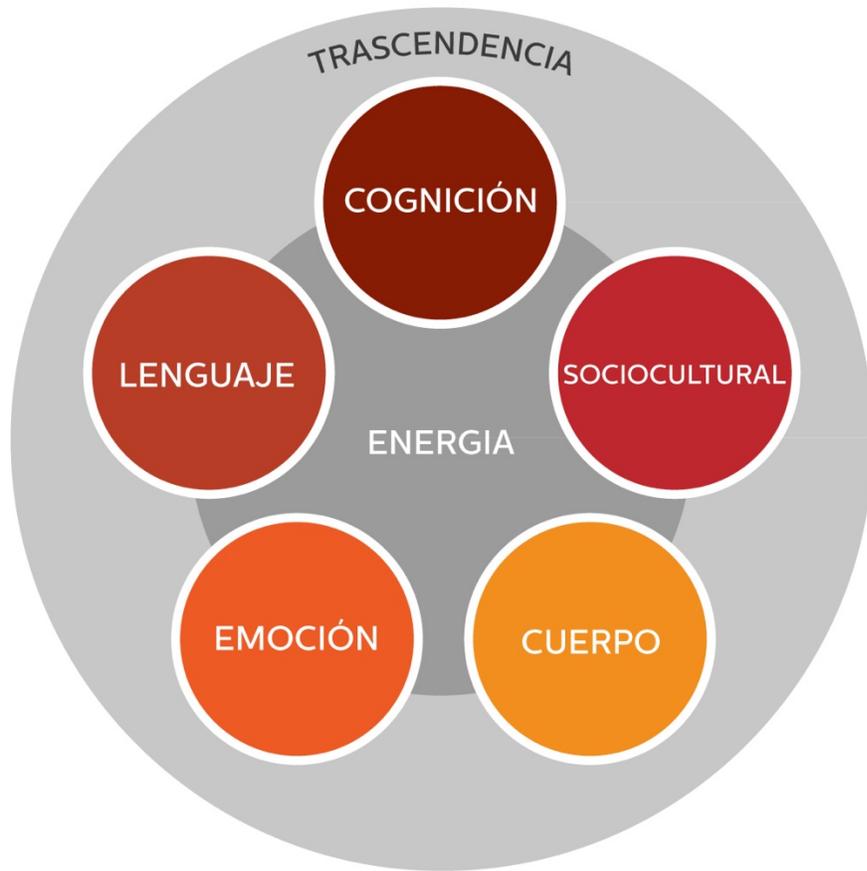
defenderme” o “esto no volverá a ocurrir”, o brindarle argumentos racionales acerca de las posibilidades estadísticas de volver a pasar por la misma experiencia.

La Psicoterapia Primordial enfocaría un caso similar mediante un triple trabajo integrado y sistemático. Por ejemplo, cuando la persona esté en condiciones, se podría comenzar por recrear dramáticamente la situación traumática con toda su carga emocional y, mediante las técnicas del Movimiento Primordial, se propiciaría que la persona tome contacto con posturas, gestos, visualizaciones y patrones respiratorios que le permitan responder a esta situación disponiendo de sus energías vitales más primarias, previendo, huyendo a tiempo, defendiéndose o incluso atacando a su agresor. Obviamente, no se trata de estimular a las personas a realizar actos heroicos o venganzas en la realidad material, sino a liberar esas energías que han quedado congeladas en el cuerpo y asumir el propio poder, en espacios simbólicos y cuidados. Este tipo de experiencias produce una reconfiguración emocional del recuerdo traumático y deja las puertas abiertas para una segunda etapa: el trabajo lingüístico cognitivo, mediante el cual se pueden revisar las actitudes, juicios, creencias y patrones conductuales que pueden haber llevado a exponerse a semejante experiencia, a fin de que la misma no vuelva a repetirse. Por último, la Meditación Primordial permite desarrollar la capacidad de observar el propio funcionamiento como un objeto de la consciencia. De este modo, en lugar de vernos y de ver la realidad desde nuestros propios patrones inconscientes, vamos aprendiendo a convertir a estos mismos patrones en objetos de nuestra percepción.

Las dinámicas de Diálogos Internos de Reconfiguración (D.I.R.) y Vivencias Experimentales de reintegración (V.E.R.) que describiremos más adelante, se instrumentan en esta forma de psicoterapia, permitiendo objetivar nuestros procesos internos y de esta manera desidentificarnos de ellos, lo cual se convierte en un proceso aún más profundo cuando esto es llevado a la práctica meditativa cotidiana. De este modo, el trabajo emocional-corporal-energético, se integra al trabajo lingüístico cognitivo y a la práctica contemplativa, generando un feedback sumamente poderoso y efectivo. Por supuesto, este ejemplo que aquí describimos muy sintéticamente no implica que el trabajo terapéutico deba ser realizado siempre en este mismo orden. De hecho, se puede entrar a la experiencia por cualquiera de sus puertas y, en tanto y en cuanto las tres metodologías se apliquen y se integren, el resultado será igualmente satisfactorio.

En los siguientes gráficos podemos apreciar la relación entre los distintos ámbitos de la experiencia humana, el tipo de trabajo necesario para cada uno de ellos y los métodos con los que este modelo los aborda.

Interacciones Primordiales  
opera en todos los ámbitos de la experiencia humana



Con todos los tipos de trabajo



Con sus métodos

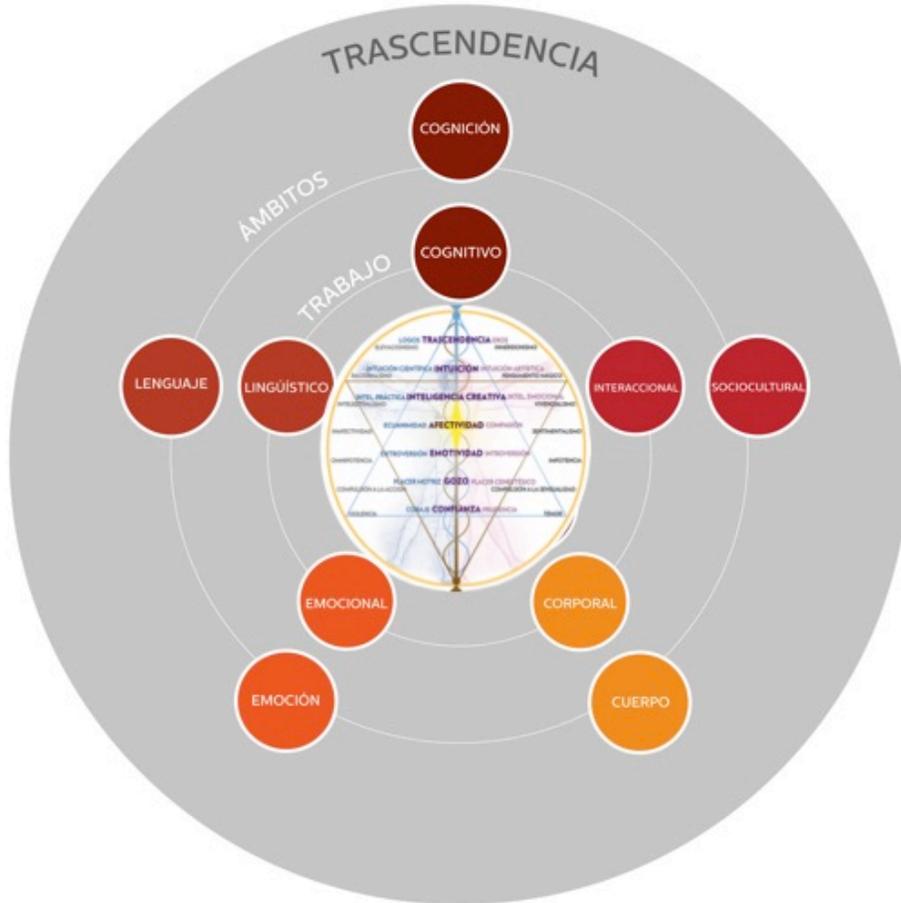


Basados en una teoría central

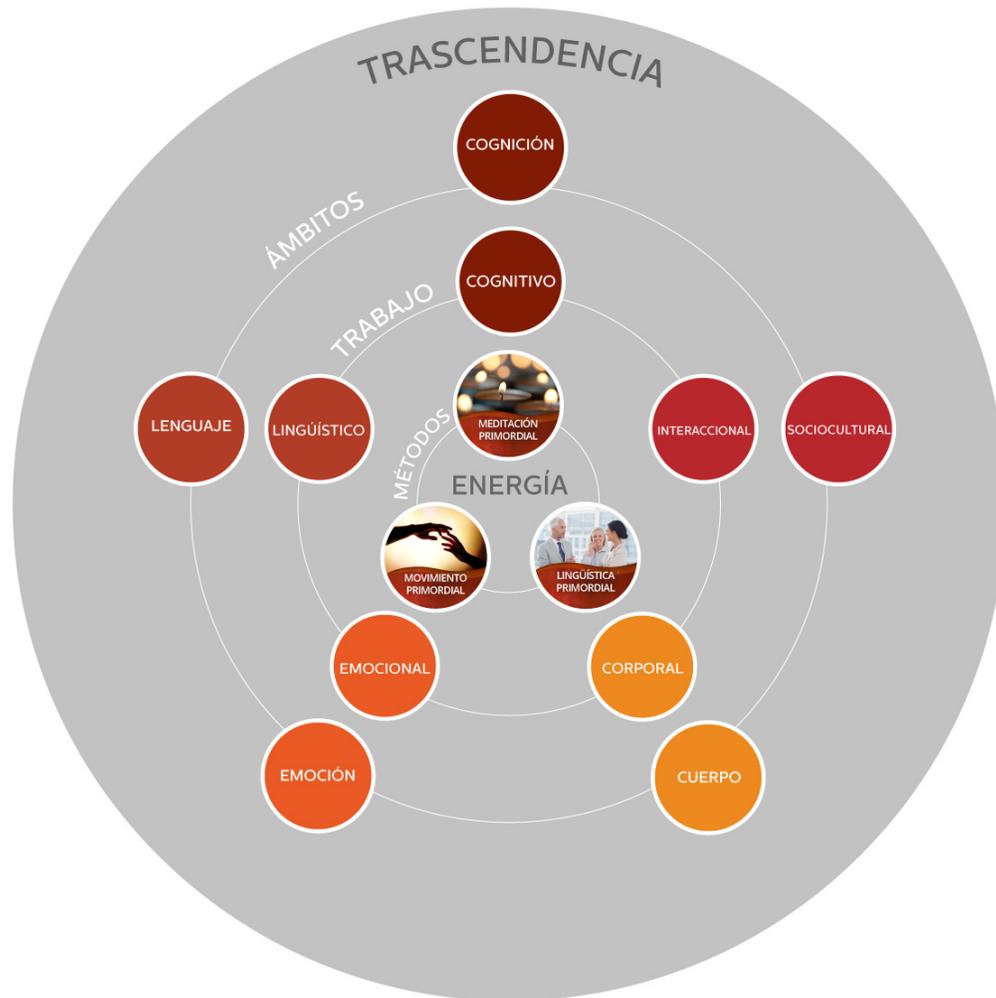


Mandala del Sí Mismo

que les brinda coherencia



Todos lo ámbitos de la experiencia humana,  
todos los tipos de trabajo,  
todos los métodos.



