

DIRETRIZES DA ALIANÇA DE LÍDERES

DANÇAS DA PAZ UNIVERSAL E CAMINHAR ESPIRITUAL



Março - 2016

Publicado por Danças da Paz Universal Internacional
PO Box 55994, Seattle, WA 98155-0994, E.U.A. 206-367-0389
website: www.dancesofuniversalpeace.org
e-mail: INoffice@dancesofuniversalpeace.org

Esta versão PDF foi preparada em Março de 2016 para facilitar a impressão de cópias para os líderes membros da agremiação que assim o desejem. A versão postada no website das Danças da Paz Universal Internacional em 'Leaders Guild' inclui quaisquer revisões que possam ter sido aprovadas posteriormente pelo Conselho de Guias.

As páginas 10 e 14 foram intencionalmente deixadas em branco para facilitar a correta impressão frente e verso.

BEM VINDO

Querido Líder de Danças da Paz Universal,

Se você está apenas começando sua jornada de liderança das danças ou tem sido líder e mentor por muitos anos, as presentes orientações foram elaboradas para o seu benefício e assistência. Esperamos que elas o inspirem e apoiem no pleno desenvolvimento da expressão, em profundidade e amplitude, de sua capacidade de liderança nas danças. Por favor, faça desta publicação sua companheira e amiga.

As Danças da Paz Universal e o Caminhar Espiritual são práticas espirituais transformadoras em movimento. Elas nasceram através de uma corrente de Sufismo Universal, trazido da Índia para o Ocidente por Hazrat Pir-o-Murshid Inayat Khan em 1910. Seu discípulo, Samuel L. Lewis, começou a vislumbrá-las trazendo simples Danças Sagradas no final 1960. Uma nota universal foi atingida; as Danças floresceram e se espalharam por todo o mundo.

Hoje, uma rede de entidades supervisiona este legado precioso para que a transmissão destas danças de paz, alegria e unidade mantenham sua integridade assim como fiquem disponíveis para um número crescente de pessoas em diversos contextos culturais agora e nos próximos anos. As Danças e os caminhares são conservados em confiança pela Sufi Ruhaniat International - a ordem criada pelo Murshid Samuel Lewis. O Pir da Ruhaniat, que tem a função de guia espiritual, nomeia um grupo de mentores seniores para ser o Conselho de Orientação. O Conselho tem a responsabilidade de guiar os líderes e mentores de dança, incentivando sua expansão espiritual e desenvolvimento pessoal, apoiando oportunidades de aprendizagem, determinando os requisitos para o reconhecimento de nível e a defesa das normas de conduta e de relacionamento humano. Estas orientações são exatamente para essa finalidade.

Todos nós como líderes de dança - coletivamente, os membros da Aliança de Líderes - representamos e transmitimos este fluxo vivo globalmente, conservando e nutrindo as Danças e Caminhares através de uma liderança que reflete o desenvolvimento espiritual e pessoal em curso. Membros da Aliança de Líderes pagam uma taxa anual modesta que, juntamente com doações, sustenta esta rede de serviços e suportes. Mentores de Danças oferecem ensino e orientação em uma relação de pessoa a pessoa com seus orientandos, encorajando-os a desenvolver e liderar a partir de seu aprofundamento espiritual. O caminho de orientação também inclui serviço à linhagem das Danças da Paz Universal, ajudando a manter, nutrir e sustentar essas práticas para as gerações futuras. As discussões da Aliança de Mentores - o corpo coletivo e fórum de mentores - orientam e assistem o Conselho de Orientação em todos os aspectos do seu trabalho.

Danças da Paz Universal International, uma organização sem fins lucrativos de utilidade pública governada por líderes de dança voluntários, fornece a estrutura jurídica e financeira necessária e apoio administrativo, incluindo um site com inúmeros recursos desenvolvidos especialmente para líderes de dança e mentores.

As Danças da Paz Universal, como Samuel Lewis as imaginou, são uma forma de criar energia de vida libertadora e a "paz que excede todo o entendimento" uma realidade para todos que entram em contato com elas. É nosso grande privilégio como líderes de Danças sermos alimentados por estas práticas, bem como compartilhá-las com os outros. A transmissão, a atmosfera sagrada e a sintonização dependem muito do desenvolvimento e cultivo de nossa capacidade. Que estas orientações possam ajudá-lo nessa digna tarefa!

Bênçãos em seu caminho!

O Conselho de Orientação:

Darvesha Victoria MacDonald (presidente)
Munir Peter Reynolds
Halima Sussman
Saadi Neil Douglas-Klotz
Farrunnissa Lila Rosa

ÍNDICE BOASVINDAS.....	3
A JORNADA DO LÍDER DE DANÇAS	7
Encontrando um Mentor - O líder orientado.....	8
Primeiros passos na liderança das danças.....	9
Escolhendo a Certificação - O Líder Certificado	9
Critérios para ser um Líder Certificado	10
Aprofundando na Liderança das Danças.....	13
Partituras das Danças e Gravações	14
Agremiação de Líderes	14
Mentores de Dança e a Agremiação de Mentores.....	14
Conselho de Orientação	15
Comunicação e Trabalho em Rede - Todos os Líderes de Dança	15
Caminhando com um Mentor - Um caminho contínuo.....	15
ACORDOS.....	17
O nome “Danças da Paz Universal ”	17
O Respeito pelas Danças.....	17
O Uso das fontes on line da Biblioteca de Danças.....	17
Anuidade da Aliança de Líderes.....	18
Política para Uso da Logo	18
Diretrizes Éticas.....	18
ELEMENTOS DE MAESTRIA.....	21
A Linhagem da Dança.....	21
Experiência, Assimilação, Transmissão.....	22
As Caminhadas.....	23
Respiração	24
Coração	24
Corporificação.....	25
Ritmo	25
Voz	26
Magnetismo e Atmosfera	27
Concentração	27
Meditação.....	28
Silêncio.....	28
Sintonização - Tasawwuri, Fana, Dissolução.....	29
Elementos.....	29
Evolução Pessoal.....	30
Trabalhando com Energia	31
Habilidades Musicais	31
Trabalhando com os Músicos	32
Habilidade para facilitar grupos e qualidades de Liderança	32
Conhecimento, Experiência e Compreensão das várias Tradições Espirituais.....	33

MATERIAL DE ESTUDO E FONTES DE CONSULTA
Artigos e Anotações.....
Livros
Anotações Esotéricas.....
Outras Fontes.
CDs
Links
BIBLIOGRAFIA
A Jornada do Líder de Dança
Acordos
Elementos de Maestria

A Jornada do Líder de Danças

Uma Abordagem para o Estudo e Formação dos líderes das Danças e Caminhar Espiritual

O que a dança faz por nós? Em primeiro lugar, ela inculca o sentido de ritmo e aumenta nossa resposta ao ritmo. Esta é realmente uma resposta à vida. Faz-nos mais vivos, ou seja, mais espirituais. Ela realça a beleza de forma e movimento, e envolve nossas personalidades no prazer do ritmo. Ela nos leva além de nós mesmos, trazendo um estado inicial de não-ser, que é realmente um bálsamo para a alma. (Samuel L. Lewis, [1](#))

Se você descobrir que as danças e caminhares envolvem todo o seu coração e seu ser, mergulhe neles. Antes que você possa transmiti-los aos outros, você precisa cultivá-los em si mesmo. Dance frequentemente, com tantos líderes experientes quanto possível. Torne-se um dançarino experiente. Permita que a transmissão da dança encontre um lar em seu coração. Então, se você continuar a ser atraído para este caminho, encontre um mentor com quem você possa viajar junto. Ao longo da história humana, a transmissão do sagrado ocorreu por meio de relações de pessoa a pessoa, independente das instituições ou organizações.

Para prosseguir neste caminho é necessário um compromisso firme e sustentado. É, na realidade, uma forma de auto-transformação que acontece em público. Além do auto-desenvolvimento, o caminho do líder dança é essencialmente de serviço para o benefício dos outros. Os elementos fundamentais necessários para nosso desenvolvimento neste caminho estão listados aqui e descritos nos “[Elementos de Maestria](#)”.

<ul style="list-style-type: none">• A Linhagem da Dança• Experiência, Assimilação, Transmissão• Os caminhares• Respiração• Coração• Personificação• Ritmo• Voz• Magnetismo e Atmosfera• Concentração	<ul style="list-style-type: none">• Meditação• Silêncio• A sintonia - Tasawwuri, Fana, Dissolução• Elementos• Evolução Pessoal• Trabalhar com Energia• Musicalização• Trabalhando com músicos• Habilidades de Facilitação de Grupos e Qualidades de Liderança• Conhecimento, Experiência e Compreensão de uma Variedade de Tradições Espirituais
---	---

ENCONTRANDO UM MENTOR - O LÍDER E O SEU MENTOR

Embora a transmissão do legado de Murshid Samuel Lewis seja da responsabilidade da [Sufi Ruhaniat International](#), o treinamento em liderar as Danças da Paz Universal e Caminhar Espiritual está aberto a pessoas de todas as correntes espirituais.

