

# Article du mois

## **Rolando raconte la Biodanza**

par

**Mimmo Tringale**

(article publié dans l'édition du 6 décembre 2002 dans le magazine trimestriel de  
médecine naturelle « Salute è »

Ajouté à l'édition « Aam Terra Nuova » n°30, décembre 2002)

## **Biodanza : le mouvement qui guérit**

### **De quelle façon tes expériences professionnelles avec les malades psychiatriques ont influé sur la création de la Biodanza ?**

Dans les premières années de mon activité professionnelle, j'ai travaillé dans le domaine sanitaire, je m'occupais d'anthropologie médicale. Mon travail dans les hôpitaux psychiatriques consistait à donner des médicaments. Déjà à ce moment-là, je m'aperçus de comment la musique et le mouvement pouvaient avoir un effet thérapeutique sur les malades et j'ai donc commencé à les utiliser dans des expériences. Ceux qui en tiraient le plus de bénéfices étaient ceux qui souffraient de dépression, déjà après quelques séances ils changeraient complètement d'état d'âme. Dans ce temps-là, on n'avait pas encore affiné la technique de l'utilisation de la musique et il arriva donc, d'une part que, déjà après la première session, les hallucinations disparaissaient, on enregistrait après chaque rencontre de Biodanza une augmentation constante de cas de délire. Plus exactement, alors que les exercices qui stimulaient la vitalité, le rythme et une certaine euphorie amenaient à une diminution de la manifestation des délires et des hallucinations, les exercices, au contraire, qui amenaient tranquillité et sérénité les augmentaient. Après ces premières expériences, il me fut évident que pour éviter de tels inconvénients, je devais choisir des groupes d'exercices et des morceaux de musiques. Ainsi, une fois structuré le travail, j'ai commencé à y introduire aussi les infirmières, les médecins et les étudiants en médecine. Cela s'est peu à peu diffusé dans toute l'université.

### **A combien de temps remontent ces expériences ?**

Mes expériences se sont développées pendant environ huit mois. Ensuite, le coup d'état militaire de Pinochet en 1973, j'ai perdu toutes les quatre chaires que j'avais à l'université et je fus contraint à m'expatrier, d'abord en Argentine puis au Brésil. C'est au Brésil que je fus contacté par un couple d'italiens qui m'ont invité à amener la Biodanza en Italie où j'ai travaillé pendant environ huit ans.

### **Peux-tu mieux expliquer sur quels principes se base la Biodanza ?**

La Biodanza se base sur le principe biocentrique. On peut la définir comme un système qui concerne tout ce qui est vivant et la vie humaine en premier lieu. Elle concerne ainsi tout le monde : les nouveaux nés, les enfants, les adolescents, les adultes et les personnes âgées. Elle concerne autant les malades que les personnes en bonne santé. Je dis que la Biodanza concerne tout le monde parce qu'il s'agit d'un type de travail qui va stimuler le système régulateur de sa totalité. On ne s'intéresse pas à intervenir au niveau d'un seul organe ou d'une seule pathologie, mais va améliorer dans sa complexité le fonctionnement du système nerveux, du système immunitaire et du système endocrinien. Il n'est pas rare que ceux qui souffrent de maux de tête, d'ulcère duodéal ou d'autres types de troubles de nature psychosomatique ressentent des améliorations concrètes avec la pratique de la Biodanza. Bien-sûr, selon l'état de santé et l'âge, des types d'exercices différents seront proposés. La Biodanza qui se fait avec les enfants est différente que celles qui se fait avec les adultes, et les exercices indiqués pour des individus sains sont différents que ceux nécessaires aux personnes qui souffrent d'une pathologie spécifique.

### **Plus exactement ?**

2

La Biodanza cherche à stimuler cinq grandes potentialités : la vitalité dont dépend le plaisir de vivre ; la sexualité qui stimule le désir de fusion, de plaisir et d'amour, même la fusion générique (il y a de nombreux cas d'amélioration de la fertilité grâce à l'action positive de la Biodanza sur le système endocrinien) ; la créativité qui est la capacité d'amener de la nouveauté dans sa propre existence, mais aussi dans le domaine artistique et plus généralement dans la vie professionnelle ; l'affectivité entendue comme la capacité de communiquer au niveau affectif.