Constituyendo un auténtico Modelo Integral

# Interacciones Primordiales

Un Modelo Transformativo Integral que aborda todos los ámbitos de la experiencia humana, con todos los tipos de trabajo que ellos requieren

## Todos los Ámbitos



## Integrando sus Métodos



## Todos los tipos de Trabajo



En sus 3 Disciplinas de aplicación

Coaching Primordial    Danza Primal    Psicoterapia Primordial

# Coaching, Danza Primal y Psicoterapia Primordial

## La Comunicación, las Relaciones Humanas y las Organizaciones desde una mirada trascendente.

**El Coaching Primordial** es una disciplina de acompañamiento profesional, basado en un proceso de diálogo transformador y expansivo, que permite diseñar y generar resultados más efectivos y satisfactorios en la calidad de vida, familias, carreras, negocios, organizaciones y comunidades que construyen las personas.

**La Danza Primal** es un sistema de desarrollo personal basado en el trabajo corporal-energético. Se despliega en un trabajo grupal, que implica un mayor compromiso afectivo y emocional, lo que la hace especialmente indicada para trabajar con personas que están en busca de un mayor autoconocimiento y de una profunda liberación personal. El nombre Danza es metafórico y hace referencia a despertar la capacidad de sentir la vida como un flujo de vitalidad y alegría. No se trata de una forma de baile, coreografías ni movimientos complicados, sino de recuperar simples movimientos ancestrales que hemos perdido en la agitada vida moderna y en los procesos de educación y socialización represivos.

**La Psicoterapia Primordial** incluye, y es importante subrayar que incluye, sin descartar lo anterior, la posibilidad de realizar psicodiagnóstico y abordaje terapéutico en los casos de patologías.

El principio básico que los sustenta, es que los seres humanos somos creadores de nuestro propio mundo personal y relacional, pudiendo hacer de él lo queelijamos, siempre que contemos con las capacidades necesarias o podamos desarrollarlas. Un proceso de desarrollo personal (que es la base sobre la que se construye el desarrollo organizacional) consiste en incorporar y aprender a instrumentar estas capacidades o, en la mayoría de los casos, en descubrir en nosotros mismos que ya las poseíamos y no lo sabíamos.

**El Coaching Primordial, la Danza Primal y la Psicoterapia Primordial** han venido a expandir nuestra tradicional concepción del cambio, basándose en una nueva mirada de la naturaleza humana, de sus potencialidades inexploradas y de las metodologías de las que podemos disponer en todo proceso de transformación personal y organizacional.

### ¿En qué se diferencian de otras formas de Coaching, Psicoetrapia y Trabajo Grupal?

Se diferencian de otras disciplinas por cuatro razones fundamentales:

1. su concepción del ser humano,
2. su objetivo central,
3. su metodología y su

#### 4. integralidad.

**1. La concepción primordial de la persona humana** se basa en dos principios fundamentales, que aluden a su origen y a su finalidad:

**a. El ser humano pertenece a una especie en permanente evolución.** Toda persona es poseedora de un plan psico-genético que contiene un asombroso bagaje de potencialidades. De esta extraordinaria herencia evolutiva suelen ser muy pocas las potencialidades que cada persona despliega a lo largo de su vida.

En lo profundo de cada uno de nosotros existe lo que denominamos un *Núcleo Primordial*, donde recibimos la información de toda la historia evolutiva de nuestra especie, que a su vez nos conecta con el proceso evolutivo de la totalidad del universo.

Somos la manifestación de millones de años de evolución cósmica. Cuando podemos acceder a esta profunda dimensión interna, descubrimos que estamos dotados de capacidades que nunca antes habíamos imaginado, y contando con ellas nuestro mundo de probabilidades y oportunidades se expande de una manera exponencial. Además del lenguaje, el Coaching y la Psicoterapia Primordial cuentan con metodologías corporales-energéticas que nos permiten acceder a esta profunda y asombrosa dimensión molecular de nosotros mismos, de manera práctica y verificable.

**b. El ser humano está orientado a la trascendencia,** no en todos los casos en términos necesariamente religiosos, pero sí humanistas y espirituales, entendiendo por espiritualidad la necesidad de realización, de ir más allá de sí mismo, de la pequeñez del ego, y consumir su existencia en la entrega, el servicio, la búsqueda de sentido y los valores superiores. Cuando esta profunda orientación de la existencia se frustra, más allá del éxito pasajero, la vida comienza a perder su sentido intrínseco. Y en esta falta de sentido empiezan a cultivarse las disfunciones y las patologías, tanto personales como sociales.

**2. El objetivo central del Coaching Primordial, la Danza Primal y la Psicoterapia Primordial** consiste en llegar a la raíz de las necesidades, problemáticas y padecimientos humanos y no sólo a los síntomas superficiales.

El ser humano contemporáneo está desafiado por innumerables factores; algunos son concretos, puntuales y cotidianos; otros son más profundos y universales, podemos llamarlos existenciales. Entre los puntuales podemos mencionar el riesgo de las adicciones, la violencia familiar y social, las crisis financieras y laborales, la competitividad profesional, la cada vez más desafiante tarea de educar a los hijos, el desequilibrio ecológico, en fin... la lista es muy extensa. Sin embargo, por debajo de todas estas amenazas, se despliega algo más profundo y existencial: el hombre y la mujer contemporáneos sufren de una grave sensación de alienación, de falta de pertenencia, de soledad existencial y, muchas veces, de una falta de sentido abrumadora.

Llamamos a esta sensación de alienación generalizada **la herida básica del ser humano contemporáneo**, relacionada con la pérdida de contacto con la naturaleza, con sus raíces universales, con sus ancestros, con ese profundo sentido de pertenencia a un proyecto que trasciende al individuo y que constituyó el eje sobre el que giró la absoluta mayoría de las culturas a lo largo de toda la historia. La ruptura de ese sentido de pertenencia está en la base de la alienación que se presenta hoy en nuestra sociedad, como nunca antes lo hizo.

Mientras trabajan sobre todo tipo de situaciones cotidianas y concretas, personales y organizacionales, el Coaching, la Danza Primal y la Psicoterapia Primordial, apuntan simultáneamente a alcanzar una profunda comprensión de esa alienación básica, de la falta de sentido generalizada en nuestra cultura contemporánea.

Su hipótesis central de trabajo sostiene que *cuando la alienación, la herida básica de la existencia humana, es resuelta, todos los demás desafíos de la vida pueden ser contemplados, comprendidos y resueltos con mucha mayor facilidad*. Es decir que si bien no existe una solución mágica para todos nuestros desafíos, cuando estamos en un estado de armonía existencial, todo el panorama de la vida se abre y se aclara. El Coaching Primordial potencia las capacidades internas que nos permiten alcanzar y sostener este estado.

La Psicoterapia Primordial, abarcando también el ámbito de la patología, considera fundamental la necesidad de trascender la tendencia actual a pretender comprender a la persona humana encasillándola dentro de síntomas aislados o aun de cuadros clínicos, mediante el mero uso de manuales de diagnóstico. Consideramos que mucho más allá de los síntomas, las patologías y los pacientes, la crisis de nuestra época nos demanda imperiosamente asumir el desafío de reconocer y honrar *a la persona* que está allí, esperando superar su alienación.

En este sentido podemos afirmar legítimamente que la Psicoterapia Primordial constituye un enfoque Psicodinámico, Existencialista, Humanístico y Transpersonal, es decir, en una sola palabra, Integral, puesto que permite acompañar a los consultantes a lo largo de todos los estadios evolutivos del ser humano, que cada una de estas escuelas ha comprendido más y mejor.

¿Significa esto que la Psicoterapia Primordial es simplemente un batido de escuelas psicológicas, o que un terapeuta primordial deberá formarse en todas estas escuelas para poder ejercer como tal? Ya nos hemos explayado lo suficiente acerca de la concepción auténticamente integral, por lo que no vamos a extendernos más en este tema. Sólo vamos a remarcar que una terapia no es integral porque mezcle todas las escuelas indiscriminadamente, sino porque puede abarcar la totalidad del proceso evolutivo del ser humano, rescatando en cada estadio los aportes de las escuelas que más lo han estudiado.

**3. Su metodología**, como ya hemos anticipado, se caracteriza porque junto al trabajo con el lenguaje, incorpora sistemáticamente el abordaje corporal-emocional-energético, no como

agregados, sino como elementos constituyentes de un modelo central de comprensión de la naturaleza humana y de sus posibilidades de transformación.

El trabajo corporal del Coaching Primordial, la Danza Primal y la Psicoterapia Primordial incorpora el cuidado y enriquecimiento de la salud física, la liberación emocional y la recuperación de la capacidad de expresarnos y sentir en plenitud. Y aun más allá de esto, *sus metodologías y técnicas nos permiten acceder a ese núcleo psico-genético donde se ocultan nuestras más profundas y desconocidas potencialidades*. Cuando podemos acceder a este nivel de nosotros mismos, empezamos a disponer de energías con las cuales afrontar nuestros compromisos de cada día desde un lugar completamente nuevo. El Coaching, la Danza y la Psicoterapia Primordiales reconocen que la comprensión del lenguaje es fundamental para expandir nuestra percepción de la existencia, pero demuestran que el desarrollo humano y el encuentro interpersonal trascienden al lenguaje, incluyendo las dimensiones corporal, vibracional y energética de la comunicación.

**4. Integralidad:** como ya lo hemos adelantado, un método integral es algo mucho más complejo y profundo que una ensalada de técnicas. Desde un verdadero modelo integral estas tres disciplinas nos ayudan a desarrollar nuestra consciencia corporal y emocional, la vitalidad, el pensamiento creativo, la capacidad de comunicación, la efectividad personal y grupal, y el despertar de la consciencia de unidad con la totalidad de la vida.

Antes de entrar a describir esta forma de entender y practicar el Coaching y la Psicoterapia, veamos primero porqué podemos necesitar recurrir a esta disciplina.

## ¿Porqué podemos necesitar un proceso de Coaching?

**Por tres razones fundamentales:**

- 1. Ningún ser humano es capaz de ver sus desafíos y oportunidades desde todas las perspectivas y paradigmas posibles.** El diálogo con un coach o terapeuta profesional puede ayudarnos a cuestionar y ampliar nuestra mirada, a trascender puntos ciegos y a percibir nuestros desafíos personales, profesionales u organizacionales desde muchas perspectivas. De este modo, se nos despliega una realidad mucho más rica y llena de posibilidades que cuando la miramos desde un solo lugar.
- 2. Nuestra mirada siempre está influenciada por nuestra emocionalidad y nuestros patrones perceptivos son transparentes.** Vemos la realidad a través de patrones perceptivos condicionados por nuestros temores, deseos, enojos, tristezas, pasiones, resentimientos y culpas inconscientes, por mencionar sólo algunos ejemplos, pero no podemos ver esos patrones en sí mismos. Todo lo interpretamos a través de ellos, pero ellos nos resultan invisibles.

