

Elementos de Maestría: Espacio Sagrado - Las Danzas como Alabanza

Por Farrunnissa Rosa

Este artículo continúa nuestra columna de Elementos de Maestría en la cual exploramos el arte y la práctica espiritual del liderazgo y el mentorazgo de Danzas. Se les invita a los mentores a enviar sus reflexiones sobre este tema al Concejo Guía.

Ninguna danza es una Danza Espiritual porque así se le llame; no significa una cierta forma o técnica, ni un ritual. Lo que debe permanecer es la frase sagrada; esto, la frase sagrada, y no la forma es el fundamento.

- Samuel L. Lewis (Murshid Sufi Ahmed Murad Chishti)

¿Cuál es el poder de las Danzas de Paz Universal?

¿Cuál es el secreto de esta atracción que perdura?

¿Por qué se han propagado alrededor del mundo, continuando en esta propagación inclusive mientras conversamos?

Pregúntale a una docena de Danzantes, y posiblemente recibirás una docena de respuestas distintas. Para algunos, es el poder de la comunidad, una oportunidad preciosa de juntarse con otros en una experiencia profunda que siempre es nueva, aun siendo siempre familiar. Para otros, el secreto es el sentido de la sensación que puede resultar- alegría, paz, compasión, ecuanimidad, éxtasis. Algunos dirán que les encanta cantar, o bailar, o abrazar. Otros dirán que no saben por qué vienen; que es algo que deben hacer, un llamado al cual deben responder.



Para mí, el poder de las Danzas radica en el Espacio Sagrado corporalizado que se comparte, que se sostiene, creado a través de hacer sonar una frase sagrada con un movimiento simple que proviene del corazón. No conozco ninguna otra práctica espiritual o disciplina artística que esté basada en esta combinación de elementos específicos. Cada vez que nos tomamos de las manos en la Danza-alabanza, lo que puede resultar tiene el poder de transformar, de sanar, de unirnos individualmente y como grupo con Todo lo que Es, de traernos al hogar de nuestro verdadero Ser. A través de las Danzas, el poder es accesible virtualmente para todos los seres humanos, sin importar la edad, el origen, la capacidad o la creencia. Esto nos brinda como líderes de Danzas una infinitud de oportunidades para convocar el Espacio Sagrado en una miríada de formas para un sin fin de participantes, respondiendo a la necesidad de la humanidad en nuestro tiempo, lo cual es el mensaje esencial del Mensaje Sufi de la Libertad Espiritual de Hazrat Pir-o-Murshid Inayat Khan.

¡Que privilegio tan asombroso! ¡Que confianza sagrada! ¡Que magnífico regalo!

Entonces ¿cómo podemos ser los mejores instrumentos que nos sea posible de la Presencia Divina? ¿Qué herramientas, habilidades y prácticas nos pueden ayudar a crear un contenedor consistente para sostener el Espacio Sagrado? Aquí hay algunas cosas que yo he encontrado que son útiles, y que he apreciado de otros a nivel de nuestra comunidad mundial. Muchas de estas les serán familiares, formando ya parte de su proceso de liderazgo de las Danzas.

1. Prepárate. Esto no es solamente preparar el lugar físico para sostener el Espacio Sagrado, sino además prepararnos a nosotros mismos. Durante días, incluso semanas antes de liderar una Danza, conscientemente me sintonizo con el Espíritu Guía, dedicándome a mi misma y al círculo que se congregará para nuestro bien más elevado, y el bien más elevado de todo, escuchando los susurros serviciales del Bienamado--qué estación del año es, o una enseñanza tradicional, o aproximarse al día sagrado, o un evento monumental reciente, ¿pueden estar en mi mundo interior? ¿Cuáles Danzas familiares que me son muy queridas están cantando en mi ser? ¿Cuáles Danzas están surgiendo que necesitan algo de revisión de los escritos? ¿Cuáles Danzas aprendidas recientemente