Como o misticismo nativo, esta tradição é comunicada diretamente de professor a aluno, garantindo assim que aspectos sutis - tais como a transmissão da atmosfera sagrada e sintonia, que são impossíveis de sistematizar - sejam efetivamente incorporados. Ao vincular-se a um mentor nos conectamos com o poder da linhagem deste corpo de trabalho. Sintonizar-se a um professor cria uma experiência direta de transmissão de linhagem, o que dá autenticidade às apresentações e representações de qualquer determinado fluxo de bênçãos. Todos os líderes de dança aspirantes precisam encontrar um mentor; que seja alguém que não é um cônjuge, companheiro ou qualquer outro parente do líder da dança.

Novos líderes, naturalmente, procuram um mentor por quem se sentem afinados, alguém que desenvolveu qualidades que eles próprios gostariam de cultivar. Os mentores trabalham de formas diferentes com os seus alunos (mentees); por exemplo, alguns mentores oferecem programas de treinamento ou grupos de tutoria, e outros trabalham individualmente. Novos líderes são incentivados a consultar os mentores em relação aos seus métodos. Para obter uma lista atual de mentores, visite [Mentors Worldwide](#).

Uma vez que a relação de tutoria foi formada e o mentor comunicou os detalhes para o [coordenador comunitário](#), o estudante se torna um líder orientado e é admitido na Aliança de Líderes (sujeito a permanecer em dia com as taxas anuais). Espera-se que os líderes orientados mantenham uma relação de trabalho com o seu mentor e respeitem as Diretrizes para Líderes e os acordos estabelecidos ([Acordos](#)). Especialmente nos estágios iniciais de aprender a liderar as Danças e o caminhar espiritual, é importante que os Líderes orientados se comuniquem ativamente com o seu mentor, convidando e considerando os conselhos e orientação de seu mentor, sem ser de forma exagerada.

O Mentor pode cobrar por hora, despesas e viagens em relação ao treinamento. Modalidades de pagamento ou cambiais são resolvidas entre mentor e aprendiz.

PRIMEIROS PASSOS NA LIDERANÇA DE DANÇAS

Antes de tentar liderar uma dança, certifique-se que você a tenha experimentado. É impossível oferecer a alguém uma experiência que você mesmo não tem, e as danças são, em primeiro lugar, uma questão de experiência.

Aprender a conduzir as Danças leva tempo. Não tente aprender muitas danças muito rapidamente. Para começar, aprenda uma dança completamente. Escolha a partir de uma das várias Danças Mântricas. Idealmente, não haverá palavras na sua linguagem sua primeira dança. Pode ser uma dança de parceiro ou não. Depois de ter aprendido a música da dança e os movimentos, em seguida, desenvolva um forte relacionamento com o mantra, a frase sagrada. Tente conhecê-lo bem. Leve este mantra para a sua prática de meditação. Respire com ele no coração. Ande com isso, obtenha um senso de ritmo do mantra e caminhe com ele. Entoe-o em uma nota. Cante a melodia. Dance a dança para que se torne fácil de fazer. Internalize completamente o mantra, a música e os movimentos. Desta forma, depois de ter uma Dança "em seu corpo", é improvável que você a esqueça. Em seguida, crie a oportunidade de liderá-la com um grupo de pessoas.

Muitas pessoas começam a liderar as Danças através da partilha de uma dança ou um Caminhar numa reunião da comunidade ou em um grupo de meditação local. O compromisso aumenta à medida que nós escolhemos e, simultaneamente, nos sentimos escolhidos pelas Danças e pelo Caminhar Espiritual como prática espiritual. As danças são livremente oferecidas e livremente recebidas, então não há nenhuma restrição sobre a partilha de um par de danças com os amigos.

No entanto, como em qualquer outra disciplina, se você quer manifestar o fruto da prática, então você precisa cultivar raízes profundas. Estas raízes são nutritivas pela paciência, prática e sincera motivação.

ESCOLHENDO A CERTIFICAÇÃO - O LÍDER CERTIFICADO

Escolhendo a certificação e trabalhando em direção a isso com um mentor favorece o processo de aprendizagem para conduzir as danças. Assim, a pessoa se move através das várias fases da aprendizagem, que inclui aprender sobre si mesmo, receber feedback e validação de um professor mais experiente. A pessoa também aprende a definir metas e realizá-las com concentração, em um processo que Hazrat Inayat Khan chama de "Sadhana: caminho da realização". Murshid Wali Ali comentou: "Este caminho não é sobre como se tornar um professor; trata-se de tornar-se desperto".

É necessário estar em um relacionamento ativo com o mentor para buscar a certificação. A responsabilidade pela busca dessa certificação encontra-se no aprendiz. Quando você está inspirado para se tornar um líder de dança certificado, diga isso para o seu mentor. Juntos, você e seu mentor encontrará a melhor maneira de trabalhar em direção a esse objetivo.

Mesmo quando a certificação reconhece um certo nível de habilidade e compromisso com a dança e a transmissão do caminhar espiritual, isso não é um fim em si. A certificação representa um compromisso para continuar crescendo como um líder de dança e aprofundamento em sua responsabilidade para com a linhagem das Danças e do Caminhar Espiritual.

O tempo necessário para concluir a certificação como um líder de dança varia de acordo com cada pessoa. A maioria dos mentores espera pelo menos três anos de estudo dedicado e de experiência como líder de dança são necessários; mas, muitas vezes, leva mais tempo. A experiência é adquirida não tanto através do tempo, mas através da prática e desenvolvimento do eu interior. O número de vezes que alguém lidera em um ano vai variar e ter um efeito sobre esta estimativa.

Cada líder se desenvolve de sua própria maneira original. Mentes são avaliados e revistos individualmente. O líder aluno pode ser certificado, quando o mentor está convencido de que o estudante alcançou o que é apropriado especificamente para eles em relação aos critérios exigidos. Quando chegar esse momento, o mentor informa ao [coordenador da Comunidade](#) e solicita que o aprendiz agora seja registrado como um líder Certificado. O relacionamento de orientação continua para além da certificação, e de fato está em curso em todas as etapas neste caminho da maestria. Esta é a, ligação de pessoa a pessoa, de coração a coração, através do qual as danças e o caminhar espiritual vivem. Na medida em que os líderes de dança amadurecem, o curso dos seus estudos torna-se mais independente, e a relação pode mudar para a de um check-in de suporte.

CRITÉRIOS PARA CERTIFICAÇÃO DE LÍDERES

Viajar em conjunto com um mentor, manter uma prática espiritual ativa, estudar os [Elementos de Maestria](#), desenvolver a capacidade de uma auto-percepção inflexível, e manter a unidade da Rede Internacional de Danças da Paz Universal são os pré-requisitos para a certificação.

O mentor irá avaliar o compromisso do aluno para a prática espiritual, a sintonia, o conhecimento da história da dança, e proficiência técnica em conduzir as danças e o caminhar espiritual.

Para ser certificado como um líder é preciso se comprometer com os seguintes critérios:

1. Ter pelo menos um caminho sagrado ou tradição espiritual

É preciso ter experiência em profundidade com pelo menos uma das muitas tradições sagradas da Terra. Aqui está incluído o princípio do dharma (caminho espiritual), isto é, ter uma prática regular e/ou uma vida de oração. Um relacionamento direto com um mestre ou guia é incentivado. Este guia ou professor pode ser o mesmo mentor de dança da pessoa ou não. A intenção é que o aprofundamento pessoal na vida e experiência do fana (dissolução do ego) interno será promovido sob a orientação de um ser encarnado.

Esta relação pode incluir aprendizado contínuo com os professores espirituais de qualquer tradição, mas deve ser um relacionamento genuíno, não apenas participação ocasional em workshops, retiros, ou rituais. A relação pode ocorrer com formalização de práticas e iniciações, um envolvimento empenhado ativo com uma congregação ou comunidade espiritual, ou um informal relacionamento de “trabalhar junto”. Psicoterapia, cursos e aconselhamento, ainda que eles possam ser úteis para o processo de crescimento, não são substitutos para este relacionamento sagrado.

2. Auto-Conhecimento

As danças são poderosos veículos de energia. Quando elas se derramam através de nós, tocam não só as nossas mais altas realidades, mas também agitam áreas ainda não iluminadas e não resolvidas. Líderes em desenvolvimento entendem isso e reconhecem potenciais de sombra, a fim de trabalhar com projeções inconscientes que surgem naturalmente. Eles precisam estar cientes de que seu papel como líderes podem influenciar a percepção dos dançarinos, e eles precisam ser capazes de se auto-testemunhar em suas próprias emoções aflitivas que possam surgir, a fim de trabalhar com elas de forma consciente. Em uma boa relação de orientação de trabalho, o aluno será receptivo às reflexões e feedback do tutor para lidar com estas questões.

3. A Sintonia, Transmissão, Atmosfera Sagrada

É essencial para andar nos passos de dança e caminhar como os professores experientes a fim de desenvolver uma sintonia para receber o fluxo de bênção de Samuel Lewis (Murshid SAM). A capacidade de sintonizar e a vontade de se render a esse fluxo de bênção são os aspectos mais importantes do líder das Danças e dos caminhares. O líder certificado é capaz de demonstrar a capacidade de transmitir uma atmosfera sagrada consistente com a tradição e sentimento da dança que está sendo apresentada, apagando seu ego-personalidade, a fim de deixar a graça fluir. Presença, magnetismo e equilíbrio são espontâneos e manifestos.

4. Proficiência Técnica, Conhecimento das tradições, Repertório de Danças

É necessária Competência técnica suficiente para "fazer o trabalho". O mentor e o aprendiz devem reconhecer a necessidade de qualquer trabalho adicional com ritmo, voz ou som e estabelecer um acordo sobre como este trabalho está ocorrendo.