Existen dos formas básicas mediante las cuales nuestras emociones perturban nuestros juicios. Una consiste en negarlas, en pretender que somos 100% racionales y objetivos y que nuestra percepción no es afectada por lo que sentimos. En este caso las emociones terminan apareciendo de manera inconsciente y los únicos que no nos damos cuenta de ello somos nosotros mismos. La otra aparece cuando estamos perdidos en nuestras emociones, cuando ellas se apoderan de nosotros y no podemos tomar distancia, “parar el juego” y razonar sobre lo que nos sucede. En ambos casos el Coaching y la Psicoterapia pueden ayudarnos, ya sea para recuperar el contacto con las emociones perdidas o reprimidas, o bien para tomar distancia de ellas, pensar con calma y racionalmente. De este modo la emocionalidad, lejos de ser un problema, se convierte en una aliada que enriquece y expande nuestra vida.

En general creemos que las emociones y los estados de ánimo “nos pasan”, que son involuntarios, que simplemente ocurren sin que nosotros tengamos participación en ellos. *El entrenamiento en Coaching Primordial y Danza Primal nos muestra cómo y de qué están hechos los estados emocionales y demuestra que en realidad son en gran parte construcciones que nosotros desarrollamos y que podemos transformar con relativa libertad.*

No existen las emociones “negativas”. Toda emoción nos brinda información válida sobre nosotros mismos y el mundo. Lo negativo es no saber percibir las y asumirlas responsablemente, pues ésta es la condición para poder modularlas. *Modular una emoción implica no reprimirla ni darle rienda suelta irresponsablemente. El Coaching Primordial es el arte de modular nuestras emociones, para que su enorme energía esté al servicio de la realización de nuestros proyectos personales y profesionales.*

La Psicoterapia Primordial, por su parte, permite trabajar con las emociones altamente perturbadoras que superan el ámbito del crecimiento personal. En los casos de las depresiones, compulsiones, fobias, adicciones, trastornos del carácter, etc. brinda técnicas específicas de abordaje y tratamiento.

**3. Las potencialidades humanas** constituyen un territorio que apenas estamos comenzando a descubrir. Como ya adelantamos y explicaremos más adelante, el Coaching y la Psicoterapia Primordial nos permiten acceder a las dimensiones más profundas de nuestra naturaleza psicogenética, para desde allí liberar potencialidades que a veces ni siquiera imaginamos poseer. Un proceso de desarrollo personal profundo pone a nuestra disposición potencias, energías y capacidades nuevas y poderosas que pueden resultar determinantes a la hora de encarar nuestros desafíos y proyectos.

**4. La pregunta por el sentido.** Los procesos de transformación no pueden asentarse únicamente en la búsqueda de las causas que generan nuestros bloqueos mentales y cognitivos o en los objetivos prácticos que buscamos. Vivimos en una cultura que atraviesa una profunda crisis de significado. La ausencia de sentido es una de las mayores causas de disfunciones mentales de las que parecen las mujeres y los hombres contemporáneos.

El enfoque primordial posibilita un acompañamiento profesional no directivo, y habilita espacios de apertura, reflexión y autoobservación, desde los cuales la vida manifiesta por sí misma su sentido intrínseco. No estamos hablando entonces de recurrir a sistemas de creencias o a contarnos historias reconfortantes y consoladoras, sino a descubrir el significado de la existencia en la experiencia vital e inmediata.

**Una pregunta que cada quien debería hacerse con frecuencia es: ¿en qué clase de mundo elijo vivir?.**

Hemos visto que dentro de las condiciones de su medio físico, social y cultural, cada ser humano construye un mundo, su mundo, y esta construcción bio-psico-socio-cultural puede ser mayormente restrictiva y frustrante o liberadora y gratificante.



Un proceso de Coaching o Psicoterapia puede ayudarnos a explorar esta pregunta y a responderla de manera efectiva, en términos de nuestra realización personal y profesional.

El Coaching, la Danza Primal y la Psicoterapia Primordial, constituyen un proceso de transformación que nos permite revisar nuestra particular forma de percibir y construir la realidad y a nosotros mismos. Al tiempo que refuerzan nuestras virtudes y capacidades ya conocidas, nos permiten detectar patrones de pensamiento limitantes y potencialidades inexploradas, a fin de desarrollar nuevos modelos de razonamiento, nuevas formas de ser y sentir y nuevos rumbos de acción efectiva y realización personal. Liberando nuestras potencialidades, nos permiten descubrir en el mundo nuevas oportunidades relacionales, existenciales, profesionales y empresariales.

Veamos ahora con más detalle los tres métodos que surgen de este modelo y sostienen su práctica.

# Lingüística Primordial

## Una nueva dimensión del lenguaje y la comunicación humana

La mayoría de las formas de psicoterapia, consultoría y coaching contemporáneas han sido poderosamente influenciadas por la filosofía posmoderna. Uno de los grandes aportes del posmodernismo comenzó a ver la luz cuando, entre fines del antepasado y principios del siglo pasado<sup>11</sup>, Ferdinand de Saussure (un auténtico adelantado a su tiempo) sentó las bases de la lingüística moderna y del estructuralismo, que posteriormente diera lugar al post-estructuralismo y al posmodernismo. Este aporte consiste en la intuición de que el lenguaje no sólo nombra y describe al mundo, sino que lo crea. Es decir que no siempre la realidad precede al lenguaje, sino que en muchos casos lo sigue. El lenguaje no es sólo una capacidad mediante la cual simplemente nombramos objetos, seres y situaciones que existían *antes*, sino que, mediante su poder performativo, *el lenguaje literalmente crea situaciones, eventos y realidades de todo tipo*.

Veamos un ejemplo práctico. Una mañana, después de un buen dormir, una ducha energizante y un buen desayuno, partimos felices hacia nuestro trabajo. En el camino nos encontramos con un amigo que ha pasado una mala noche, se encuentra de muy mal ánimo, y desde su propio malestar nos mira y nos dice: “¿estás bien?”; “si, ¿porqué?, le preguntamos; “no sé, te noto mal, no tienes buena cara, ¿estás seguro de estar bien?”. En ese preciso momento, si somos personas susceptibles e influenciables, comenzaremos a preguntarnos qué nos está pasando, qué habrá percibido nuestro amigo en nosotros, ¿estaremos enfermos y no nos hemos dado cuenta? Es decir, con sus palabras, nuestro amigo *ha creado una realidad* en nosotros que hasta ese momento no existía, y si no sabemos detectar desde dónde viene lo que escuchamos, y no disponemos de filtros lingüísticos eficientes, nuestro propio diálogo interno puede comenzar a empeorar toda esta situación. De hecho, desde el estrés que esto produce, podríamos terminar bajando nuestras defensas y enfermándonos realmente. Las famosas corridas bancarias y las crisis políticas, generadas muchas veces por rumores sin ningún fundamento; los conflictos de pareja generados por celos infundados, los déficits inmunológicos producidos por el estrés y muchísimas situaciones similares son claros ejemplos del poder del lenguaje para crear realidades. Del mismo modo, muchos milagros deportivos, económicos y políticos, suelen deberse en gran medida a la influencia de los grandes líderes comunicadores. Y otro tanto ocurre con las “curas milagrosas”, atribuidas al efecto placebo, que no es otra cosa que el resultado de diálogos interpersonales y/o internos que activan nuestras energías sanadoras.

Esta genial intuición ha permitido a todos los modelos modernos de comunicación humana entender que aquello que nos decimos a nosotros mismos, le decimos a los otros y ellos nos dicen, determina

---

<sup>11</sup> Ferdinand de Saussure, “Curso de Lingüística General”, Editorial Losada, 1945 (recopilación póstuma).

nuestra estructura de pensamiento, y desde allí la forma en que concebimos y creamos nuestra realidad. Si aprendemos a transformar la forma en que nos comunicamos con nosotros mismos y con los otros, es decir nuestro lenguaje interno e interpersonal, estaremos aprendiendo a deconstruir y reconstruir nuestros estados internos, nuestra identidad, nuestra vida, es decir, nuestro mundo. El lenguaje construye la emocionalidad y el pensamiento; desde la emocionalidad y el pensamiento construimos nuestro mundo interno y nuestro mundo interno determina nuestra realidad externa. Esta realidad se revierte sobre el lenguaje y el feed back continúa indefinidamente.

Reconociendo el valor de esta gran y, en su momento, revolucionaria intuición, consideramos que ha llegado el momento de dar un paso más allá de esta mirada posmoderna, honrando e integrando todos los grandes aportes que nos ha legado<sup>12</sup>.

Somos seres lingüísticos, no hay duda; el lenguaje nos distingue como especie y su poder creador es inconmensurable. Pero, a pesar de que tantos pensadores posmodernos lo afirmen, el lenguaje no lo es todo. *Somos seres lingüísticos, pero no somos sólo seres lingüísticos.* Habitamos y nos desplegamos en muchos otros dominios, y la exagerada preocupación por el lenguaje puede terminar empequeñeciendo nuestra existencia. Somos lo que nos contamos que somos, pero también somos mucho más que eso. Lo que no sabemos, el misterio, lo ignoto, lo inefable, también nos constituye, aunque no podamos nombrarlo. Y en buena medida, esta dimensión yace en lo profundo de nuestra corporalidad. Por este motivo, no basta con simplemente declarar que además de lingüísticos somos seres corporales, emocionales, sociales y trascendentes; es preciso desarrollar métodos con los cuales hacernos cargo de trabajar con estas dimensiones en lugar de sólo hablar de ellas, puesto que el mero declararlas sigue siendo un abordaje lingüístico.

Casi cuarenta años de experiencia en comunicación humana como psicoterapeuta, coach y consultor, me han convencido de que el mero lenguaje hablado, incluso cuando se le agregan algunas intervenciones corporales a modo de completamiento, es absolutamente insuficiente para comprender y asistir a los seres humanos en sus procesos de autoconocimiento, transformación y desarrollo personal. Toda práctica de coaching o psicoterapia que carezca de una integración sistemática con la comunicación corporal y energética<sup>13</sup> nos lleva a trabajar desde una enorme desventaja, y como ya adelanté, sigue siendo parte de la disociación, es decir del problema, no de la integralidad, es decir, de la solución. En mi libro "Meditación Primordial" Op. Cit. trato este tema con mucha más profundidad.

---

<sup>12</sup>El Posmodernismo y el Constructivismo han devenido con algunos autores en un Posmodernismo radical que no comparto, pero tal análisis excede los límites de este artículo. Sintéticamente, para el Posmodernismo radical o extremo, todo lo que uno dice de sí mismo o de la realidad externa es simplemente la repetición de discursos que han sido introyectados, lo cual es en gran parte cierto, pero no totalmente. Para esta versión exacerbada de la posmodernidad, no existe el individuo, sólo existen eslabones en cadenas de lenguaje. Desde esta mirada no somos nada más que un discurso, que un texto que se repite a sí mismo.

