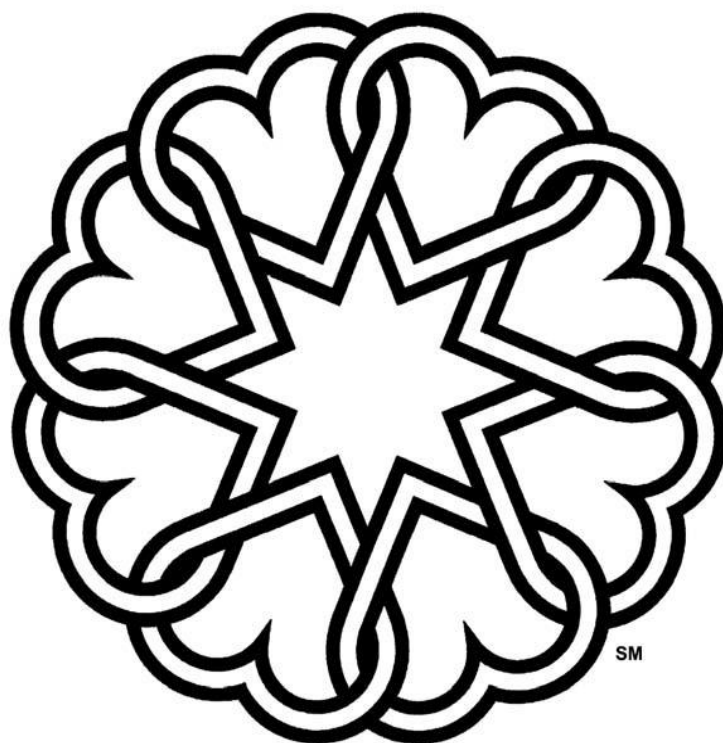


LEADERS GUILD RICHTLIJNEN

DANSEN VAN UNIVERSELE VREDE EN LOOPCONCENTRATIES



maart 2016

Gepubliceerd door: Dances of Universal Peace International

PO Box 55994, Seattle, WA 98155-0994, U.S.A.

206- 367-0389

website: www.dancesofuniversalpeace.org

email: INoffice@dancesofuniversalpeace.org

In januari 2016 is een (Engelstalige) PDF versie van de Guidelines gemaakt, zodat leden van de Leaders Guild een exemplaar kunnen uitprinten als ze dit willen. De versie die is geplaatst op de INDUP website onder 'Leaders Guild' bevat alle revisies die door de Guidance Council zijn goedgekeurd. Een lijst van alle revisies wordt ook op die website bijgehouden.

De Nederlandse vertaling is gepubliceerd in maart 2016.

WELKOM

Beste dansleider voor de Dansen van Universele Vrede,

of je nu pas begint op je reis als dansleider, of al jarenlang leider en mentor bent, deze richtlijnen zijn ontwikkeld om jou ondersteuning te bieden. We hopen dat ze je zullen inspireren, en je helpen om de diepte en breedte van jouw kwaliteiten als dansleider volledig tot ontwikkeling en uitdrukking te laten komen. Maak deze publicatie alsjeblieft tot je metgezel en vriend.

De Dansen van Universele Vrede en loopconcentraties zijn spirituele oefeningen in beweging met een transformerende werking. Ze zijn 'geboren' in een tak van het universeel soefisme, die door Hazrat Pir-o-Murshid Inayat Khan in 1910 vanuit India naar het Westen werd gebracht. Zijn leerling Samuel L. Lewis begon eind jaren zestig visioenen te hebben van eenvoudige, heilige Dansen, en deze tot leven te brengen. Een universele noot was geraakt; de Dansen floreerden en hebben zich over de hele wereld verspreid.

Vandaag de dag is er een netwerk van instanties die dit waardevolle erfgoed beheren. Zij dragen er zorg voor dat de transmissie (overdracht)¹ van deze Dansen van vrede, vreugde en eenheid haar integriteit behoudt, terwijl de Dansen een groeiend aantal mensen bereiken, in verschillende culturele omstandigheden, nu en in de komende jaren.