Para obter a certificação, o líder de dança deverá ter dominado pelo menos 4 das Danças originais de Murshid Samuel L. Lewis. Além disso, o líder de dança será capaz de apresentar com sintonização apropriada um mínimo de 20 danças de uma variedade de tradições. Não mais do que 3 danças podem conter frases sagrados na língua vernacular do seu país (ou seja, "a variedade simples da linguagem em uso

diário por pessoas comuns"). (Consulte o [Manual de Danças de Fundação e Caminhar Espiritual](#).)

Nenhuma dança é uma dança espiritual porque ela é chamada assim; isso não significa uma determinada forma ou técnica, nem um ritual. ... O que deve permanecer é a frase sagrada; isso, a frase sagrada, e não a forma, é a base do desenvolvimento ao longo desta linhagem. (Samuel L. Lewis, 2)

Uma frase original de um Mensageiro Divino tem vários valores. Sua própria natureza aponta para a realização de Deus. A multiplicidade de suas repetições são marcadas no próprio cosmos. O devoto torna-se sintonizado com este tremendo magnetismo cósmico. Por isso, é muitas vezes mais benéfico repetir frases que têm sido proferidas muitas vezes do que usar termos familiares que são traduções dessas frases, mas não têm os mesmos ecos no universo.
(Samuel L. Lewis, 3)

É preciso também ter a capacidade de liderar uma dança de parceiros com a progressão, uma dança em combinação com uma prática de Caminhar Espiritual, e várias danças consecutivamente, com a construção de um tom central ou atmosfera sagrada.

O líder vai estar familiarizado com os escritos de Murshid Samuel Lewis e Hazrat Inayat Khan através da leitura e estudo. Também é altamente recomendado a sabedoria vem da dança, a escrita selecionada na dança espiritual de Ruth St Denis. Murshid Samuel Lewis escreveu que as danças foram "iniciadas" no akasha por Hazrat Inayat Khan e Ruth St Denis, que foram os primeiros a trazer esses ensinamentos em conjunto em 1910." (Por favor, consulte a [Bibliografia e Estudo de Materiais e Fontes de Pesquisa](#)).

5. Corporificação dos Caminhares

Os caminhares espirituais são práticas de corporificação consciente que têm o potencial de integrar na vida cotidiana os estados experimentados nas danças. Mesmo se um líder de dança é capaz de liderar um caminhar em sua sessão de Danças, isso não é tão importante quanto dominar os efeitos das práticas caminhando em seu próprio ser.

Um líder de dança certificado será capaz de liderar o caminhar "Toward the One" ("Em Direção ao Uno"), o Caminhar dos Centros, o Caminhar dos Elementos e os Caminhares do Sol e da Lua (dos Caminhares das Influências Planetárias ou Yoga Astrológica). (Veja o [Manual de Danças de Fundação e Caminhar Espiritual](#).)

6. Responsabilidade Social

Um líder de dança não atua num vácuo, mas em uma mandala de dançarinos, músicos e outros líderes. Espera-se que um líder de dança que trabalhe em círculos contínuos tenha conhecimento de uma vasta gama de responsabilidades sociais

para com o círculo, e os ambientes maiores, e tente se tornar hábil em comunicação, resolução de conflitos, mediação e formação de equipe.

Líderes de dança e mentores são incentivados a recorrer a formação nestas habilidades interpessoais, através de oficinas oferecidas pela Aliança de Mentores ou através de outras oportunidades.

Queremos seguir o exemplo de Murshid SAM cuja vida enfatizou serviço e generosidade de coração aberto em vez de um desejo de reconhecimento, riqueza ou poder. Ao longo da existência da Aliança de Mentores, líderes de dança e mentores têm trabalhado em posições de serviço em suas próprias comunidades de Dança e na Rede Internacional das Danças em geral. Eles doaram generosamente seu tempo, dinheiro e recursos, a fim de promover o trabalho em benefício de todos os seres.

Encorajamos os líderes de dança e mentores para continuar esta tradição de serviço e generosidade em qualquer caminho em que eles se sintam movidos para fazê-lo.

"Achamos que estamos apenas cantando e dançando, mas estamos na realidade criando paz." (Murshid SAM, parafraseado por um dos seus primeiros alunos).

APROFUNDANDO NA LIDERANÇA DE DANÇAS

A certificação marca um nível básico de competência nas habilidades de liderança das Danças. Todos os líderes de dança certificados são convidados a comprometer-se a estudar e praticar, enquanto estão ativamente transmitindo as Danças da Paz Universal e os Caminhares Espirituais. Eles se mantêm conectados com o seu mentor, seguem as diretrizes éticas e os acordos da Aliança, e se aprofundam na sua própria prática espiritual e nos Elementos de Maestria. Só se pode transmitir e compartilhar o que se experimentou e integrou.

Não há outro reconhecimento externo além da certificação para marcar níveis avançados de desenvolvimento como um líder de dança. Em vez disso, o feedback e o reconhecimento se reflete através dos resultados de suas próprias ações, e também se reflete através de um mentor, com quem o líder certificado continua a caminhar.

Um líder de dança avançado é reconhecido pela intensificação da presença, magnetismo, e equilíbrio em sua liderança e tem um repertório de dança que se expandiu, incluindo muitas Danças de fundação de uma ampla gama de tradições espirituais. Tal líder conduz muitas das danças originais de Murshid Samuel L. Lewis, tem a capacidade de representar a baraka de Murshid Samuel L. Lewis através de suas danças e caminhares, e tem a capacidade de liderar várias de suas Danças avançadas.

O repertório de caminhares espirituais de um líder acabará por se expandir para incluir todos os Caminhares Planetários e dos Elementos, bem como uma variedade de Caminhares Wasaif. Um líder de dança avançado é incentivado a aprender os Caminhares Espirituais avançados, incluindo Caminhar Tassawuri,

Caminhar Planetário avançado, Caminhar avançado dos Centros, e Caminhar avançado dos Elementos.

A quantidade de danças e caminhares não são um fim em si, mas apenas uma indicação de que o líder continuou aprofundando o domínio desse caminho. Mais importante ainda, ao longo do tempo, o líder de dança avança para cada vez mais encarnar a verdade e a transmissão das frases sagradas com graça e humildade.

Através das danças e caminhares, eles são capazes de transmitir uma visão ampla da liberdade humana e tornar-se um veículo para o despertar da humanidade. Essa capacidade geralmente vem de um envolvimento profundo e dedicado com as suas impressões internas, condicionamentos e obscuridades, através de um caminho espiritual dinâmico.

Através da experiência das Danças da Paz Universal e do Caminhar Espiritual, através do estudo e da prática espiritual, através da dissolução do ego, e através das experiências de vida, se continua a crescer espiritualmente e como líder de dança.

PARTITURAS DAS DANÇAS E GRAVAÇÕES

O site DUP International disponibiliza uma biblioteca de recursos on-line para os membros líderes da Aliança contendo as partituras de dança aprovadas pelos autores, faixas gravadas das músicas e outros recursos. Esta biblioteca é acessada por senha protegida, financiada pelas anuidades pagas pelos líderes, inclui o conteúdo do manual de Danças de Fundação e muitos dos livretos de Dança previamente publicados, bem como danças mais recentes. Como tal, é uma referência valiosa e autêntica. No entanto, no fornecimento deste recurso está claro que não pretende-se que as partituras e gravações tornem-se os meios para aprender e, em seguida, liderar novas danças que não se tenha experimentado pessoalmente. E, por favor, não conduza uma dança depois de apenas ver um vídeo do YouTube dela. É especialmente importante nesta era digital para que sigamos fieis à transmissão de pessoa a pessoa, de coração à coração, dessas práticas de Dança. A transmissão espiritual das Danças permanece experimental, direta, passada de um ser humano para outro.

A ALIANÇA DE LÍDERES

A Aliança de Líderes é o corpo coletivo de todos os líderes de dança orientados. Os Membros da Aliança de Líderes são responsáveis pela realização e alimentação do fluxo de vida das Danças da Paz Universal e Caminhar Espiritual através de uma liderança que reflete seu desenvolvimento espiritual e pessoal. Quando alguém se torna um líder de dança orientado torna-se automaticamente um membro da Aliança de Líderes, se estiverem de acordo com as Diretrizes da Aliança de Líderes, devem estabelecer um relacionamento ativo com o seu mentor, e manter-se atualizado com taxas anuais da Aliança de Líderes.

MENTORES DE DANÇA E MENTORES DA ALIANÇA

Mentores das Danças são líderes experientes de Dança que foram convidados

para tornarem-se professores e guias de líderes mais novos, incentivando seus orientandos a desenvolver e liderar a partir de seu aprofundamento espiritual. A Aliança Mentores é como um conselho coletivo de todos os mentores. A Aliança de Mentores proporciona um fórum para comunicação sobre assuntos como transmitir, nutrir e proteger este corpo de trabalho, a formação das Danças e Caminhar Espiritual dos líderes e a manutenção dos acordos e Diretrizes da Aliança. Além disso, as discussões dos mentores Aliança orientam e assistem o Conselho de Orientação em todos os aspectos do seu trabalho.

Mais informações sobre a orientação das Danças estão publicadas em [Mentoring Path](#).