<sup>13</sup> Y no me refiero aquí a simplemente hablar de lo corporal y lo emocional, o a incluir alguna que otra técnica corporal para adornar nuestra práctica básicamente lingüística, sino a un trabajo corporal-energético sostenido en una teoría y una práctica coherentes.

En un nivel mucho más profundo que el de la palabra, nuestra corporalidad-emocionalidad-energía también crea mundos, determina nuestra identidad y establece los límites estrechos o generosos dentro de los cuales se desarrolla nuestro movimiento por la vida, tanto personal como profesional. Las diferentes formas en las cuales nos movemos, nuestros patrones respiratorios, nuestros gestos y posturas, envían poderosas señales a nuestro propio cerebro y al mundo que nos rodea, especialmente al espacio interpersonal, a las demás personas con quienes interactuamos.

Entre todos estos patrones de comportamiento se destacan los que he denominado *movimientos primordiales: gestos, miradas, actos, posturas, formas de respirar, tonos e inflexiones de la voz y energías sutiles que proyectamos hacia y recibimos de los otros*<sup>14</sup>. Esta kinesis primal es fundamentalmente inconsciente y constituye una estructura de estar-en-el-mundo que envía y recibe señales determinantes, tanto a quienes nos rodean como a nosotros mismos. Estos movimientos primales marcan nuestro estado de ánimo, lo que a su vez afecta al entorno. Permanentemente estamos comunicando mucho más de lo que somos conscientes, y esta comunicación corporal y energética es determinante en nuestros vínculos y en los ambientes que nos rodean. Los seres humanos proyectamos nuestro mundo interno en nuestro entorno, y esto nos viene de vuelta en un feed back permanente. Tomar consciencia de nuestra corporalidad, de nuestra respiración, de nuestra gestualidad y movimientos, y poder enriquecerlos conscientemente, liberando todas las capacidades sensitivas y expresivas de nuestro organismo, produce profundas transformaciones en nosotros y en nuestro mundo externo. De este modo, un feed back inconsciente y perjudicial puede ser creativamente transformado en un feed back consciente y favorable para nosotros y para quienes nos rodean.



---

<sup>14</sup> El Dr. Rupert Sheldrake, biólogo de la Universidad de Cambridge, ha denominado “**campos mórficos**” a espacios que dan origen a las formas evolutivas, y que se sostendrían por la capacidad de los sistemas de comunicarse más allá de los medios convencionales como, por ejemplo, los órganos de los sentidos concebidos hasta el momento. Para una descripción sintética de esta teoría consultar “El Vínculo Primordial”, Op. cit.

Desde las Interacciones Primordiales afirmamos que *nuestro mundo interno es lo que nos rodea*, es decir, lo que nos pasa por dentro afecta directamente a nuestro entorno. Y esto regresa a nosotros en forma de reacciones de los otros, circunstancias interpersonales y climas grupales que, ingenuamente, creemos que son provocadas por agentes completamente ajenos a nuestra responsabilidad y voluntad personales. Por supuesto que existen variables que no dependen de nuestra responsabilidad y voluntad, pero nuestra tarea es operar sobre aquéllas que sí lo hacen. Éstas constituyen nuestro campo de acción en el devenir de nuestro “destino”. Un ser humano es “lo que él hace de sí mismo con lo que otros han hecho de él” (J.P. Sartre)

La metodología primordial nos permite acceder a los niveles más profundos del lenguaje y a la dimensión corporal-energética de nuestro ser, con lo cual podemos comenzar a comprender cuáles son nuestros patrones de movimiento, gestuales, respiratorios y energéticos que influyen en las personas que nos rodean y aun en todo nuestro medio ambiente<sup>15</sup>. Al mismo tiempo activa y sostiene procesos de desarrollo y transformación personal e interpersonal desde dimensiones que antes parecían inaccesibles.

Como adelantaba brevemente al comienzo de este artículo, el trabajo con la Lingüística Primordial se centra en los siguientes objetivos fundamentales:

- Integrar el lenguaje y el pensamiento con la corporalidad, la respiración, la emoción y la energía vital, es decir, hablar desde el cuerpo.
- Transformar nuestros diálogos internos disfuncionales (autocríticas exageradas, juicios disfuncionales, auto-descalificación y toda forma de maltrato interno) y desarrollar modalidades de comunicación intrapersonal que generen estados internos de equilibrio, armonía y salud psicofísica.
- Comprender y desarticular todas las formas de manipulación verbal que caracterizan la forma de comunicación entre las personas no integradas, afectando sensiblemente la capacidad de encuentro interpersonal y efectividad en las tareas compartidas.
- Cultivar el lenguaje franco, asentado en el contacto con la propia emocionalidad y la confianza en uno mismo, favoreciendo las formas de comunicación auténticas, que propician el encuentro humano y el desarrollo de organizaciones efectivas.
- A partir de la comprensión de que nuestro lenguaje crea mundos, detectar, entender y deconstruir los sistemas de interpretaciones, juicios y creencias disfuncionales que restringen nuestras posibilidades de desarrollo y nos cierran caminos de acción efectiva y transformadora.

---

<sup>15</sup> Las investigaciones de Sheldrake, han demostrado que los animales y las plantas son los seres más sensibles a este tipo de información-energía que se transmite entre los seres vivos y que a los seres humanos nos afecta profundamente, sin que por lo general tomemos consciencia de ello, lo que constituye otra consecuencia de la disociación de nuestra sensibilidad que planteaba más arriba.

- Fortalecer los sistemas de interpretaciones, juicios y creencias motivantes y expansivos, que abren nuevas vías de acción y viabilizan el pleno desarrollo de las personas y los grupos humanos.

La Lingüística Primordial permite revisar la forma en que a través de la palabra construimos nuestras interpretaciones, juicios y creencias, a fin de trascender nuestros mapas disfuncionales y restrictivos, fortaleciendo los que liberan nuestra creatividad, productividad y capacidad de encuentro y realización. Las técnicas lingüísticas de la comunicación primordial permiten una comprensión muy sutil y acabada de la manera en que hablamos y, por lo tanto, pensamos. Cuenta con herramientas que permiten detectar con sencillez el lenguaje disfuncional, manipulador y limitante, favoreciendo una comunicación fluida y espontánea.

Simultáneamente, en un nivel mucho más profundo aún, el abordaje corporal-energético (que describiremos más adelante) brinda la posibilidad de acceder a las estructuras físicas que condicionan nuestra percepción emocional de la realidad, nuestros estados de ánimo y nuestro ser-en-el-mundo. De este modo, no sólo podemos trascender nuestros patrones emocionales limitantes, sino al mismo tiempo liberar nuestras potencialidades psicogenéticas y trascendentes, redescubriendo nuestra naturaleza original y aquello que constituye el poder fundamental de nuestro ser único e irrepetible.

Al integrar el lenguaje verbal con la comunicación corporal, vamos permitiendo que nuestra palabra encarne lo más profundo de nuestro sentir. Nuestro lenguaje se vuelve auténtico, real, encarnado en la profundidad del ser. Cuando la palabra y la corporalidad se integran y armonizan, nuestra manera de comunicarnos se torna consistente, profunda y nuestra llegada a los otros se hace mucho más auténtica, veraz y poderosa.

Un lenguaje claro, asentado en una respiración profunda, en una gestualidad armónica y consciente, en posturas firmes y gráciles, en una tonalidad de voz que suena desde la hondura del organismo, sin tensiones ni bloqueos en nuestra garganta, le brinda a nuestra expresividad un poder extraordinario. Nuestra capacidad de llegar a los otros se hace verificable, lo que aumenta nuestra efectividad, nuestra capacidad de alcanzar logros individuales y grupales y, sobre todo, la calidad de nuestras relaciones interpersonales.

Simultáneamente, la estabilidad emocional que brinda el trabajo corporal energético integrado al lenguaje, nos permite desplegar plenamente nuestra capacidad de escucha, apertura y contacto con las otras personas. Cuando la palabra y el cuerpo están armónicamente integrados, nos sentimos ubicados en un lugar completamente distinto, desde donde se asientan la autoestima y la confianza en nosotros mismos, imprescindibles para estar disponibles para otros.

Las técnicas lingüísticas primordiales nos permiten detectar con mucha mayor facilidad las contradicciones, incoherencias e inautenticidades en nuestro propio lenguaje y en el lenguaje de los demás. Nuestro propio trabajo personal nos brinda serenidad, centramiento, equilibrio interior.

Cuando ambas dimensiones se integran, nos convertimos en personas que podemos escuchar a nuestros semejantes desde un silencio interior, desde una apertura que los demás perciben como algo sumamente valioso. Nuestras relaciones interpersonales comienzan entonces a cambiar en una dirección muy positiva.

El Enfoque Primordial es Interaccional, pues considera que la realidad humana es una co-construcción que se produce en la interacción. Por ello ubica a la capacidad de relacionarnos, así como de formar parte de equipos y comunidades, en el centro de todo proceso de desarrollo personal, interpersonal y organizacional

Esta metodología integral nos permite acceder a ese, hasta ahora, misterioso “don” de la “*presencia*”. Esta elusiva cualidad, tan nombrada pero muy poco explicada en su estructura profunda, y por lo tanto generalmente inaccesible, se convierte, a través de la práctica del Coaching, la Danza Primal y la Psicoterapia Primordial, en un atributo que podemos cultivar de un modo empírico y sistemático. Comprendemos entonces que la presencia no es un misterio, un atributo místico o esotérico, sino el resultado concreto de habitar con consciencia nuestro cuerpo vivo, sensible, conectado con el aquí y ahora, y, sobre todo, con los demás.

La forma en que podemos cultivar esta capacidad fundamental quedará mucho más clara en la sección siguiente.

## Movimiento Primordial

El abordaje corporal-energético-emocional que describíamos más arriba se realiza mediante una metodología que hemos denominado **Movimiento Primordial**.

Su práctica no requiere de destrezas especiales; por el contrario, **se asienta en el despliegue de movimientos simples, naturales, originales, que por diversos motivos se van atrofiando en nuestra vida**. Por ello su práctica está al alcance, incluso, de niños, personas de edad avanzada o con capacidades especiales.



**Nuestro organismo está colmado de información universal.** Millones de años de evolución se sintetizan en cada ser humano, conjugando una sabiduría extraordinaria. Y está aquí, a nuestra disposición. Emergimos de este planeta como las manzanas emergen del manzano, como las montañas se elevan desde las honduras de la Madre Tierra, como las olas se alzan desde las profundidades de las corrientes marinas.

Surgimos de una tierra que se formó por la condensación de gases que provenían de explosiones solares. Es decir que estamos hechos de energía solar; somos seres cósmicos por naturaleza. Somos hijos de la luz. Y ésta no es una frase poética sino una verdad literal. Ésta es nuestra identidad, tal como lo afirma la

ciencia moderna. Y curiosamente, es lo mismo que nos repiten las tradiciones espirituales de oriente y occidente desde hace milenios.