Het beheer van de Dansen en Loopconcentraties is toevertrouwd aan de Sufi Ruhaniat International – de orde die gevestigd is door Murshid Samuel Lewis. De Pir² van de Ruhaniat dient als spiritueel Gids. Deze benoemt een groep van senior mentoren om te dienen als 'Guidance Council' ('Raad van Begeleiding'). Deze raad heeft de verantwoordelijkheid voor het begeleiden van dansleiders en mentoren. Dit doen ze door hun spirituele groei en persoonlijke ontwikkeling te stimuleren, door mogelijkheden voor leren te ondersteunen, door voorwaarden vast te stellen voor het erkennen van niveaus, en door standaards voor gedrag en menselijke relaties hoog te houden. De “leaders guild richtlijnen” (dit document), dienen precies dit doel.

Als dansleiders zijn we met elkaar de leden van de 'Leaders Guild', het 'Dansleidersgilde'. Wij vertegenwoordigen deze levende stroom wereldwijd en geven hem door. Wij dragen de Dansen en Loopconcentraties in ons en dragen ze uit. Wij houden ze levend, door dansleiderschap dat voortdurende spirituele en persoonlijke groei laat zien.

Leden van de Leaders Guild betalen een bescheiden jaarlijkse bijdrage, die samen met donaties, dit netwerk van diensten en ondersteuning onderhoudt.

Dansmentoren bieden onderwijs en begeleiding aan hun mentees via een persoonlijke één-op-één relatie, en ze stimuleren hen om zich te ontwikkelen en te leiden vanuit hun spirituele diepgang. Het pad van mentorschap houdt ook in dat je je in dienstbaar maakt aan de stamboom³ van de Dansen van Universele Vrede, doordat je helpt om deze oefeningen levend te houden, te voeden en te behouden voor toekomstige generaties.

De 'Mentors Guild' (het mentorengilde) is het collectieve orgaan en forum van mentoren. De dialogen in dit platform dienen om de Guidance Council in alle aspecten van diens werk te adviseren en assisteren.

1 Engels: transmission

2 Pir: spiritueel leider

3 Engels: lineage

'Dances of Universal Peace International' is een ANBI⁴, bestuurd door vrijwillige dansleiders. Deze organisatie biedt de nodige juridische en financiële structuur, alsmede administratieve ondersteuning, o.a. via een website met veel informatiebronnen, die specifiek ontwikkeld is voor dansleiders en mentoren.

De Dansen van Universele Vrede, zoals Samuel Lewis ze visioneerde, zijn een weg om bevrijdende levensenergie, en de 'vrede die alle begrip te boven gaat' tot werkelijkheid te maken voor allen die ermee in aanraking komen. Als dansleiders hebben wij het grote voorrecht om gevoed te worden door deze oefeningen, en om ze te delen met anderen. Veel hangt af van het ontwikkelen en onderhouden van onze vermogens, overdracht, een heilige atmosfeer, en afstemming.

Mogen deze richtlijnen je bijstaan in dit waardige streven.
Zegen op je pad!

De Guidance Council (Raad van Begeleiding):

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

⁴ algemeen nut beogende instelling, zonder winstoogmerk

INHOUDSOPGAVE

DE REIS VAN DE DANSLEIDER	1
Een mentor vinden – de gementorde leider	2
De eerste stappen in het leiden van de Dansen	2
Kiezen voor certificatie – de gecertificeerde leider	3
Criteria voor gecertificeerde dansleiders	4
Verdieping in het Dansleiderschap	6
Dansbeschrijvingen en opnames.....	7
Leaders Guild (dansleidersgilde)	7
Dansmentoren en de Mentors Guild (het mentorengilde).....	7
Guidance Council (Raad van Begeleiding).....	7
Communiceren en netwerken – Alle Dansleiders.....	8
Op pad met je Mentor – een doorlopende weg	8
OVEREENKOMSTEN	9
De naam “ Dansen van Universele Vrede”	9
Respect voor de Dansen.....	9
Gebruik van de online Dansbeschrijvingen-bibliotheek.....	9
Leaders Guild bijdrage.....	9
Logo beleid	9
Ethisch beleid.....	10
Ethisch Co-voorzitters of Voorzitter.....	11
Ethische Bezwaarprocedure	11
ELEMENTEN VAN MEESTERSCHAP	12
De Dans-stamboom (lineage).....	12
Ervaring, zich eigen maken, overdracht.....	13
De loopconcentraties.....	14
Adem.....	14
Hart.....	14
Belichaming	15
Ritme.....	15
Stem	16
Magnetisme en Atmosfeer	16
Concentratie	17