CONSELHO DE ORIENTAÇÃO

O Conselho de Orientação mantém em confiança a transmissão das Danças da Paz Universal e Caminhar Espiritual na linhagem de Murshid Samuel L. Lewis. Quatro a seis mentores seniores são nomeados de forma rotativa pelo Pir da Sufi Ruhaniat International, que é o Guia Espiritual das Danças da Paz Universal. O Conselho de Orientação tem a responsabilidade de orientar os líderes e mentores, incentivando sua expansão espiritual e desenvolvimento pessoal, apoiando oportunidades de aprendizagem, determinam os requisitos para o nível de realização e a defesa das normas de conduta e de relacionamento humano em consonância com a transmissão das Danças da Paz Universal. O Conselho de Orientação mantém comunicação com o Guia Espiritual, que fornece assistência, se necessário.

COMUNICAÇÃO E TRABALHO EM REDE - TODOS OS LÍDERES DE DANÇA

Uma vez que se estabelece um acordo de relacionamento com um mentor, o mentor fornece ao [Coordenador da Comunidade](#) os seguintes dados sobre o novo aprendiz: nome, endereço, telefone, e-mail, data em que a orientação está começando. O Coordenador da Comunidade irá confirmar o registro da relação de orientação tanto para o mentor como para o aprendiz. Além disso, é da responsabilidade de cada líder orientado garantir que quaisquer alterações às suas informações pessoais sejam comunicadas tanto ao [Coordenador da Comunidade](#) como ao seu mentor.

O Conselho de Orientação fornece comunicações periódicas através de boletins diretos por e-mail para todos os membros da Aliança de Líderes. InTheGarden é um fórum com moderador (um e-grupo) para todos os membros da Aliança de Líderes para a discussão de questões relativas à condução das Danças e Caminhar Espiritual, treinamento e desenvolvimento, sobre a nossa forma de trabalhar e as informações a respeito de administração e estrutura. Todos os líderes são convidados a participar através do envio de uma mensagem de e-mail para InTheGarden-subscribe@yahoogroups.com.

CAMINHANDO EM UNIDADE COM UM MENTOR - UM CAMINHO CONTÍNUO

Todos os líderes, não importa o nível de habilidade e maestria que tenham alcançado, continuam caminhando com seu mentor de Dança e aprofundando nos [Elementos de Maestria](#), formando assim relacionamentos de longo prazo - em alguns

casos, pela vida toda. No entanto, pode ser adequado dissolver uma relação de orientação quando, ao longo de um período de tempo, condições de trabalho frutíferas tenham se mostrado desafiantes. Qualquer mentor ou orientado pode interromper um relacionamento particular se após esforço razoável, não for possível manter a conexão. Uma vez que um novo mentor foi identificado, o líder de dança irá pedir seu antigo mentor para entrar em contato com o novo mentor para descrever a experiência de dança com o líder e do progresso na formação em dança, e fazer recomendações. O novo mentor não vai aceitar a transferência de um líder orientado sem fazer esse contato com ex-mentor do líder. O novo mentor é responsável por comunicar a transferência para o [Coordenador da Comunidade](#), que irá confirmar a mudança de registro de ambos os mentores e o aprendiz.

ACORDOS

Para todos os membros da Aliança Líderes

SOBRE O NOME "Danças da Paz Universal"

As danças foram chamados por diferentes nomes através de sua história; neste momento, elas são formalmente identificados como as Danças da Paz Universal. Outros nomes usados por Murshid SAM foram: Danças Dervixes, Danças Mântricas, Danças Sufis, Danças Cristãs, Danças Angélicas, Danças de Mistério, Danças Espirituais. Ele referiu-se a todo o corpo deste trabalho como as Danças da Paz Universal ... "Eu estou ensinando 'Danças da Paz Universal'." (Samuel L. Lewis, [1](#))

O RESPEITO PELAS DANÇAS

Os líderes e mentores concordam em respeitar a integridade das Danças e Caminhar Espiritual criado por Murshid SAM e aqueles que seguem esta linha de transmissão. Líderes de dança são convidados a primeiro aprender as Danças da maneira como elas se originaram e que tenham sido transmitidas por seus autores, e honrar o pedido de criadores que pedem especificamente que as suas Danças não sejam alteradas. Estes pedidos são feitos para se perceba claramente a transmissão das frases sagradas como elas foram transmitidas, embora, ocasionalmente, pode ser necessário modificar a dança em função das circunstâncias e populações especiais (por exemplo, ao trabalhar com crianças, com idosos ou aqueles que de alguma forma têm necessidades especiais).

Permissão para conduzir danças mais avançadas e ciclos em público podem ser obtidas diretamente de seus autores, ou de um mentor, se eles tiverem a permissão do autor.

Ser um líder de dança não dá permissão para conduzir Zikr. Zikr é uma prática de linhagem Sufi. A permissão para levar esta forma de som e movimento meditação é dada pelo próprio guia Sufi; não é feita por iniciativa individual. (Note-se, no entanto, que os líderes da dança podem incluir Danças de Zikr como parte de um programa de Dança ou evento.)

O USO DOS RECURSOS DA BIBLIOTECA DE DANÇAS

Membros da Aliança de Líderes concordam em baixar materiais da Biblioteca de Recursos de Dança apenas para seu próprio uso e podem compartilhar estes materiais com outros líderes de dança e músicos quando necessário.

ANUIDADE DA ALIANÇA DE LÍDERES

Para ser um membro ativo em situação regular da Aliança de Líderes é necessário manter-se em dia com a taxa anual da Aliança de Líderes.

(Nota: os líderes da Aliança podem pagar a taxa anual diretamente à Rede Internacional das DUP através do site da organização. Ver

www.dancesofuniversalpeace.org/_donregional.shtm para mais informações.)

Em casos de dificuldades financeiras, líderes da Aliança podem solicitar bolsas e as taxas são parcialmente ou totalmente remidos de um fundo criado para isso, feito através de doações.

POLÍTICA PARA USO DA LOGO

O logotipo com o círculo de corações pode ser utilizado por todos os membros da Aliança de Líderes, bem como para eventos oficiais da organização. Por favor, veja a [política de uso](#) antes de usar o logo.

DIRETRIZES ÉTICAS

1. Nós reconhecemos que somos todos afetados pelas partes menos saudáveis dos nossos eus individuais e nossa cultura em torno de questões de poder, sexo e dinheiro. Por respeito para com as Danças da Paz Universal, para com nós mesmos, e para aqueles que dançam conosco, nós nos consideramos responsáveis por agir da maneira mais ética possível em todos os momentos. Estamos todos juntos nisso e ninguém está isento de tais influências da nossa sociedade. Também reconhecemos que os erros e acidentes acontecem. A este respeito, vamos continuar o nosso próprio processo de cura e render-se ao Ser Único. Vamos defender diretrizes éticas básicas comuns aos preceitos dos caminhos sagrados e religiões.

2. Nós faremos o nosso melhor para ser sensível à dinâmica das relações interpessoais, particularmente quando um desequilíbrio de poder possa existir ou ser percebido como existindo. Nós não utilizaremos o nosso papel como líderes ou mentores para manipular ou obter favores que de outra forma não seriam dados livremente. Como líderes de dança concordamos em realizar com integridade a segurança de todo o círculo, percebendo que nossas conexões pessoais com membros do círculo estão à serviço do círculo como um todo.

3. As danças são uma prática espiritual que podem despertar muitas qualidades dentro de nós, incluindo sentimentos amorosos e sexuais. Como líderes e professores entendemos que, embora possam surgir esses sentimentos, não vamos agir através deles. Nós concordamos em não buscar um relacionamento sexual ou romântico com os participantes no círculo durante um evento de dança ou retiro. Nós não vamos agir de qualquer forma que possa tirar proveito da vulnerabilidade de qualquer participante.

4. Mentores concordam em se abster de atividade sexual com seus próprios alunos (mentees). Solicita-se que a relação de mentorização (Orientação) seja mutuamente reconhecida como terminada, e que o estudante encontre um novo mentor antes que um mentor e o aprendiz decidam explorar um relacionamento romântico ou sexual.
5. Vamos ser honestos e diretos em nossos negócios com o dinheiro e fazer o nosso melhor para ser explícito sobre taxas que cobramos ou contribuições que esperamos para uma compensação razoável pelo tempo, despesas e viagens em relação a liderar danças e processos de mentorização (orientação).
6. Vamos ser honestos em nossas comunicações com os outros e com os participantes, e fazer o nosso melhor para a prática respeitosa, clara e direta dessa comunicação.
7. Nós não vamos usar substâncias intoxicantes ou ser afetado por elas durante a condução de qualquer evento de dança.
8. Quando surgem questões éticas, vamos fazer o nosso melhor para trazê-las à resolução, incluindo, entre outras coisas; auto-investigação, escuta, fala hábil, buscar e receber orientação e apoio, e praticando a dissolução do ego. Nós concordamos em consultar nosso mentor para nos orientar com objetividade, sempre que surjam preocupações de ordem ética, se estamos preocupados com causar prejuízo à outra pessoa ou se a questão é a pessoa cujo comportamento é o objeto das preocupações.
9. Estamos de acordo em lidar com dificuldades de natureza ética, em conformidade com a Política de Ética.

Diretrizes Éticas para Líderes de Danças da Paz Universal de Março de 2016.