me llaman a profundizar más en su océano de verdad? Rara vez hago una lista escrita, sino que más bien continuo abriéndome cada vez más al fluir de la sabiduría que siempre parece llegar, permitiéndome a mi misma ser impregnada e impresa por el Mensaje único para este círculo en particular- lo cual me incluye a mi- confiando que cuando llegue el momento, ocurrirá un desenvolvimiento maravilloso. También preparo el espacio físico. Dependiendo de la inspiración y la logística, esto puede significar, una foto, una flor, una vela sin perfume, tal vez un banderín de oración o dos, o mi estatua pequeña favorita de Kwan Yin. Algunas veces con un grupo que no me es familiar, o en un lugar que no me es familiar, sencillamente puede querer decir que uso mi collar de plegarias (rosario). En los encuentros de Danzas de nuestra comunidad, en encuentros de Danzas especiales y en retiros a lo largo y ancho, he experimentado unos altares que son de un arte, una decoración y una belleza deslumbrante; creados con amor, creatividad y devoción, que poderosamente contribuyen al Espacio Sagrado compartido; un beso de bendición a todos aquellos que los ven. Entonces, encuentra algo que cree un Espacio Sagrado para ti, utilízalo para preparar de antemano el espacio compartido. Esto puede cambiar con el tiempo, o cada vez. Sin importar que tan sencillo o pequeño, siempre ten un objeto de bendición tangible en el espacio de Danza, cuando esto sea posible.

2. Aclarar. Siempre he amado hacer la preparación/meditación de una caminata antes de que comience la Danza, eso es lo tradicional en nuestro bosque y en muchas comunidades de Danzas las cuales he tenido la fortuna de visitar. Esta es una oportunidad bienvenida para aclarar las persistentes inquietudes e irritantes preocupaciones que a veces pueden estar acechándonos consciente o inconscientemente, para soltar las tensiones del bienamado cuerpo-niño, para suavizarnos, para relajarnos en el alivio del Eterno Ahora. Esta caminata es guiada por el líder de Danzas y generalmente incluye la concientización en la respiración, los pies y el corazón. A menudo incluyo la consciencia de la Madre-Tierra sobre la cual caminamos, de los cielos, el Padre-Cielo, y la parte de arriba de la cabeza abriéndose al cosmos como un loto de los mil pétalos. Me aclaro a mi misma a medida que caminamos, permitiendo que todo lo demás excepto el momento presente caiga cada vez más, paso a paso, respiración a respiración. Yo observo cualquier impresión que pueda surgir sobre qué más podemos ofrecer para aclarar, honrando lo que puede estar surgiendo en aquellos que se han congregado. Durante varios años, lideré el encuentro de Danzas del viernes en la noche, el cual es un momento muy confrontante de la semana, con las personas a menudo exhaustas física, mental y emocionalmente debido a la semana laboral que acaba de pasar. Se sentía como si estuviésemos danzando en melaza. Una noche tuve la inspiración de compartir las Caminatas de los Elementos de Murshid SAM como caminatas de apertura e hicieron una gran diferencia, re-equilibrando nuestro ser, centrando nuestras energías. A partir de ese momento inicié cada vez las Danzas con las Caminatas de los Elementos. Ciertamente una caminata para iniciar no es la única forma de aclarar. He experimentado un aclarar grupal poderoso a través de un canto devocional liderado por el líder de Danzas. La meditación tradicional de sentarse o caminar también es una práctica comprobada para aclarar. Inclusive aún tomarse de las manos en el círculo y respirar conscientemente juntos puede ser de inmenso valor. Generalmente lo que te ayuda a ti a aclararte a ti mismo, ayudará a los otros también.

3. Invocar. Una definición de “invocar” es la de “convocar con un deseo ferviente”. ¿Qué es lo que deseas fervientemente para los Danzantes en el círculo? ¿Para tí? ¿Para el mundo? Encuentra una manera de invocar este deseo con tu voz y/o tu cuerpo, en y con el círculo uniéndose en la invocación- una plegaría, un canto, un poema, o un movimiento compartido o un *mudra* (postura o gesto sagrado). Para mi la Invocación de Paz de Hazrat Inayat Khan expresa este llamado ferviente perfecta y poderosamente.- “Hacia el Uno...Unido con Todas...”