**Movimiento Primordial** es una respuesta al desafío de estos tiempos, mediante un sistema de crecimiento y sanación personal e interpersonal, basado en **la recuperación de esta información cósmica que todos albergamos**, en la forma de posturas, gestos, movimientos, sonidos, patrones respiratorios y pautas de interacción ancestrales, primigenias y universales; de ahí su nombre.

Los **movimientos primordiales**, estimulados por la música étnica, por la interacción con los compañeros y compañeras, y guiados por el cuidado de profesionales especializados en esta disciplina, van activando nuestra **memoria molecular**, que en muchos casos duerme olvidada en la profundidad de nuestro cuerpo. Al mismo tiempo, van removiendo los bloqueos que nos han hecho

perder la memoria de nuestra sabiduría ancestral. Entonces comenzamos a recordar nuestros orígenes, nuestra naturaleza primal, nuestra identidad cósmica.

El Movimiento Primordial nos ayuda a recordar lo que la educación y socialización represiva y disfuncional nos han hecho olvidar.

**La práctica de Movimiento Primordial nos va liberando sutilmente de todos los elementos artificiales, ideológicos, dogmáticos y por lo tanto neuróticos de nuestra personalidad, permitiendo que nuestra identidad se vaya asentando cada vez más en nuestra realidad interior, en nuestra naturaleza vital, nuestro origen universal, o lo que hemos denominado nuestro Núcleo Primordial.** Esto no resuelve mágicamente todos los problemas de nuestra vida, pero nos permite pararnos desde un lugar donde el panorama completo de la existencia se transforma radicalmente, y donde las potencias del universo, que todos encarnamos, vuelven a estar a nuestra disposición.

## Metodología del Movimiento Primordial

**La práctica de Movimiento Primordial se basa en la reivindicación de movimientos arquetípicos o “primales” que movilizan cada segmento del cuerpo con posturas, movimientos, respiraciones, gestos, sonidos, imágenes y ejercicios de interacción específicos, individuales, en parejas o en grupos.**

Estos movimientos primordiales activan y armonizan lo que el Yoga denomina chakras, uno por uno y en su conjunto. Los chakras son centros desde los cuales fluye la energía vital del cuerpo-mente. Esta concepción milenaria del organismo humano como sistema energético, tiene fundamentos científicos que sostienen los resultados verificables que se obtienen con su práctica. Occidente ha comprobado con asombro que los chakras coinciden con la presencia de plexos nerviosos que inervan cada porción del cuerpo, glándulas de secreción interna y un conjunto de órganos, músculos, articulaciones y huesos. Por su parte la Física Moderna, al plantear la equivalencia entre materia y energía, demostrando que todo es energía vibratoria en movimiento, se ha acercado asombrosamente a esta sabiduría, que cuenta con más de tres mil años de antigüedad. La aplicación práctica de las medicinas energéticas orientales brinda evidencias irrefutables de la realidad energética del organismo humano. Que mediante la aplicación de la acupuntura se puedan realizar intervenciones quirúrgicas a tórax o cráneo abierto, sin el uso de ningún tipo de anestésicos químicos, se pueda hacer dormir a una persona en el acto o se pueda hacer girar a un feto para que se ubique correctamente en el canal de parto, son sólo algunos de los tantos ejemplos de la efectividad práctica de estas concepciones.

Los antiguos yoguis aplicaban esta concepción del organismo humano, que hoy llamaríamos cuántica, al cuidado de la salud. Consideraban, como la física moderna, que todo lo material es energía vibratoria, y a partir de allí concebían al cuerpo humano como una materialización de la energía universal. Por ello, afirmaban que el estado mental del individuo influye sobre la forma en que esta energía se organiza, fluye o se estanca. Es decir, que se adelantaron en miles de años a la

medicina psicosomática y a la hoy reconocida psico-neuro-inmuno-endocrinología. Esta concepción integral del organismo, que a la medicina occidental le llevó siglos comprender, era plenamente aceptada e instrumentada en oriente hace ya miles de años.

Lo que la moderna psico-neuro-inmuno-endocrinología está afirmando con tanta convicción en nuestros días, es decir, la íntima relación entre la mente y los sistemas nervioso, inmunológico y endocrino, los yoguis comenzaron a afirmarlo y a trabajarlo empíricamente hace milenios.

Podríamos decir que los chakras y nadis constituyen el puente entre el cuerpo y la mente, lo que denominaríamos el eslabón perdido entre la neurofisiología y la psicología. Mientras los chakras son el equivalente energético a lo que en neurología se denominan plexos neurovegetativos, los nadis (o “canales” de energía) serían el equivalente a los nervios (lo que no significa que sean lo mismo). Un plexo constituye una central nerviosa, es decir, un lugar en el que confluye y desde el cual se distribuye una enorme cantidad de nervios. El equivalente a estas centrales nerviosas a nivel energético lo constituyen los chakras. Dados sus asombrosos resultados prácticos, las disciplinas energéticas orientales (como la acupuntura y el yoga) han despertado un enorme interés en los científicos occidentales, que han procurado dilucidar la naturaleza de los chakras y de la energía que según los yoguis circula por ellos. Muchos de estos científicos han intentado asimilar el sistema de los chakras al sistema nervioso, considerando que en realidad son lo mismo. No compartimos esta mirada. Un ejemplo práctico puede ayudarnos a establecer la diferencia que existe entre ambos. Si observamos un automóvil moderno, veremos que está dotado de un complejo sistema eléctrico, y otro más complejo aún, de carácter electrónico, siendo el segundo bastante más sofisticado que el primero. Ambos están dotados de un cableado que recorre todo el vehículo y, especialmente el segundo, de diversos microprocesadores, es decir, de centros informáticos que organizan y distribuyen la información. Estos cables y chips no son lo mismo que la energía que circula por ellos. Los cables de energía eléctrica no son energía eléctrica, simplemente la conducen. A su vez esta energía crea a su alrededor campos magnéticos, los cuales están íntimamente vinculados al cableado y a los centros informáticos ya mencionados, pero tampoco son lo mismo. Pese a ser muy limitado, pues involucra otro campo de la realidad, este ejemplo puede ayudarnos a imaginar la relación existente entre el sistema de los chakras y los nadis y el sistema nervioso. Por supuesto que es sólo una metáfora ilustrativa, puesto que en el sistema del yoga estamos hablando de bioenergía y conciencia, no de energía eléctrica generada por máquinas inconscientes.

Los ejercicios respiratorios, movimientos y posturas del yoga, activan glándulas, cuyas secreciones producen cambios a nivel cerebral y por lo tanto mental. Es decir que estamos ante un sofisticado y empírico sistema psicofísico, probado durante decenas de siglos, que permite generar estados mentales a voluntad. Por otra parte, este modelo nos permite vincular determinadas emociones y capacidades humanas con partes específicas del organismo, con movimientos y con formas de respiración. Esto nos brinda la posibilidad de trabajar sobre esas partes del cuerpo a fin de estimular o inhibir estados psicológicos y comportamientos deseados o no deseados.

¿Significa entonces que Movimiento Primordial es lo mismo que yoga?

Cada centro de energía comprende un conjunto de funciones y potencialidades biológicas, psicológicas, sociales y trascendentes. El conjunto de chakras y nadis nos brinda un excelente mapa energético del organismo humano. Pero a partir de este sofisticado mapa, la metodología de Movimiento Primordial instrumenta distintos recursos y apunta a objetivos diferentes a los del yoga, pero por supuesto absolutamente compatibles.

En primer lugar, Interacciones Primordiales es el resultado de la integración de la psicología moderna con las medicinas orientales ancestrales. A partir de aquí, al mapa energético que nos brindan el yoga y la acupuntura, hemos incorporado el modelo de las siete capacidades básicas, sus polaridades funcionales y sus disfunciones<sup>16</sup>, cuyo descubrimiento y sistematización provienen de nuestra práctica clínica<sup>17</sup>. De este modo, al integrar un mapa energético con un mapa psicológico, podemos instrumentar el trabajo corporal para explorar y resolver situaciones emocionales que no están en la órbita de una clase de yoga. Si, por ejemplo, un estudiante entra en una crisis de llanto durante una práctica de yoga, lo más probable es que quien esté a cargo de la clase simplemente espere a que se le pase, pues no es el objetivo del yoga explorar esa experiencia y buscar la resolución de los motivos emocionales que la han provocado, lo cual es correcto, pues cada disciplina tiene sus propios objetivos específicos. Muy por el contrario, un psicoterapeuta primordial utilizará todos los recursos de esta metodología para profundizar, comprender y resolver esa emocionalidad que ha quedado congelada en el cuerpo sin poder expresarse; y al mismo tiempo utilizará todos los recursos lingüísticos necesarios para que esa experiencia sea integrada en el proceso de crecimiento de la persona. Como ya hemos visto, luego la Meditación Primordial permitirá una integración de esta experiencia a un nivel superior.

Del mismo modo, la metodología del Movimiento Primordial involucra muchos recursos que la diferencian del yoga. Su probada eficacia para activar y armonizar estas energías, trabajando sobre estos centros y sus funciones, se basa en la integración de la música, el movimiento, la imaginación, la respiración, la liberación de la voz y, sobre todo, la interacción vivencial con el resto del grupo, seguida posteriormente de la integración lingüístico-cognitiva (Lingüística Primordial) y contemplativa (Meditación Primordial).

## Nuestra corporalidad crea mundos

Decíamos que la posmodernidad nos había mostrado que el lenguaje no sólo describe mundos, sino que también los crea. Hoy podemos afirmar que, en un nivel mucho más profundo, el cuerpo también crea mundos. Como ya hemos visto, nuestra forma de movernos, nuestra gestualidad, nuestra respiración y el tipo de energía que proyectamos, crea el mundo a nuestro alrededor, pues influye en los estados emocionales de las personas que nos rodean. La práctica del Movimiento Primordial permite que esta creación del mundo a nuestro alrededor se realice de forma consciente y voluntaria.

---

<sup>16</sup> Para una descripción más detallada, consultar “El Vínculo Primordial”, Op. Cit.

<sup>17</sup> La figura del Mandala del Sí mismo representa gráficamente esta integración.

## Los objetivos del Movimiento Primordial

Más que objetivos a alcanzar, Movimiento Primordial posibilita el despliegue de cualidades naturales que todos poseemos y en muchos casos hemos olvidado. Este despliegue tiene varios niveles.

**En el plano psico-físico** posibilita el enraizamiento, el contacto con la realidad, el descubrimiento de nuestra identidad básica, genética, biológica y la capacidad de discriminar y poner límites, externos e internos. Estimula además la vitalidad y la salud del organismo.

**En el plano emotivo** ayuda a resolver bloqueos de la expresividad y trastornos en la modulación de la agresividad, la tristeza, la sexualidad, la alimentación y el stress.

**En el nivel afectivo** el Movimiento Primordial permite la reconexión con las necesidades naturales de encuentro, intimidad, ternura, comunicación e intercambio de cuidados.

