

Espiritualidad Incorporada

Por Darvesha Victoria

Este artículo continúa nuestra columna de Elementos de Maestría en la cual exploramos el arte, la artesanía y la práctica espiritual en el Liderazgo y el Mentorazgo en las Danzas. Se les invita a los Mentores a enviar sus reflexiones sobre este tema al Concejo Guía.

Gradualmente, después de vivir la totalidad de mi adolescencia y temprana adultez en un shock postraumático crónico, comencé a derretirme....a medida que lentamente captaba la noción de lo que el Sufi Inayat Khan llama la "Vida Interior", sentí probablemente lo que sienten aquellos que han sido redimidos, que han renacido, o que se han convertido a algo. Ya sea que haya o no encontrado EL Secreto de la Vida , yo con toda seguridad había encontrado el secreto de MI vida.



En algún lugar del camino yo encontré las Danzas y ellas se convirtieron para mi en vehículo para cabalgar hacia la Vida Interior....y eventualmente una plataforma desde la cual enseñar este descubrimiento. Las Danzas nos llaman al hogar del cuerpo, los sentidos y la respiración. Llegar a nuestros sentidos y estar presentes en el cuerpo quizás sea imposible de ser sostenido por la mayoría, pero puede permanecer en el fondo como una aspiración. Para mi, sólo tengo atisbos...momentos. Pero es aquí que he aprendido sobre la completitud y la satisfacción, la paz, el éxtasis. Es aquí donde me he reconectado con este estar viva que yo soy, y donde he llegado a experimentar la Vida directamente.... este complejo sistema que nos sostiene y del cual somos.

Cuando nos podemos relajar en este "pertenecer" intuitivamente conocemos y entendemos las reglas de la vida....como debemos y queremos comportarnos. Cuando nos conectamos con nuestro contexto más amplio, comenzamos a cooperar y sabemos regar la raíz.

Recibimos el aire que respiramos, el agua que bebemos y la comida que comemos. Es de esto de lo que dependemos, y aquello que somos. Todo importa. Todo es nosotros. Entre más entramos en contacto con nosotros mismos más entendemos la moralidad natural a la cual nacemos. Entre más éxtasis y paz sentimos más sabremos que hacer y como hacerlo de una buena manera. Las Danzas no son un fin en si mismo; son un método que nos ayuda a descubrir la Vida Interior. Y una vez que nos conocemos a nosotros mismos como la Vida en si, espontáneamente comenzamos a cooperar y cocrear con la Vida, uniéndonos en ser perfectos.

© 2012 Danzas de Paz Universal