4. Escuchar. A medida que Danza tras Danza y verdad tras verdad se profundiza y expande el Espacio Sagrado, nos encontramos a nosotros mismos en un caldero de transformación. El círculo de Danzas se convierte en la olla de Rumi que hierve los garbanzos, dándonos sabor para que podamos ser de una “vitalidad hermosa”. El Cielo se abre encima de nosotros. La Tierra florece y se madura debajo de nosotros. Danzamos con y dentro del Bienamado. Nuestro mayor trabajo como líderes de Danzas es permanecer enraizados en medio de esta felicidad, centrados, escuchando atentamente con todos nuestros sentidos- externos e internos. Escuchamos qué de esta Danza o de esta tradición espiritual quiere ser expresado a manera de introducción. Dentro de la Danza, escuchamos nuestro siguiente cambio: más suave, más rápido, en la respiración. Escuchamos cuando la Danza ya esté llegando a su fin, y cuál es la repetición final. Escuchamos cuál Danza debe seguir. Escuchamos los ecos de cada frase sagrada o Nombre Sagrado en nuestros propios cañones interiores. Escuchamos lo que sea que el Espíritu Guía presenta como útil en este momento totalmente único. Estar en “mente que hace” en vez de en

“mente que piensa” nos permite servir de la mejor manera a este torrente de inspiración que siempre está totalmente presente cuando nos permitimos escucharlo.

5. Apreciar. Sin importar lo que suceda dentro del círculo de Danzas, siente gratitud, respira gratitud por esta exquisita oportunidad de ser de servicio a través de las Danzas de Paz Universal en la medida de lo que sea posible en el momento. Como muy sabiamente dijo Moineddin Jablonski al joven Saadi Neil Douglas-Klotz, “Algunas veces tu peor es lo suficientemente bueno”. La Madre Teresa describía su trabajo con los leprosos como atender a Cristo en sus disfraces desoladores. Cuando nos sentimos contrariados porque las cosas no toman el camino que deseamos, es sencillamente lo Divino tomando un disfraz desolador, regalándonos una oportunidad para aprender una maravillosa verdad nueva sobre nosotros y sobre el mundo. De cara a mis preocupaciones sobre esto o aquello como líder de Danzas en desarrollo, mi Mentor de Danzas me decía aquello que su Mentor le había dicho a él, “Dale a Dios toda la culpa no merecida, y dale a Dios toda la alabanza no merecida”. Aun cuando es magia pura, es debido a la gracia pura, y entonces es otra oportunidad para una profunda gratitud. La apreciación que surge del corazón apoya y continúa el Espacio Sagrado porque nos ayuda a renunciar al pensamiento equivocado de que fue algo que nosotros mismos hicimos, y más bien apunta a la verdadera Fuente de Todo Bien.

La palabra “alabanza” viene en su raíz de la palabra “valer”. La alabanza se puede ver como un peregrinaje al valor esencial, “la perla de más precio”, incluyendo nuestro propio valor esencial. Cada círculo de Danzas es ciertamente este peregrinaje. Una traducción de la última palabra del Profeta Mahoma es “Hay tantos caminos a Dios como hay respiraciones mortales”. (Tamam Kahn) En las Danzas, podemos experimentar visceralmente las verdades fenomenales de las muchas maneras en que existe la alabanza humana, compartiendo las plegarias y las formas de llamar la Unidad Sagrada de los unos y los otros, sintonizándonos a las vibraciones colectivas de millones de devotos a lo largo de miles de años. ¡No es de extrañar que las Danzas cambien las vidas y transformen los corazones y las mentes año tras año, década tras década! Sí, las Danzas son divertidas, y hay una cosa tal como la Tontada Sagrada, pero hay tantas otras maneras de divertirse y tontear sin doblegar las Danzas a esta forma. Ciertamente es poderoso para la gente el compartir una frase sagrada y el mover sus cuerpos juntos, aun como entretención. Pero que tanto más poderoso es para nosotros procurar mantener las Danzas de Paz Universal como un Espacio Sagrado, proveyendo un vehículo para que venga a nosotros y a través de nosotros “la paz que pasa a la comprensión”.

¡Entonces que Así Sea!

© 2012 Danzas de Paz Universal