**En el plano mental** estimula enormemente la creatividad y la inteligencia para vivir en plenitud.

**En la dimensión espiritual**, las posturas, gestos, sonidos y movimientos primordiales nos reconectan con nuestra naturaleza cósmica, con nuestro origen universal, permitiéndonos volver a movernos en armonía con la vida, a conectarnos con el juego cósmico, a recuperar la Danza Universal, de la que siempre somos parte, aunque no lo recordemos y nos perdamos el éxtasis de fluir con ella.



## Lingüística y Movimiento Primordial

Veamos entonces cómo se relacionan en la práctica Lingüística y Movimiento Primordial.

Lo primero que es preciso considerar para comprender esta relación es que el Movimiento Primordial no constituye una práctica corporal que puede utilizarse como “complemento” del Coaching o la Psicoterapia verbales. No estamos hablando aquí de dos metodologías, que provienen de dos teorías distintas y que es bueno juntar para que cada una aporte sus propios beneficios. Muy por el contrario, esta forma de trabajo constituye una integración que nace en la teoría y se consume en la aplicación práctica de ambos métodos en forma sistémica.

Cuando un coach o psicoterapeuta ha desarrollado sus habilidades lingüísticas y las ha podido integrar a su práctica corporal energética, ambas confluyen en una nueva capacidad de percepción de sus consultantes, coachees<sup>18</sup>, clientes o pacientes, según cada profesión. Sólo cuando el Movimiento Primordial está integrado en la propia corporalidad, podemos comenzar a percibir de qué manera el lenguaje funciona como un medio para la expresión del ser y la creación de entornos enriquecedores o, por el contrario, si está operando como una manera de ocultamiento, de defensa y llevando a una existencia inauténtica e insatisfactoria.



La práctica de Movimiento Primordial nos lleva a un profundo contacto con nuestra corporalidad, y esto agudiza nuestra capacidad para percibir si los movimientos de las otras personas conllevan un flujo natural de sus energías, y por lo tanto de sus emociones latentes, o si por el contrario éstas están bloqueadas. En la absoluta mayoría de los casos, el bloqueo de la energía está vinculado a una disociación del cuerpo, a una falta de conocimiento de la manera en que podemos expresar nuestros sentimientos y emociones corporalmente. Al ocurrir esto el lenguaje comienza a hipertrofiarse, a desarrollarse de una manera exagerada, pues es usado como una forma manipulativa de ocultar la propia emocionalidad.

Cuanto mayores sean las capacidades lingüísticas de una persona disociada de su cuerpo, mayor puede ser su capacidad para manipular y ocultar su propia emocionalidad, lo que termina llevando a una existencia profundamente frustrante, puesto que no hay manera, a través del mero lenguaje

---

<sup>18</sup> Coachee: persona que recibe los servicios de coaching, a diferencia del paciente, que es quien recibe los beneficios de una psicoterapia.

verbal, de recuperar la vitalidad, la energía vibrante que caracteriza a las personas integradas a su propio cuerpo. En pocas palabras, el lenguaje disociado se convierte en un elemento fundamental en la constitución y sostenimiento de “la sombra”, como la concebía Jung, es decir, de todo lo rechazado, negado y escindido en nosotros mismos.

Una vida sana y plena requiere necesariamente del desarrollo de la capacidad de percibir las propias emociones, saber distinguir unas de otras y encontrar la forma de expresarlas en armonía con el medio ambiente físico y social. A esta capacidad la denominamos **modulación emocional** y, como ya hemos visto, consiste en el arte de equilibrar la consciencia y expresividad de las emociones sin perdernos en ellas y sin tampoco disociarlas, reprimirlas o negarlas. El puro lenguaje nunca es suficiente para este complejo aprendizaje, que debería comenzar en la infancia pero que, lamentablemente, pocas veces lo hace. El desarrollo de la **inteligencia emocional y relacional** constituye una responsabilidad que, por lo general, no es asumida ni por la familia ni por la escuela. Es más, las personas disociadas, que temen a su propia emocionalidad y la de los otros, descalifican y combaten la educación emocional. Cuando estas personas ocupan cargos directivos en instituciones educativas o gubernamentales, las consecuencias son lamentables. Esto produce un bache en nuestra formación que es llevado a todos los aspectos de la vida, tanto íntima como profesional. Como hemos visto, la cultura patriarcal, con su énfasis en el intelectualismo, ha privilegiado la inteligencia analítica y menospreciado la inteligencia emocional. Es tiempo de que corrijamos este grave error cultural.

Los ejercicios de Movimiento Primordial y Danza Primal<sup>19</sup>, pueden integrarse durante la sesión de coaching o psicoterapia a las intervenciones lingüísticas, lo que hace de éstas un espacio de profundo autoconocimiento y transformación personal, e incluso organizacional, pues de hecho pueden ser aplicados en grupos. Contando con el acompañamiento de un profesional bien entrenado, con la sensibilidad necesaria para percibir los bloqueos energéticos ocultos tras el lenguaje puramente verbal, la inteligencia emocional comienza a desarrollarse de manera natural y fluida. De este modo podemos comenzar a superar la disociación pandémica de nuestra cultura.

La sensibilidad afinada, requisito fundamental en un coach profesional, un counselor o un psicoterapeuta, sólo puede desarrollarse mediante la aplicación de estos métodos en su propia persona, no sólo como profesional.

**Movimiento Primordial y Danza Primal aportan el entrenamiento y las herramientas necesarias para que el coach o el psicoterapeuta conozcan su propia corporalidad y emocionalidad, para desde allí poder percibir, en presencia y por resonancia, el flujo o los bloqueos de energía en la corporalidad de sus coachees o pacientes. No hay otra forma de alcanzar la maestría en este método que comenzar trabajando en uno mismo.**

Por su parte, los principios de la Lingüística Primordial, le permiten ir deconstruyendo los patrones de pensamiento disfuncionales y articulando lenguaje y cuerpo, a fin de lograr que la palabra organice y

---

<sup>19</sup> El Manual de Ejercicios de Movimiento Primordial y Danza Primal cuenta con más de seiscientos ejercicios sistemáticamente ordenados y descritos para su aplicación práctica por profesionales certificados.

expresarse auténticamente el estado interior del coachee o paciente y le permita descubrir todas las posibilidades que cada situación le ofrece.

Vemos entonces que la integración de Lingüística y Movimiento Primordial brinda al coach o psicoterapeuta un doble aporte:

1. En primer lugar, amplía y profundiza su mirada, al permitirle percibir, desde una sensibilidad expandida, la corporalidad del consultante, integrada o disociada de su lenguaje verbal.
2. Y en segundo lugar, le brinda una metodología que cuenta con ejercicios específicos para trascender esta disociación y colaborar en la integración psicofísica y emocional del consultante.

Lenguaje verbal, corporalidad, emocionalidad y energía confluyen, entonces, en una unidad de comprensión e intervención en la práctica del Coaching y la Psicoterapia, que adquieren entonces una nueva dimensión en cuanto a su poder de transformación.

Como veremos a continuación, la Meditación Primordial viene a completar este enfoque, brindando la posibilidad de encontrar quietamiento, equilibrio, estabilidad psicofísica y experiencia de unidad frente a todos los desafíos de la vida contemporánea.

# Meditación Primordial

## El arte del centramiento, el equilibrio interior y la unidad

La Meditación es el arte de descansar en la profundidad de nuestro Ser, es decir, en esa dimensión de nuestro interior en la que sentimos que no hay nada que hacer, nada que buscar, que alcanzar ni que cambiar, sólo fluir en el espacio infinito de la Conciencia. No se trata de control mental ni de ninguna forma de esfuerzo. Es tomar contacto con el estado natural de la mente, el Ser Original, La Fuente, La Gracia, la Presencia, y reposar en esa quietud y silencio donde nada nos apura ni aflige. En medio de todos los trajines y esfuerzos que marcan nuestra vida contemporánea, encontrar un espacio para la quietud y el silencio no es sólo una bendición para el alma, sino una fuente de salud de importancia fundamental para nuestro organismo.

La Meditación no es una tarea, ni un sacrificio, ni un esfuerzo. Realizada con la actitud correcta (no persiguiendo fines de maestría mental, viajes místicos ni control del pensamiento) es la actividad más relajante y gozosa del día.



Meditar consiste en descansar en la misma dimensión de la que hemos huido toda la vida: la profundidad abismal del momento presente, lo que llamo “la magia del instante”.

Las técnicas de Meditación Primordial no incluyen conceptos religiosos ni creencias de ninguna naturaleza. Son prescindentes y a la vez compatibles con cualquier sistema religioso o de creencias, pues están diseñadas sólo para brindarnos una experiencia directa y vivencial de nuestra pertenencia a la totalidad del

Universo. Esto es lo que permite sanar desde su raíz la profunda sensación de alienación y vacío, que en los tiempos que corren, como ya hemos visto, nos amenaza permanentemente.

Se basa en ejercicios psicofísicos que nos permiten recuperar el contacto con las dimensiones profundas, energéticas, del propio organismo, donde se encuentran las raíces que nos conectan con la totalidad de la vida. Los ejercicios respiratorios y los estados meditativos influyen directamente en nuestra química interior, y más aún en la intimidad vibracional de nuestras moléculas, produciendo efectos inmediatos de armonización y por lo tanto de sanación. Desde el punto de vista energético, la meditación produce un estado cerebral característico de los procesos intuitivos y de percepción

interna, comprobable en el electroencefalograma, que favorecen los procesos de regeneración celular, sanación, lucidez mental y creatividad. Es por lo tanto una gran aliada en el cuidado de la salud psicofísica y relacional.

## Meditación y Salud

**Ya hemos señalado que numerosas investigaciones han demostrado la íntima relación entre nuestro lenguaje interno e interpersonal y nuestra salud física, mental y vincular.** Las palabras, y por ende las creencias, juicios y modelos mentales con los cuales nos hablamos a nosotros mismos (en esto consiste el pensamiento) y a los demás, afectan directamente la química y la estructura misma de nuestras células, que responden a estos estímulos con salud o enfermedad.

Del mismo modo, como vimos, nuestra corporalidad, nuestro estado neuroquímico-emocional, determina nuestro lenguaje, juicios y creencias, todo lo cual se revierte en nuestros vínculos, profesiones y organizaciones.

El Coaching, la Psicoterapia Primordial y la Danza Primal trabajan desde la misma mirada que la Psico-Neuro-Inmuno-Endocrinología, pero con aplicaciones de otro alcance. Permiten operar directamente sobre la relación entre nuestros diálogos internos e interpersonales y nuestra química interna, influyendo sobre la forma en que la palabra determina los estados corporales-emocionales, los vínculos y viceversa. Como ya he señalado, actúa sobre el núcleo bio-psico-lingüístico que determina nuestra salud físico-emocional y la de nuestras relaciones interpersonales. Aprendiendo a instrumentar el feed-back mente-cuerpo favorablemente, desarrollamos el poder de crear salud bio-psico-emocional.

## La Meditación y la búsqueda del sentido

Mucho más allá de estos beneficios psicofísicos, la Meditación Primordial aporta a los procesos de desarrollo personal la posibilidad de contemplar el significado profundo de los avatares de nuestra existencia.