Meditatie	17
Stilte	17
Afstemming – Tasawwuri; Fana – Uitwissing (van het Ego).....	17
Elementen.....	18
Persoonlijke Evolutie	18
Werken met Energie.....	19
Musiceren.....	19
Werken met muzikanten	20
Groepsfacilitatie-vaardigheden en leiderschapskwaliteiten.....	20
Kennis, ervaring en begrip van diverse spirituele tradities	21
STUDIEMATERIALEN & BRONNEN	22
BIBLIOGRAFIE	24

DE REIS VAN DE DANSLEIDER

Een methode voor studie en training voor leiders van de Dansen en loopconcentraties

Wat doet de dans voor ons? Op de allereerste plaats stimuleert de dans het ritmegevoel, en het verhoogt onze respons op ritme. Dit is in werkelijkheid een respons op het leven. Het maakt ons meer levend, dat wil zeggen, meer spiritueel. De dans brengt schoonheid tot uitdrukking in vorm en beweging, en het maakt dat onze persoonlijkheden dit waarnemen en waarderen. De dans leidt ons voorbij aan onszelf, en brengt ons in een oer-staat van niet-zijn, een waar balsem voor de ziel. (Samuel L. Lewis, [1](#))

Als je merkt dat de Dansen en loopoefeningen je hele hart en wezen raken, dompel jezelf er dan in onder. Voordat je de Dansen aan anderen kunt doorgeven, is het nodig dat je ze in jezelf laat groeien. Dans vaak, en met zoveel mogelijk ervaren dansleiders. Wordt een ervaren danser. Zorg ervoor dat de transmissie van de Dansen een thuis kan vinden in je hart. Als je je nog steeds tot dit pad aangetrokken blijft voelen, ga dan een mentor vinden met wie je kunt reizen. In de loop van de hele geschiedenis van de mensheid, is het Heilige altijd overgedragen via persoonlijke één-op-één relaties, los van instituten of organisaties.

Om dit pad te volgen is grote en blijvende betrokkenheid gevraagd. Het is in feite een vorm van openbare zelf-transformatie. Naast ontwikkeling van jezelf, is dansleiden in wezen bovendien een pad van dienstbaarheid aan het welzijn van anderen.

Hieronder worden de basiselementen opgesomd die nodig zijn voor je ontwikkeling op dit pad. In het hoofdstuk "Elementen van Meesterschap" worden ze verder toegelicht.

- | | |
|--|---|
| • De stamboom van de Dansen | • Stilte |
| • Ervaring, je eigen maken ⁵ , overdracht | • Afstemming: tasawwuri en Fana: uitwissen van het Ego ⁶ |
| • De loopconcentraties | • Elementen |
| • Adem | • Persoonlijke evolutie |
| • Hart | • Werken met energie |
| • Belichaming | • Musiceren |
| • Ritme | • Werken met muzikanten |
| • Stem | • Groepsfacilitatie-vaardigheden en leiderschapskwaliteiten |
| • Magnetisme en atmosfeer | • Kennis, ervaring en begrip van diverse spirituele tradities |
| • Concentratie | |
| • Meditatie | |

5 Engels: assimilation

6 Engels: effacement

Een mentor vinden – de gementorde leider

Hoewel de overdracht van het erfgoed van Murshid Samuel Lewis de verantwoordelijkheid is van de Sufi Ruhaniat International, is de training tot dansleider voor de Dansen van Universele Vrede en loopoefeningen open voor mensen van alle spirituele stromingen.

Net als bij traditionele mystieke tradities, wordt deze traditie doorgegeven via directe communicatie van leraar tot leerling. Op die manier is er de garantie dat subtiele elementen zoals de overdracht van de atmosfeer en de afstemming, die onmogelijk gesystematiseerd kunnen worden, effectief kunnen worden belichaamd. Door je te verbinden met een mentor, verbind je je met de kracht van de stamboom van dit werk. Afstemming op een leraar creëert een directe ervaring van stamboom-overdracht. Dit zorgt dat je authentiek kunt zijn in het presenteren en vertegenwoordigen van elke stroom van zegen. Iedereen die dansleider wil worden, moet een mentor vinden; iemand die niet een echtgenoot, partner of andere verwante van de dansleider is.