CADEIRA ÉTICA OU CO-PRESIDENTE

O Conselho de Orientação (GC) e o Guia Espiritual irá selecionar a partir do corpo de mentores duas cadeiras Co Ética - ou se apenas uma está disponível, uma cadeira Ética - (CE) será designada para receber relatos de incidentes abusivos e violações de normas éticas. A GC em consulta com o Guia Espiritual irá confirmar anualmente os compromissos da CE.

PROCESSO DE RECLAMAÇÃO ÉTICA

1. Por uma questão de reconhecer e apoiar a capacidade das comunidades locais, nós incentivamos qualquer pessoa com preocupações sobre o comportamento ético de um membro da Aliança de Líderes para abordar estas preocupações diretamente com a pessoa envolvida e tentar resolver o problema informalmente, com assistência de recursos locais. Caso esses esforços estejam aquém da resolução para a satisfação de todos os interessados, sugerimos que a pessoa em causa vá discutir isso melhor com o seu mentor e considerar uma discussão preliminar sobre as questões envolvidas com a CE,

antes de determinar a possibilidade de apresentar uma queixa formal de violação ética.

2. Se a decisão feita for para fazer uma queixa formal de violação ética, isto é para ser arquivado com a CE, que informará o GC e os respectivos mentores.
3. A CE irá solicitar ao interessado que se eles tentaram abordar e resolver o problema diretamente com a pessoa(s) envolvida(s), e se eles têm procurado o apoio de seu próprio mentor. Se eles não têm, a CE irá incentivá-los a fazê-lo. Se solicitado, a CE irá oferecer consulta e sugestões de encaminhamento para a resolução de conflitos ou de mediação.
4. Se as etapas acima não resolverem o problema, o presidente GC e a CE irá considerar a formação de um Comitê de Ética.
5. A Comissão de Ética será composta pelo mentor e guia espiritual / professor / iniciador (se tiver) da pessoa em questão, a CE, o Presidente GC, e outro membro Mentores Aliança selecionado pelo Presidente GC. O Comitê de Ética vai abordar cada situação com a esperança de chegar a uma solução criativa que será benéfica para todos os envolvidos.
6. Se alguém estiver satisfeito em qualquer ponto no processo acima, podem solicitar processo para o passo seguinte.
7. Nem o GC, nem a Comissão de Ética é um órgão legal ou quase-legal. Trabalhamos com base na confiança, colaboração, consentimento e respeito mútuo. Se a CE ou pelo Comitê de Ética percebe que as questões legais podem estar envolvida s, as partes serão encaminhadas às autoridades competentes.
8. Todas as pessoas que atuam em qualquer processo de queixa ética manterão o mais rigoroso sigilo de todos os relatórios de suposta violação de normas éticas, com o entendimento de que as pessoas acima mencionadas (mentores, CE, GC cadeira, Guia Espiritual) irão ser envolvidos e também manterão essas informações em sigilo.
Nota: os líderes de dança podem optar por fazer esta Política de Ética disponível em reuniões públicas regulares e outras classes em curso de Danças da Paz Universal e meditações caminhadas.

ELEMENTOS DE MAESTRIA

Aprender a conduzir as Danças envolve muito mais do que simplesmente conhecer seus movimentos e melodias. Este pode ser o ponto de partida, mas há muito mais para ser experimentado e assimilado antes que se possa liderar dançarinos com maestria a partir deste corpo de trabalho.

Como líderes de dança potenciais todos nós começamos com pontos fortes e oportunidades de crescimento. Manifestamos maestria na liderança da dança, dedicando-nos a este caminho e dissolvendo-nos nas danças e suas práticas associadas ... e pelo estudo. É um processo sem fim.

Os Elementos de Maestria listados aqui podem ser estudados em profundidade para promover nosso desenvolvimento como um líder de dança e mentor. As descrições oferecidas são apenas o toque inicial sobre estes temas. Este também não é um processo linear. Estes elementos de fundação são desenvolvidos simultaneamente, e não sequencialmente, tanto com cada um por si como na troca de informação com os outros. Todos os líderes orientados são convidados a participar de uma exploração que vai muito além do que é mencionado aqui. As referências são dadas ao longo de estudo aprofundado e de prática.

A LINHAGEM DA DANÇA

As Danças da Paz Universal e o Caminhar Espiritual nasceram através do ser de Samuel Lewis (Sufi Ahmed Murad Chishti ou Murshid SAM), que se tornou o Diretor Espiritual da Sufi Ruhaniat International. Ele ensinou e transmitiu a experiência direta de como o Divino se manifesta através de todas as qualidades, os belos no- mes de Deus. As Danças e Caminhar Meditativo vieram através dele em sonhos, vi- sões, momentos de inspiração e insights, como uma forma de transmitir e incorporar diretamente a experiência espiritual.

Murshid Samuel Lewis, cujo professor raiz era o místico sufi Hazrat Pir-O-Murshid Inayat Khan, foi também um estudante de vários outros professores e mentores espirituais. Incluindo Swami (Papa) Ramdas, Mãe Krishnabai, Roshi Nyogen Senzaki e Ruth St. Denis. Esses seres formam a linhagem de antepassados da dança.

Murshid Wali Ali diz-nos que Murshid SAM conscientemente transmitiu seu despertar espiritual na forma como ele transmitiu as Danças e os Caminhares para os outros. Murshid SAM treinou seus alunos para seguir seus passos depois que ele deixasse o corpo, para que dessem continuidade a esta transmissão de bênção. Ele dizia para aqueles a quem ele tinha transmitido poder como professores das danças e dos caminhares que, antes de um encontro, eles deveriam simplesmente lembrar a sua presença e sua energia, pois assim tudo viria deste mesmo lugar. Este fluxo contínuo sempre presente da linhagem permitiu que as danças e caminhar espiritual levassem a sua bênção como veículos preciosos para a realização espiritual.

Numa relação sagrada de aprendizagem: auto-disciplina, consistência, entrega voluntária e serviço, são temas-chave e provam a existência de um verdadeiro crescimento, realização e, finalmente, a capacidade de conduzir a corrente de amor magnético, chamado de transmissão ou a linhagem em várias tradições... A "fonte" na área das Danças e Caminhares, é em última análise, o coração de Deus. O nexo essencial ou conexão com ele [este coração] é o ser do Murshid Samuel L. Lewis e seus sucessores nesta linha. Não há transmissão nesta área, sem uma verdadeira ligação com este ser, ... embora sua personalidade ... seja apenas uma porta de entrada para uma sintonia contínua vivendo com a sua Presença. Em última análise, as organizações não têm e não podem garantir autoridade espiritual para uma transmissão; apenas os seres humanos podem, e fazem. Este é um tema consistente dos escritos e da vida de Murshid Samuel Lewis. (Saadi Shakur Chishti, [1](#))

A transmissão da dança e do caminhar espiritual da linhagem é confiada a um Conselho de Guias, uma Aliança de Mentores, e uma Aliança de Líderes, com o Pir da Sufi Ruhaniat Internacional servindo como guia espiritual. Um grande cuidado é tomado na formação e orientação dos líderes de dança para que o fluxo de bênção das Danças da Paz Universal que se originou com Murshid SAM continue a se espalhar por todo o mundo, de mão em mão, de coração a coração.

Hoje o professor traz a Presença viva no meio dos discípulos. O Professor anima-os com fervor espiritual. Eles são atraídos para o professor e uns aos outros pelo amor sagrado. Eles se tornam uma unidade compacta, que pode e deve agir como uma unidade em todas as coisas. Este é o padrão ideal após o que outros padrões menores se originaram. E é assim que a hierarquia opera nos planos acima e abaixo, com os seres visíveis e invisíveis. (Samuel L. Lewis, [2](#))

EXPERIÊNCIA, ASSIMILAÇÃO E TRANSMISSÃO

Para os líderes das danças e do caminhar é essencial desenvolver uma sintonia com o fluxo de bênçãos de Murshid SAM. Suas danças originais (ver [Danças de Fundação e Manual de Caminhar Espiritual](#)) são uma das pedras angulares no caminho da Maestria. Seus escritos são uma profunda fonte de inspiração e sabedoria. Caminhar nas pegadas de um professor experiente de dança e caminhar é um elemento intrínseco para o aprofundamento nesta sintonização.

Nós só podemos compartilhar com os outros o que temos vivido e adquirido maestria em nós mesmos. Se assimilarmos o que experimentamos e começarmos a transmitir a partir de nossa própria compreensão e realização, desenvolveremos o nosso próprio estilo, autêntico. Dance o máximo possível. Trabalhe com professores talentosos que estão sintonizados com essa corrente espiritual. Desenvolva a sua conexão interna com o fluxo de bênção viva desta linhagem. Confie na sua própria experiência.

Temos estas palavras nas orações. Temos esses ensinamentos na literatura. Mas nós nem sempre temos realizações. Há uma procissão de vitalidade espiritual, passada de alma para alma, por assim dizer, no que pode ser chamado de transmissão do dharma por um lado e de transmissão de Baraka [bênção], por outro. (Samuel L. Lewis, [3](#))

OS CAMINHARES

Assim, os caminhares tornam-se um mundo, um reino em si mesmos. Eles nos oferecem um curso inteiro de desenvolvimento espiritual: concentração, prática de respiração, centralização, auto-dissolução, sintonia e devoção, que é a visão completa do caminho. (Wali Ali Meyer, [4](#))

Os caminhares em concentração são uma forma poderosa de prática espiritual em movimento. Práticas espirituais que anteriormente foram feitas em posturas meditativas estáticas foram transformadas por Murshid SAM em práticas de caminhares de incorporação. São práticas de concentração, auto-domínio e realização.