Los procesos de transformación no pueden asentarse únicamente en la búsqueda de las causas que generan nuestros bloqueos mentales y cognitivos o en los objetivos prácticos que buscamos. Como hemos visto, es preciso complementar este enfoque centrado en el tiempo de Kronos (causal-lineal)

con un enfoque centrado en los tiempos de Kairós y Aión o, según la mirada Jungiana, del tiempo sincrónico, donde las relaciones no están basadas en términos de causa y efecto sino de sentidos.

Desde la mirada causal procuramos encontrar en el pasado las razones que afectan a nuestro presente, el porqué, el origen de nuestras disfunciones o síntomas. Desde la mirada de Kairós y Aión procuramos entender el para qué, el significado, el sentido de los sucesos de nuestra vida en el devenir del alma.

Para enfrentar la pregunta por el sentido, un acompañamiento profesional no directivo, no invasivo, similar a la mayéutica de Sócrates, que estimula la propia observación y sirve de espejo a los propios procesos internos, es fundamental; sin embargo, es la práctica de la meditación la que lleva el autoconocimiento a los niveles más profundos.

**Así como la Lingüística Primordial desarrolla nuestra inteligencia existencial, y el Movimiento Primordial activa nuestra inteligencia emocional, la Meditación Primordial despierta nuestra inteligencia espiritual.**

## Práctica del Coaching, la Psicoterapia Primordial y la Danza Primal

Como vimos al comienzo, los tres métodos que hemos descrito hasta aquí, son llevados a la práctica mediante tres disciplinas, a las que hemos diferenciado para aclarar los ámbitos en los que pueden llevarse a cabo.

Desde el momento en que tanto el Coaching y la Psicoterapia como la Danza Primal, integran estas tres metodologías, no es sencillo aclarar sus diferencias en la teoría, pero sí en la práctica.

Una de las formas más simples de distinguirlas, consistiría en observar en primer lugar los distintos espacios en que se practican, y luego, cuáles de estos métodos se utilizan en mayor grado en cada una de estas disciplinas, aclarando enfáticamente que siempre se utilizan los tres.

Tanto el Coaching como la Psicoterapia Primordial pueden ser instrumentados en sesiones individuales, en parejas o en grupos; mientras que la Danza Primal se practica siempre en grupos, preferentemente numerosos y variados.

Tanto en las sesiones de Coaching como de Psicoterapia Primordial se recurre a las técnicas de Movimiento Primordial. En todo proceso primordial es fundamental la lectura corporal del consultante, seguida del trabajo corporal, que constituye el fundamento desde el cual se pueden transformar sistemas de interpretaciones, juicios y creencias, los que siempre están asentados en emociones. Sin embargo, el ámbito en el cual se realiza este trabajo corporal está fundado en un proceso conversacional, dentro del cual, se recurre en forma sistemática a las técnicas basadas en posturas, gestos, patrones respiratorios y sonidos característicos de las técnicas de Movimiento Primordial.

En un taller de Danza Primal, por el contrario, el trabajo está fundado en un abordaje interactivo, preferentemente corporal-emocional-energético, donde las técnicas de Movimiento Primordial caracterizan todo el proceso, pero dentro del cual también se realizan intervenciones lingüísticas.

A su vez, estas tres disciplinas procuran cultivar en sus practicantes una actitud contemplativa hacia sus propios procesos internos y hacia su realidad existencial. Existen técnicas específicas que permiten, durante las sesiones de Coaching o Psicoterapia Primordial, acceder a formas de auto observación que poseen rasgos claramente meditativos. Por su parte, en los talleres de Danza Primal, no sólo cuando se trabajan los chakras superiores, sino desde el mismo comienzo de la práctica, se invita a los participantes a desarrollar espacios de silencio, quietud y serenidad interiores, desde los cuales desplegar una nueva mirada acerca de sí mismos y de su mundo.

Vemos entonces que la diferencia entre las tres disciplinas, está dada por el énfasis que se le brinda a cada uno de los tres métodos del Modelo Primordial, en los distintos momentos de los procesos de autoconocimiento, crecimiento personal y sanación, pero en todos los casos se instrumentan los tres. Por sus características especiales, dedicaremos ahora un espacio a una de estas tres disciplinas, la Danza Primal.

## Danza Primal

La Danza Primal, al igual que el Coaching y la Psicoterapia Primordial, integra el trabajo corporal, lingüístico y contemplativo, pero lo hace en un marco caracterizado por la interacción grupal, el trabajo vivencial, y recurriendo a la música como agente catalizador. Permite el acceso a las mayores honduras de nuestra identidad, lo que se alcanza no en un mero plano conceptual sino en un nivel molecular. **La transformación en lo que realmente somos ocurre desde adentro hacia fuera.** La Danza Primal reactiva nuestra verdadera creatividad, más allá de los condicionamientos, los estereotipos y los mecanismos asimilados en nuestra infancia.

Por su metodología, sus objetivos y la posibilidad de ser aplicada en grupos, la consideramos un **Coaching Grupal-Corporal-Energético.**

**Danza Primal no es un baile. No consiste en coreografías ni movimiento complicados.** Su práctica nos permite recuperar nuestros movimientos naturales, emocionales, espontáneos, por lo que puede ser practicada por todo tipo de personas, aun aquéllas con limitaciones físicas. Utilizamos la palabra danza en un sentido metafórico, evocando la danza del Cosmos en una concepción dinámica y creativa de la vida, entendida como un arte.

La música cumple la función de activar y ayudarnos a soltar nuestra motricidad, liberando la expresividad. No se trata en absoluto de bailar sino de movernos con libertad.

El trabajo lingüístico en Danza Primal se incorpora desde el momento en que todo taller de esta disciplina, se desarrolla a través de una narrativa que quien está a cargo, va desplegando a lo largo del mismo.

En primer lugar, este relato va hilvanando los ejercicios, evocando temas arquetípicos, dándole un sentido a la totalidad del taller. Al mismo tiempo, invita permanentemente a los practicantes a profundizar el contacto con su propio cuerpo, sus emociones y sus energías sutiles. De este modo se alcanza el objetivo más importante de la Lingüística Primordial, es decir, pasar del lenguaje disociado, puramente mental y carente de energía, presencia y emocionalidad, a un lenguaje sentido, encarnado, vital, auténtico, franco y transparente. La práctica de la Danza Primal nos permite comprender en toda su dimensión lo que queremos transmitir cuando nos referimos a “hablar desde

el cuerpo". Ésta es la única forma de alcanzar esa, hasta ahora, misteriosa cualidad de la **presencia**. Habitar la presencia es hablar desde una respiración profunda y desde un cuerpo liberado y espontáneo que expresa sus emociones, sentimientos y afectos. Hablar desde el cuerpo es recuperar la honestidad en las comunicaciones interpersonales; es pasar del parloteo incesante e inconducente, que muchas veces no tiene otro objetivo que ocultar lo que realmente sentimos, a un lenguaje austero, pero profundamente cargado de contenidos.

En las etapas avanzadas de la práctica, la Danza Primal es una verdadera meditación, en la que terminamos experimentando vivencialmente la disolución de la dualidad música / practicante. Llega un momento en que dejamos de oír la música como algo ajeno y comprendemos que ella y nosotros somos en esencia lo mismo: vibración universal manifestada. En ese momento, la música comienza a sonar en nuestro interior y nosotros en ella, como un diapasón. Entonces la música nos danza, somos su instrumento. Entonces, la alegría de vivir, el éxtasis, son la consecuencia natural. En esa instancia la Danza Primal incorpora los principios de la Meditación Primordial y se convierte en una disciplina auténticamente integral.

En ese instante milagroso somos tierra, fuego, aire, agua, vegetal, animal y humano. Nos recorre la lava de los volcanes, la sal de los mares, la savia de la jungla. Recuperamos la memoria de nuestro origen universal, volvemos a sentirnos parte de un movimiento evolutivo de millones de años. Desde este lugar, nuestros problemas cotidianos adquieren su verdadera perspectiva y el poder del universo está en nuestras manos para transformar nuestra vida. Y no desde una teoría, creencia o dogma, sino desde la vivencia inmediata, íntima e incuestionable de nuestras raíces cósmicas.



## Orígenes de la Danza Primal

Danza Primal es una disciplina que nos permite acceder en forma sistemática, natural y sin riesgos, a estados de expansión de la conciencia, para permanecer allí en la vida cotidiana. Por lo tanto, sus fundamentos se asientan tanto en la psicología y las terapias corporales-energéticas modernas, como en las antiguas tradiciones espirituales de la humanidad, tanto occidentales como orientales. Desde las danzas sufís hasta Nataraj (la danza de Shiva); desde los villancicos navideños hasta los bailes precolombinos; desde la música sacra occidental hasta los cantos chamánicos, la música y el movimiento han estado presentes en todas las culturas a la hora de elevar el espíritu y conectarnos con la alegría de vivir.

**Estas raíces ancestrales recorren el interior de la Danza Primal y se despliegan en todos aquellos que la practican. Sin embargo, sus orígenes se remontan aún más atrás en el tiempo y más**

**profundo en el espacio, hasta las dimensiones vibracionales del universo, hasta el sonido primordial, el Om, la música del Cosmos.**

Honrando sus orígenes, Danza Primal es celebración, júbilo, encuentro, magia y calidez humana, porque consiste en un retorno a casa, a la Fuente, al origen de todo lo que existe. Sólo allí podemos sanarnos, renovarnos, renacer. Sólo en este encuentro la existencia nos revela su profundo y siempre misterioso sentido; sólo entonces podemos ser lo que verdaderamente somos.

Danza Primal es una invitación a la alegría del redescubrimiento de nuestra propia vitalidad, de la ternura, de nuestro poder universal, de nuestra auténtica humanidad, expresada libremente en cuerpos vivos, radiantes, renacidos (sin importar nuestra edad o estado físico) y en corazones jubilosos de celebrar la magia del encuentro humano, con nuestros semejantes y con la totalidad de la vida.

## Consideraciones finales

### Interacciones Primordiales y Vida Personal

Coaches, psicoterapeutas primordiales y docentes de Danza Primal ponen en el centro de su dedicación los temas fundamentales, existenciales, medulares, y a partir de allí generan procesos de transformación que decantan sobre todos los desafíos prácticos y concretos de la vida cotidiana.

En el centro de la aplicación práctica del Modelo Interacciones Primordiales está la búsqueda de sanación de las relaciones interpersonales, mediante el reconocimiento y expresión del carácter sagrado que subyace a todo tipo de encuentro humano. Nuestra vida transcurre siempre e inexorablemente en interacción, es un entramado de relaciones y vínculos de todo tipo. Cuando nuestra vida de relación está en armonía, cuando nuestros vínculos son satisfactorios, cuando el amor es honrado en cada simple acto, nuestra vida personal crece en todas sus dimensiones.

### Interacciones Primordiales, Organizaciones y Liderazgo

Este modelo procura despertar un nuevo estilo de liderazgo, gerenciamiento y conducción sobre la propia vida, que luego se traslada al ámbito laboral o profesional.