Os caminhares [Elementais](#) são práticas de trabalho com os elementos, terra, água, fogo, ar e éter. Os Caminhares dos Centros têm foco sobre os centros energéticos do corpo: Pés, Hara, Coração, Terceiro Olho, e Coroa. Os Caminhares Planetários usam a linguagem da astrologia para desenvolver a capacidade de experimentar vários aspectos do nosso corpo intrínseco de energia. Os diferentes caminhares, respirações e giros nos sintonizam com o Sol, Lua, Vênus, Marte, Mercúrio, Saturno, Júpiter, Urano, Netuno ou Plutão. Uma prática avançada inclui caminhar diferentes combinações dos planetas, que podem especificamente se desdobrar em caminha- res pessoais (isto é, caminhares do Karma e do Dharma). O Caminhar dos Atributos Divinos (Wazifas) é uma prática de oração corporal que invoca e corporifica as qualidades do Divino Ser Único (os 99 Belos Nomes da Unidade). Caminhares Tassawuri são uma sintonia e prática de corporificação em que, literalmente, imagina-se o professor ou um Ser Realizado como se estivesse à sua frente ou dentro de si e nos movemos e respiramos em unidade com ele. (Veja [Manual de Danças de Fundação](#) e [Caminhar Espiritual](#).)

O domínio desses caminhares auxilia no desenvolvimento da personalidade como um todo. São práticas que ajudam a desenvolver a capacidade de dominar a energia interna e mudar conscientemente entre vários estados energéticos.

Mesmo que não seja essencial fazer regularmente os caminhares com os outros, é essencial para o desenvolvimento como um líder de dança que ele tenha maestria sobre elas no seu próprio ser.

RESPIRAÇÃO

A respiração pode ser usada internamente na meditação e externamente no caminhar e na dança. É o canal das bênçãos e de todas as formas de magnetismo discutidas nos ensinamentos. (Samuel L. Lewis, [5](#))

O ritmo é o aspecto principal a ser considerado na respiração, pois é do ritmo da respiração que depende o funcionamento de todo o mecanismo, e a principal razão da irregularidade da pulsação do coração ou da cabeça é a falta de ritmo na respiração . (Inayat Khan, [6](#))

A respiração não deve ser confundida com o ar. Desenvolva a consciência da respiração como energia, como a própria força da vida. A respiração é o canal para muitos tipos de magnetismo. Aumente sua compreensão do processo de respiração e de como isso afeta tudo o que fazemos.

Respiração ritmada simples, com a inalação e exalação equilibrada, é a base de todo o desenvolvimento. Observe a respiração e aprenda com ela. Desenvolva a consciência e o controle do fluxo de ar. Pratique a respiração rítmica e a Respiração de Purificação dos Elementos (ver Manual de Danças de Fundação e Caminhares). Utilize sua respiração. Respire as frases sagradas da dança em ritmo. Sintonize-se com o giro e o fluxo da respiração do círculo dança como um todo, dançando "Na respiração!" (nota do tradutor: isso significa dançar sem cantar, apenas respirando)

Não faltará energia e magnetismo se a respiração estiver cheia de energia. Portanto, antes do desenvolvimento de qualquer outro meio de cura, a força da respiração deve ser primeiramente desenvolvida. (Inayat Khan, [7](#))

CORAÇÃO

Aqueles que encontraram o centro de seu Ser no coração obtém a maior alegria na dança. (Samuel L. Lewis, [8](#))

O coração é mais do que simplesmente um órgão físico. Místicos e alguns cientistas afirmam que o coração é um órgão sensorial e um centro sofisticado para receber e processar informações. O coração gera o campo eletromagnético rítmico mais poderoso e mais extenso do corpo. Através do coração pode-se desenvolver e aperfeiçoar seus sentimentos, intuição e vontade.

Quando você canta, sente a ressonância do som no coração. Se você respira no ritmo, sente a consciência no coração. Respire frases sagradas com a concentração no coração, por exemplo, "Bismillah" ou "Em direção ao Uno." Caminhe concentrado no centro do coração. Enquanto dança, centre a sua consciência no coração. Observe os efeitos em seu ser de todas essas práticas. Observe as diferenças de sentimento quando você não se concentra no coração. Apagando cada impressão indesejável do coração permite que com o tempo se purifiquemos o coração, "para tirar a ferrugem do coração", como dizem os Sufis. O coração pode se tornar um espelho claro para refletir a Essência Divina. Nesta linha de desenvolvimento, estamos despertando o próprio coração, e despertando o

coração dos outros.

A primeira e última instrução para a orientação espiritual de dançarinos é que eles encontrem o centro de seu próprio ser. Isto é, no coração, mas como já foi explicado, este coração é realmente muito maior do que o coração físico. O dançarino pode se beneficiar muito, concentrando-se neste centro cardíaco, em todos os aspectos. Por exemplo, há o aspecto físico em relação ao coração como o centro de gravidade em movimento. Há outro aspecto físico da relação coração como acima do centro de gravidade e usando-o como um centro de atração para se elevar. Não é o uso do coração como centro de sentimento, mas acima de tudo, como um centro de inteligência. (Samuel L. Lewis, [9](#))

CORPORIFICAÇÃO

O observador é o devoto fervoroso, mas o dançarino torna-se divino. (Samuel L. Lewis, [10](#))

As danças são meditação em ação. A mente discursiva não está envolvida. Podemos descansar na consciência pura e sentir o que está realmente acontecendo. Como nossa respiração está se movendo e como o nosso corpo está se movendo? O que esta sendo expressado através de nossos movimentos? Será que os nossos movimentos tornam-se mais refinados? Será que nossos mudras (posturas dos braço e das mãos) sentem a expressão de devoção? Esta é uma oportunidade para o auto-testemunho e auto-consciência. Como é que trazemos devoção e sabedoria para a forma?

As Danças e Caminhares tornam possível a incorporação de estados espirituais e bênçãos espirituais. Sinta e incorpore Alegria ... irradie isso para todo o círculo de dança. Sinta e incorpore Paz ... irradie isso para o círculo de dança. Sinta-se e incorpore Maria, Quan Yin, Tara, Krishna, Rama, Moisés, Murshid SAM, Hazrat Inayat Khan - ou outro ser ou professor com quem se sente uma sintonia. Como líder de dança é preciso aprender como mudar facilmente entre esses estados e, por meio da própria personificação de um, criar o espaço para os dançarinos no círculo entrarem por aquelas portas. Permita-se ser um canal para a distribuição de bênçãos.

RITMO

O ritmo é de extrema importância em nossas vidas. Ele nasce da terra e nos traz a força e as qualidades da terra. Ele caracteriza os nossos sistemas respiratório e circulatório que, respectivamente, trazem e mantêm vibrações e forças do mundo externo, talvez do mundo interno também. Quando há descompasso no ritmo, há uma falta de equilíbrio, e então, em seguida, seja qual for o movimento que possamos entrar, produz-se uma perda de poder psíquico. (Samuel L. Lewis, [11](#))

Para regular o ritmo é preciso primeiro entender o ritmo. Nós fazemos uso de música e dança e exercícios respiratórios para esta finalidade. (Samuel L. Lewis, 12)

A vida em si é baseada em ritmos naturais. Para um líder de dança um bom senso de ritmo é um pré-requisito essencial. Aprenda a cultivar ritmo em todos os aspectos da sua vida... em sua prática espiritual, em seus hábitos diários, entre atividade e repouso. Na atividade da mente, no Caminhar e na Dança, aprenda a unir pensamento, sentimento no coração e movimento no corpo. Especialmente desenvolver o ritmo em sua respiração. Desenvolver ritmo e equilíbrio na respiração pode ser o ponto de partida. Manter esse ritmo equilibrado em todas as circunstâncias é o objetivo.

O trabalho que um Sufi considera o seu trabalho sagrado não tem nada a ver com qualquer credo particular, nem com qualquer religião em particular; é apenas esta coisa simples que eu tenho dito: Estar no ritmo com as condições de vida e de estar em sintonia com o infinito. (Inayat Khan, 13)

VOZ

A voz tem todo o magnetismo de que necessita um instrumento; porque a voz é o instrumento ideal da natureza, sobre o qual todos os outros instrumentos do mundo são modelados. (Inayat Khan, 14)

Assim do cultivo do coração vem o cultivo da vida, e o que é a voz? A voz é a expressão da vida, e quanto mais vida se tem, mais serão os aspectos quantitativos e qualitativos da voz, mais controle das palavras, o controle da respiração e auto-controle. Então, podemos usar a voz, podemos empregar som, para o cumprimento do propósito de vida e para a expressão da divindade interior. (Samuel L. Lewis, 15)

A articulação da frase sagrada com a voz é um componente essencial das Danças. A voz é a respiração amplificada. A voz é o indicador do clima interior de alguém. No mínimo, como um líder de dança, é preciso ter ou desenvolver a habilidade de cantar em sintonia e sustentar uma música por conta própria.

Espiritualize a voz. Coloque a voz no coração. Desenvolva o tom de voz. Arredonde as arestas da voz. Sinta a vitalidade. Aprofunde a ressonância. Explore as várias qualidades da voz, Jelal (energia) e Jemal (beleza). Redescubra a voz natural. Através da prática regular, sua voz vai evoluir.

Quando se canta e se pensa no quê se está cantando, mesmo que seja uma única nota, podemos segurá-la por muito mais tempo. Em seguida, podemos colocar o poder e magnetismo nela, transmitir sentimentos nela e assim não se cansar. (Samuel L. Lewis, 16)

MAGNETISMO E ATMOSFERA

A grande obra dos iniciados a partir de agora será a espalhar Baraka [magnetismo espiritual]. Ao fazer isso eles vão purificar a atmosfera geral, por que a mensagem que pertence à própria esfera irá gradualmente tocar os corações e as mentes de todos os que passam por ela, que respiram o ar ou vão aos lugares onde as sementes de Baraka têm sido plantadas. Esta é a propagação abnegada da Mensagem. (Samuel L. Lewis, [17](#))

As Danças podem criar atmosfera sagrada, onde e quando elas são feitas. Toda a atmosfera pode tornar-se carregada de magnetismo. Assim como o líder de dança é um canal para o magnetismo. Aprenda a desenvolver o magnetismo em seu ser. Através de sua respiração e do coração se torne um canal para Baraka, que é o poder do amor-magnetismo-bênção.

Magnetismo também é em certo sentido, dar permissão para que os dançarinos experimentem as danças com o próprio ser inteiro. Através do brilho da respiração e do coração para todo o círculo se cria as condições ideais para a experiência espiritual. Isso também envolve os princípios de atração. O coração de ressonância é capaz de sintonizar o dos outros nas mesmas frequências.

Criar atmosfera sagrada é uma afinação do espaço, uma tecelagem de todos os elementos presentes. Assim, temos que uma dança é importante, tanto quanto onde se dança. Aprenda a limpar o espaço antes de começar, se for necessário. Alguns espaços de dança prestam-se imediatamente para a experiência de dança; em outros espaços, teremos que trabalhar para isso. Limpar o espaço interior e sintonizar com o seu espírito guia e seus professores. Se você está distraído ou não estiver em plena saúde, tudo isto será sentido em algum nível por todo o círculo.

Estamos descobrindo que repetir os Nomes de Deus, se referindo a essência (Zat) ou atributos (Sifat) torna-se muito útil. Os devotos que repetem esses nomes encontram mudanças acontecendo em si mesmos, eles começam a perceber os atributos divinos, tornam-se absorvidos nos atributos e nas bênçãos dos mesmos e dai vem um magnetismo cada vez maior em todos os níveis. (Samuel L. Lewis e Moineddin Jablonski, [18](#))

CONCENTRAÇÃO

Na concentração espiritual, a consciência inteira está focada sobre o coração que pode ser despertado e as suas qualidades de vida inundam a personalidade. (Samuel L. Lewis, [19](#))

Alguma forma de treinamento na prática de concentração irá desenvolver a capacidade de manter o foco e o centramento sob toda e qualquer circunstância que se poderia encontrar no círculo de dança. O segredo da concentração é ter estabilidade da mente e o desenvolvimento de foco relaxadamente. Desenvolver a capacidade de concentrar suas energias totalmente na atividade do momento para excluir todo o resto.

Prática de Fikr [a prática sufi, respirando frases sagrados em ritmo com o movimento natural da respiração] é de grande ajuda para a concentração. Também para manter o coração e a mente em "Em direção ao Uno", com cada inspiração e expiração (Darood). Isto deve ser continuado até que todas as inalações são iguais e todas as exalações são iguais e há um equilíbrio entre a inalação e de exalação. Embora isto pareça muito simples, é um dos fatores mais importantes para o processo de concentração e, a sua própria simplicidade, muitas vezes faz com que ele seja negligenciado. (Samuel L. Lewis, [20](#))

MEDITAÇÃO

Em termos de Vedanta, a vida é semelhante ao mar, onde há uma subida contínua e queda das ondas. Todo homem, por natureza, procura a paz e em paz por si só é a sua satisfação. Mas muitas vezes ele procura isso de forma errada, e, em vez de produzir a paz, ele cria mais luta na vida. (Inayat Khan, [21](#))

A meditação acalma a mente e ajuda na capacidade de construção. Quando se vive na consciência, pode-se começar a distinguir a diferença entre os pensamentos e o processo de pensamento ... não tentar parar o processo natural de pensamento, mas ser capaz de deixar de lado o conteúdo. Gradualmente, aprende-se a determinar quais ações são valiosas e importantes, intencionais e benéficas. Domínio de si mesmo em repouso pode levar a domínio de si mesmo em ação.

Escolha uma prática que funciona para você e estude com um preceptor realizado. Desenvolvimento da vida interior vai melhorar significativamente sua capacidade de liderança de dança.

A finalidade básica de treinamento espiritual é libertar o indivíduo desta auto-imagem criada por ele mesmo, por assim dizer, e deixá-lo viver como um "eu", criado por Deus, que era a intenção da criação. (Samuel L. Lewis, [22](#))

SILÊNCIO

Abrir os nossos corações para que possamos ouvir a tua voz que constantemente vem de dentro. (Inayat Khan, [23](#))

Criar as condições em sua vida para o silêncio exterior e cultivar o silêncio interior. Podemos encontrar espaço entre os pensamentos? Podemos entrar no mundo da experiência direta, em vez de se distrair com as histórias que contamos a nós mesmos sobre a nossa experiência? Habitar na presença pura. Saborear o silêncio no final de uma dança.

A paz é a condição positiva na qual a vida pode ser vivida sem discórdia. Existem dois aspectos do mesmo, a vida silenciosa e a vida de atividade. Estas condições não são opostas, mas são o inverso uma da outra, como o interior e exterior de um saco. Pode-se olhar para o caleidoscópio e ver formas e movimentos e atividades e não ser afetado por eles. Assim é a vida silenciosa, na qual se vê toda a vida dentro e ainda assim, não somos afetados por ela. (Samuel L. Lewis, [24](#))

SINTONIZAÇÃO - Tasawwuri, Fana, Dissolução

Assim, através da sintonização se aprende a andar como o professor, para obter os seus ritmos e depois aplicá-los de outra forma. Mas isso não tira a liberdade da mente ou do espírito. Pelo contrário, adiciona-lhes. A pessoa torna-se uma luz viva, não uma mera sombra. Pode parecer imitação, mas este é apenas o envolvimento. E dessa forma o espírito do professor pode trabalhar com os discípulos. (Samuel L. Lewis, [25](#))

A vontade e a capacidade de sintonizar e render-se a bênção transmitida através das danças é o aspecto mais importante da liderança da dança. Em última análise, a maioria dos mentores consideram isto como a capacidade de apagar o ego-personalidade (mesmo e, especialmente, quando a personalidade ainda está presente), a fim de deixar o fluxo de graça atravessar. Isso também não pode ser tão enfatizado, assim quando se trabalha com as danças "externamente" elas vão ter efeitos "internos".

Devoção e sintonia intocada com ego transparente irá transmitir uma experiência além de pequenas variações de forma. (Saadi Neil Douglas-Klotz, [26](#))

A ciência e a arte de tasawwuri é permitir que o devoto siga um curso de elevação e nobreza estabelecida pelas almas iluminadas que formam a incorporação da realização do Mestre, o Espírito Guia. Isto refere-se tanto a personalidades na terra quanto a personalidades que deixaram esta esfera. Quanto maior for a evolução de uma [pessoa], maior [sua] capacidade de impressionar a atmosfera e arredores, onde [eles] têm vivido. (Samuel L. Lewis, [27](#))

ELEMENTOS

A ciência que existia no tempo dos antigos Vedas era a ciência dos elementos. Os cinco elementos (terra, água, fogo, ar e éter) estão trabalhando constantemente na natureza, e em cada pessoa um elemento é especialmente dominante.

As Respirações e Caminhadas Elementais (ver [Manual de Danças de Fundação e Caminhar Espiritual](#)) ajudam-nos a cultivar um entendimento consubstanciado da influência dos elementos em nosso ser. Há muitos aspectos a serem considerados (tais como o som, cor e vibração de cada elemento). Estamos mostrando sua natureza, sintonizando os elementos com respiração, movimento, ritmo, e direção. A qualidade da terra é para se espalhar em todas as direções, cobrindo a superfície. A natureza da água é de fluir para baixo, contornando todos os obstáculos. O Fogo sobe e excita. O Ar é um ziguezague em seu fluxo. O Éter não têm forma particular; todas as formas o originam e voltam a ele. (Para mais detalhes veja Inayat Khan, [28](#))

Através das Respirações dos Elementos e das concentrações de movimento, despertamos para a compreensão das influências correspondentes em nosso ser e em consciência, energia e a própria vida. Isso nos ensina a capacidade de mover intencionalmente de um estado para outro estado, em vez de ser, inconscientemente, impactado pelas energias dos elementos.

Através da nossa experiência consciente da Respiração dos Elementos, tomamos conhecimento de quais os elementos que dominam em momentos diferentes e como isso afeta a nossa forma de sentir, agir e conduzir. Nós também começamos a notar isso nos outros. A dimensão mais profunda é adicionada à nossa liderança das danças quando há consciência do elemento que pode ser predominante em nós em um determinado momento, e como os diferentes elementos se manifestam nas danças e no círculo de dança.