Concibe las organizaciones como sistemas humanos orientados a la realización, en los que debe honrarse la búsqueda de la efectividad y el éxito, sin por eso perder de vista que una organización sana se constituye, simultáneamente, en un espacio de realización y satisfacción personal. Su lema consiste en que “las personas felices, respetadas y bien motivadas son las que construyen y sostienen organizaciones efectivas y exitosas”.

Desde esta mirada un-a líder, palabra que quizás debamos empezar a redefinir o reemplazar, deja de ser alguien que dirige, ordena, controla e impone penas a quien no cumple. Todas éstas son tareas muy desgastantes para él mismo y que terminan llevándolo al burnout y al colapso. En su lugar, se convierte en un activador creativo de potencialidades humanas individuales y grupales. El-la nuevo-a líder no estropea su salud ejerciendo presión sobre otros, lo cual tarde o temprano se revierte sobre él, sino que propicia creativamente que los talentos florezcan y fluyan.

El-la nuevo-a líder asienta su liderazgo en su propio trabajo personal. Es una persona centrada que confía en sus capacidades, y por lo tanto, no necesita impresionar ni asustar.

Sus capacidades comunicacionales y de observación le permiten conocer mejor a las personas y a partir de allí crear mejores equipos. Por lo cual confía en las capacidades de sus colaboradores y los estimula, sin necesidad de sobrecargarse de tareas y obligaciones.

Es una persona que está en camino de armonizar su vida, por lo cual no usa los espacios laborales para descargar sus frustraciones sobre otros. Cuida de su salud y la de los demás, por lo que valora y hace valorar la convivencia en el respeto.

Desarrolla habilidades comunicacionales y de relación. En lugar de sólo capacitarse en habilidades técnicas, referidas exclusivamente al objetivo material de su trabajo, comprende que su principal responsabilidad consiste en mantener la armonía y la motivación en sus equipos, y que esto depende de su capacidad vincular, de sus habilidades comunicacionales y de su inteligencia emocional y existencial. Entonces se capacita para ello sistemáticamente.

Armoniza las formas masculinas y femeninas de la inteligencia, por lo que accede a una comprensión mucho más profunda y efectiva de las realidades materiales y emocionales, integrando en su quehacer la razón y la intuición.

El-la nuevo-a líder se convierte en un agente de cambio social, pues su lugar en las organizaciones le brinda una oportunidad privilegiada para hacer la diferencia, no sólo en las empresas sino en las familias que dependen de ellas.

El liderazgo del futuro lo ejercerá la inteligencia comunitaria, no el individuo. Quienes primero adviertan esto, serán los-las líderes del presente.

## La formación en Coaching, Psicoterapia Primordial y Danza Primal

**La capacitación en Coaching Primordial** ha sido diseñada para personas interesadas en desempeñarse como agentes de crecimiento personal en forma privada o en organizaciones, y para profesionales y ejecutivos que buscan enriquecer su desempeño con herramientas comunicacionales y de liderazgo integral, centradas en una mirada trascendente.

**A quienes ya son Coaches**, les brinda una nueva concepción de la lingüística y la oportunidad de profundizar su conocimiento de la corporalidad, los procesos energéticos, la emocionalidad y la trascendencia, expandiendo así sus capacidades conversacionales, de encuentro y crecimiento personal-profesional de manera verificable. Y les permite trabajar desde una metodología auténticamente integral, convirtiéndose en verdaderos agentes de cambio para una sociedad disociada.

**La capacitación en Psicoterapia Primordial**, destinada a profesionales de la salud, brinda el acceso a una nueva dimensión en la práctica de la psicoterapia, trascendiendo las miradas mecanicistas, biológicas y reduccionistas que empequeñecían nuestra comprensión de la naturaleza humana. Rescata la humanidad y las necesidades trascendentes de nuestros consultantes, sin descartar el trabajo con la sombra ni caer en concepciones idealistas e ingenuas. E integra el cuerpo y la energía en todo momento de la práctica.

**El Profesorado en Danza Primal** constituye un apasionante viaje que centra su estrategia de capacitación en el propio proceso de autoconocimiento y liberación personal, junto al entrenamiento y el estudio teórico.

La formación en Coaching, Psicoterapia Primordial y Danza Primal constituye un proceso transformacional, porque sostiene que sólo el cambio interior posibilita cambios exteriores.

Un Coach, un Psicoterapeuta Primordial y un Profesor de Danza Primal no prestan servicio desde lo que hacen, lo que saben o lo que dicen, sino desde lo que son, desde su centro, su equilibrio, su estado vibracional interno, desde su Ser. **Y su Ser trasciende al lenguaje.** Por ello sostenemos que nuestro servicio sólo puede basarse en una transformación personal, y que ésta sólo se logra mediante un trabajo interior centrado en las dimensiones profundas, corporales, energéticas y translingüísticas de nuestra identidad.

Esta forma de entender y practicar el Coaching y la Psicoterapia brinda herramientas fundamentales para quienes están en la búsqueda de su integridad existencial y su realización profesional.

**El Coaching Primordial, la Danza Primal y la Psicoterapia Primordial constituyen la síntesis de lenguaje, cuerpo, emoción, energía y trascendencia integrados en cada proceso de transformación personal y organizacional.**

Coaching Primordial desde la mirada de una egresada de nuestra Escuela

## Coaching Primordial

### El Coaching que viene

“Un Camino a la trascendencia en hombros de gigantes”

Hablar de Coaching Primordial es hablar de contactar con la Perfección Original del ser, es darle un espacio a esas fuerzas internas que nos componen para que se manifiesten de manera integrada, en el lenguaje, la emoción, la energía sutil y el cuerpo. Es encontrar en nuestra sabiduría orgánica respuesta a nuestros anhelos.

Hablar de Coaching Primordial es hablar de técnicas de integración de nuestras polaridades, de mirar de manera compasiva nuestra humanidad, nuestra historia y caminar a la trascendencia.

Es un acompañamiento de ser a ser desde el conocimiento de cuerpo y alma.

El Coaching Primordial reconoce que en esta era de tecnología y competencia, en esta era de masas, Internet, inteligencias múltiples y velocidad, la diferencia entre los líderes la hace la relación, la comunicación de un nuevo orden más profundo, el contacto.

El coach primordial ha caminado un sendero de auto descubrimiento a través del cuerpo, ha danzado sus heridas, se ha sumergido en ellas y desde ahí mira los desafíos de su coachee; pero también desde ahí observa la parte luminosa, la que se esconde tras el lenguaje, los bloqueos corporales y las historias... la que lucha por surgir a través de las sombras, la esencia, su ser primal.

El coach primordial reconoce también las interacciones organizacionales y habilita herramientas de comunicación lingüística, trabajo corporal y energético para sanar a la empresa y a las personas que forman parte de ella.

Andrea Franco, Psicóloga Organizacional, Coach, México

**Daniel Taroppio, M.D.P.**, fundador y actual director de la Escuela de Psicología Transpersonal-Integral con sedes en Argentina, Chile, Colombia, Ecuador, México, Perú, Uruguay, España y Estados Unidos. Es Psicólogo Clínico,



egresado con Diploma de Honor y Medalla de Oro; Magíster en Desarrollo Personal e Interpersonal; escritor y profesor universitario de grado y posgrado.

Inició sus investigaciones hace casi cuarenta años, como becario del Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas del Gobierno de la República

**Psic. Daniel Taroppio M.D.P, creador del  
Modelo Interacciones Primordiales**

Argentina, Facultad de Filosofía y Letras de la Universidad Nacional de Cuyo. Fue investigador de la F.I.D.I.P.S., en la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la UNC; Profesor Titular de las Cátedras de Psicología de la Personalidad y Epistemología y Profesor Adjunto en la Cátedra de Tratamientos Psicológicos, en la Facultad de Psicología de la UDA. Es Profesor y Capacitador de Posgrado en el Centro de Innovación y Desarrollo de la Universidad de Monterrey (UDEM), México.

Se especializó en Terapia Gestalt y Psicología Transpersonal en el Esalen Institute de Estados Unidos (cuna de la Psicología Humanística y Transpersonal); la Findhorn Foundation y el Clunny Hill College de Gran Bretaña; en el Grof Transpersonal Training del Dr. Stanislav Grof (USA) y en el Integral Institute de Ken Wilber (USA) entre otros. Recibió formación en PNL, avalada por The Southern Institute of NLP; en Terapia Gestalt en Esalen; como Logoterapeuta en la Sociedad Mendocina de Logoterapia; en Clínica Psicoanalítica en diversos posgrados en la UDA y en Spyril Dynamics por parte de su cocreador: el Dr. Chris Cowan de Estados Unidos. Conoció, estudió y/o trabajó con maestros tales como Stanislav Grof, Ken Wilber, Viktor Frankl, Stanley Kripner, Karl Pribram, Eileen Caddy, David Spangler, William Bloom, Steve Andreas y Norberto Levy, entre otros.

Presidente de la Fundación Universitaria de Estudios Integrales, con Sede Central en Argentina; Presidente Honorario de la Corporación Latinoamericana de Pensamiento Integral, con Sede en Ecuador, Cofundador de la Fundación Tierra del Encuentro (Chile), Cofundador de la Asociación Iberoamericana de Psicología Transpersonal (España) y Miembro de la Association for Transpersonal Psychology (USA).

Es autor de numerosos artículos y libros, entre ellos, “El Vínculo Primordial”, “Danza Primal” y “Meditación Primordial”, publicados por Editorial Continente y “Coaching Primordial” e “Interacciones Primordiales” publicados por Ediciones FUDEI.

Creador del Modelo de Desarrollo Humano “Interacciones Primordiales”, de sus disciplinas de aplicación, el Coaching Primordial, la Danza Prima y la Psicoterapia Primordial, y de sus métodos de trabajo lingüístico-cognitivo (Lingüística Primordial), corporal-energético (Movimiento Primordial) y Meditativo (Meditación Primordial).

Sus cursos se caracterizan por la integración entre su profundo conocimiento teórico y la intensidad vivencial, emocional y espiritual que durante ellos se manifiesta. En la actualidad, recorre el mundo brindando conferencias, capacitaciones, consultorías y trabajando por el pleno desarrollo de la conciencia humana. Participa del dictado de cursos presenciales en todos los países en los que existe la Escuela de Psicología Transpersonal-Integral.



**La formación en Interacciones Primordiales,  
Coaching, Psicoterapia Primordial y Danza Primal,**  
se realiza en un curso intensivo teórico-vivencial que se dicta en:  
Argentina, Chile, Colombia, Ecuador, México, Perú, Uruguay, España y Estados Unidos.

Para información detallada visitar el sitio web:

[www.transpersonals.com](http://www.transpersonals.com)

[www.primordialcoaching.com](http://www.primordialcoaching.com)

o solicitarla a:

[secretaria@transpersonals.com](mailto:secretaria@transpersonals.com)



[www.facebook.com/EscuelaTranspersonal](https://www.facebook.com/EscuelaTranspersonal)



@DanielTaroppio



Instagram

Daniel Taroppio