A concentração e a prática da ciência desses elementos é de grande valor na formação do corpo, emoções e mente. Quando o misticismo é ensinado como uma ciência, como os praticantes de Vedanta e Sufis o tinham, o aluno aprende a empregar estes elementos como servos, e, portanto, ele aperfeiçoa sua própria natureza e ajuda os outros. (Samuel L. Lewis, 29)

EVOLUÇÃO PESSOAL

Fazer um compromisso de liderar danças e aprofundamento no próprio caminho espiritual, naturalmente, inclui o refinamento em sua personalidade ego ... cultivar o equilíbrio emocional e desenvolver todas as habilidades interpessoais. Reconhecer e compreender os potenciais de sombra em si e dos outros. Um líder de dança precisa ser capaz de ser hábil quando as energias sensuais naturais surgem, e saber como mediar quando as tensões estão presentes no círculo de dança.

Mestria em qualquer campo precisa de persistência em superar a rejeição e retrocessos. Desenvolver a auto-confiança necessária e auto-confiança para perseverar.

Aproveite a viagem!

Tradução : Laerte Willmann

TRABALHANDO COM A ENERGIA

Há dois aspectos a considerar no estudo da eletricidade: a capacidade e o potencial. A capacidade é a habilidade do recipiente de receber energia e o potencial é a habilidade do recipiente de carregá-la. Estes mesmos dois princípios se aplicam ao corpo humano. A capacidade se aumenta pela meditação e, em geral, pela ação do coração, mantendo o ritmo do pulsar do coração, de sentir a consciência do coração, de direcionar toda a atividade irradiando a partir do centro do coração e mantendo a unidade do sentimento, pensamento e da ação. Está conectada com a inspiração.

Correspondendo ao potencial elétrico a força motriz está no que os místicos também chamam de poder. Ele surge a partir do controle da respiração e da habilidade de aplicar e utilizar a respiração. Todos os mistérios surgem a partir desse dois temas. (Samuel Lewis, [30](#))

Há um oceano de ar em que vivemos, nos movemos e temos nosso ser. Através das Danças criamos certos padrões de energia. A energia da vida vem a nós e através de nós quando nós dançamos. Se você é um líder de dança habilidoso pode aprender a tecer essa energia para elevar à todos no círculo, através da intuição, aumentando o refinamento de sua própria respiração e ouvindo o Espírito Guia.

Nós vivemos e nos movemos no reino das forças psíquicas, e elas se movem dentro e através de nós. A aura muda de tamanho e de brilho de acordo com a nossa condição emocional. Parece reagir a diferentes influências e expandir em momentos de exaltação e amor cósmico. Realmente quando o nosso conceito de vida se expande, ela também se expande. Quando caímos em autopiedade, ela se contrai. Quando nossos pensamentos tendem em direção à terra, a aura assume uma cor e quando você se eleva para o céu, assume outra cor. As emoções também afetam as suas cores e nuances.

A aura não se desenvolve de forma direta. Ela nos segue, e não nós a ela. À medida que mudamos física, emocional, mental, moral ou espiritualmente, ela é alterada. Quando o nosso desenvolvimento atinge um determinado nível, torna-se uma lâmpada de luz pura. Então, um sensitivo a reconhecerá. Muitos que não são clarividentes podem, em certo sentido, perceber uma aura desenvolvida. (Samuel L. Lewis, [31](#))

HABILIDADES MUSICAIS

O conhecimento das emoções é de grande valor; e se (um) controla e dirige as emoções através da respiração e do pensamento, (um) e torna-se capaz de comunicar a vida através da música (um) e se beneficia mais através de sentir a vida dentro do coração; e (um) também pode alcançar uma formação mística adequada através do canto e na dança. A capacidade de se concentrar, a capacidade de sentir e o conhecimento das vibrações sonoras são os mais valiosos (Samuel L. Lewis, [32](#))

O acompanhamento musical não é essencial para as danças e de fato algumas danças podem funcionar melhor sem ele. No entanto instrumentos como guitarra e tambor podem criar uma base rítmica e melódica para uma dança e ajudar a manter a unidade das várias componentes de uma dança.

Para tocar em uma dança, ajuda saber distinguir entre técnicas externas de como tocar os instrumentos (ritmos diferentes, notas, escalas, acordes) e técnicas internas de afinação (concentração na frase sagrada, ouvir, concentrar na respiração e no coração, e estar consciente da energia do círculo).

Músicos que tocam para a dança são chamados a cultivar e participar dessas concentrações mais profundamente e são convidados a escolher e assumir um mentor para este propósito. Isto é “caminhar com o caminho”. Neste caso o processo de orientação do mentor irá focar mais na musicalidade na dança e na sintonia ao invés de focar na liderança da dança e não necessariamente na certificação como líder.

Um guitarrista por exemplo, além de conhecer todas as complicações e nuances de estilo, melodia e ritmo, também deve adquirir um poder psíquico em seus dedos e sentir uma ligação com o instrumento, como se o instrumento se tornasse uma extensão de si mesmo, por assim dizer. (Samuel L. Lewis, [33](#))

TRABALHANDO COM OS MÚSICOS

Idealmente os músicos deveriam experimentar dançar as danças antes de tocá-las. Os músicos vão oferecer um serviço para as Danças. Escolha os seus músicos com cuidado. Eles são convidados a pôr de lado os estilos individuais de tocar que chamam a atenção para si e acabam perdendo o coração da dança.

Os músicos devem enfaticamente resistir a ir por conta própria. A frase sagrada deve ser acima de tudo em sua concentração. A música deve acentuar o ritmo natural da frase sagrada. (Wali Ali Meyer, [34](#))

A escolha de instrumentos musicais, além da guitarra (para a melodia) e o tambor (para o ritmo) pode melhorar ou prejudicar a integridade ou a experiência da dança. Estas são considerações que o líder de danças deve estabelecer com seus músicos.

Os líderes de dança precisa desenvolver uma relação de proximidade com os seus músicos. Os Líderes esperam que os músicos centrem a sua atenção na dança e entrem em sintonia com isso. Seja claro com seus músicos. Instruí-los a observar os seus pés; treiná-los nas várias dinâmicas de uma dança; fazê-los olhar para você e ouvir as várias instruções, incluindo sinais não-verbais. Os líderes também podem querer incluir sessões de treinamento de músicos com eles, especialmente nas fases iniciais de tocar para as danças. Isso é benéfico para o novo músico de dança para aprender a ver o líder, familiarizado com as danças e de estar presente no "espaço do coração", quando ele toca para as danças.

HABILIDADE PARA FACILITAR EM GRUPO E QUALIDADES DE LIDERANÇA

Quando se lidera as danças, se está conduzindo um grupo de pessoas. Aprenda a se comunicar com clareza e eficácia. Seja cortês e respeitoso com todos. Faça com que as pessoas se sintam confortáveis. As pessoas dentro do grupo vão notar se você está vindo do coração ou com a cabeça. Seja autêntico com si mesmo. Observe como o grupo responde. Perceba se você está conseguindo chegar no grupo.

Danças são uma forma de aprendizagem experiencial. Desenvolvem uma compreensão da dinâmica de grupo. Aprenda a conduzir um processo de grupo. Observe a sinergia do grupo. Na primeira sessão de danças veja, ouça e sinta que grupo é este. Eles estão em seus corpos? Estão totalmente presentes? Será que eles se movem com o ritmo? Eles estão cantando plenamente? As vozes estão vindo do seu coração? Estão abertos ou fechados um para o outro? Eles escutam? Eles estão em sintonia com você?

A liderança eficaz está relacionada ao serviço, não status. A liderança é inspirar as pessoas a fazer o que você pedir. O desenvolvimento de qualidades como integridade, sabedoria, a abertura, a assertividade, a justiça, o senso de humor, visão, dedicação, pode ajudá-lo nesse papel. Colocar o seu ego de lado, mas, ao mesmo tempo permitir-se ser um líder forte.

Um líder deve liderar. Mas, isso não significa necessariamente que você deve dizer algo profundo. Quer dizer que um líder deve estar em um estado de magnetismo positivo do coração e transmitir esse poder sem muita consciência de si mesmo e com uma voz que é como o sol. (Wali Ali Meyer, [35](#))

CONHECIMENTO, EXPERIÊNCIA E COMPREENSÃO DE UMA VARIEDADE DE TRADIÇÕES ESPIRITUAIS

Seja qual for a sua fé, os sábios sempre foram capazes de encontrar uns aos outros para além dos limites de formas externas e convenções que são naturais e necessárias na vida humana, mas que, sem dúvida, separam a humanidade. (Samuel L. Lewis, [36](#))

Murshid Samuel L. Lewis estudou e atingiu a realização através de vários caminhos, incluindo o Sufismo, o Zen Budismo, Bhakti Yoga e o misticismo judaico e cristão. Como resultado dessas experiências que duraram toda a vida, ele ofereceu as Danças como uma maneira para que outros pudessem comprovar a universalidade da experiência espiritual.

Suas raízes podem estar, talvez, em uma das muitas correntes de tradições espirituais, mas, idealmente, deve-se ter experiência direta e conhecimento de mais que um dos grandes caminhos. Estudar as diferentes tradições espirituais é a chave para adquirir amplitude e profundidade nos trabalhos das Danças, mas isso não vem de livros e nem da Internet. Faça contato com praticantes de várias tradições na sua região. Experimente por si mesmo o sagrado de várias maneiras. Crie oportunidades de participar de práticas espirituais e cerimônias de várias correntes espirituais e vive a sua própria maneira de fazer as coisas.

Revisão do Português: Maria Lalla Cy Aché