Nieuwe leiders zoeken vanzelfsprekend naar een mentor op wie ze zich afgestemd voelen, iemand die kwaliteiten heeft ontwikkeld die ze zelf ook zouden willen cultiveren. Mentoren werken op verschillende manieren met hun studenten (mentees). Sommige mentoren bieden bijv. trainingsprogramma's of mentor-groepen, anderen werken individueel. Nieuwe leiders raden we aan om bij mentoren na te vragen volgens welke methode ze werken. Voor een actuele lijst van mentoren, kijk op:
www.dancesofuniversalpeace.org/international/lgmentors.asp.⁷

Als de mentor-relatie tot stand is gekomen, en de mentor de gegevens heeft doorgegeven aan de 'Community Coordinator', wordt de mentee een 'gementorde leider' en wordt toegelaten tot is de 'Leaders Guild' (op voorwaarde dat de jaarlijkse bijdrage up-to-date blijft). Van gementorde leiders wordt verwacht dat ze een lopende relatie blijven onderhouden met hun mentor en zich houden aan de Leaders Guild Richtlijnen en Overeenkomsten.

Vooraf in de eerste stadia van het leren leiden van Dansen en Loopconcentraties, kan het nooit te veel benadrukt worden hoe belangrijk het is dat de gementorde leider actief communiceert met zijn of haar mentor, vraagt om advies en begeleiding, en deze raadgevingen in acht neemt.

Mentoren kunnen geld vragen voor tijd, uitgaven en reiskosten die verband houden met training. Betaling of overeenkomsten voor uitwisseling worden gemaakt tussen mentor en mentee.

De eerste stappen in het leiden van de Dansen

Voordat je probeert om een Dans te leiden, zorg er dan voor dat je hem zelf ervaren hebt. Het is onmogelijk om een ervaring met iemand anders te delen die je zelf niet gehad hebt. En de Dansen zijn in de allereerste plaats een kwestie van ervaring.

Het kost tijd om te leren de Dansen te leiden. Probeer niet te snel te veel Dansen. Leer, om te beginnen, één dans grondig. Kies een van de vele mantradansen. In het ideale geval zitten er geen Engelse⁸ woorden in je eerste dans. Het kan een partnerdans zijn, of niet. Als je de muziek en bewegingen van de Dans eenmaal geleerd hebt, ontwikkel dan een sterke relatie met de mantra, de heilige zin. Leer deze goed kennen. Neem

7 En er is een lijst met mentors-in-training. Zij begeleiden ook mentees, onder supervisie van hun eigen mentor:
<http://www.dancesofuniversalpeace.org/international/lgtrainees.asp>

8 [opm. vertaler: of Nederlandse woorden]

het als meditatie-oefening. Adem ermee in je hart. Loop ermee, zodat je een gevoel krijgt voor het ritme van de mantra en je stappen. Intoneer het op één toon. Zing de melodie. Dans de Dans, totdat je het moeiteloos kunt. Zorg dat je de mantra, de muziek en de bewegingen totaal 'in je hebt zitten'. Als je een dans eenmaal op deze manier in je lichaam hebt, is het niet waarschijnlijk dat je hem zult vergeten. Dan is het tijd om een mogelijkheid te creëren om hem met een groep mensen te leiden. Veel mensen beginnen Dansen te leiden door een Dans of Loopconcentratie te delen tijdens een bijeenkomst van de lokale gemeenschap of een meditatiegroep.

Je toewijding wordt groter als je tegelijkertijd het gevoel hebt dat jij de Dansen en Loopconcentraties als spirituele oefening kiest, én dat je door hen gekozen wordt. De dansen worden vrij gegeven en vrij ontvangen, dus er zijn geen beperkingen op als je een paar dansen wilt delen met vrienden. Echter - net als met elk ander vakgebied – geldt, dat als je de vruchten van de oefening wilt laten groeien, je diepe wortels zult moeten kweken. Deze wortels worden gevoed door geduld, oefening en oprechte motivatie.

Kiezen voor certificatie – de gecertificeerde leider

Als je kiest om voor certificatie te gaan, en hier naartoe werkt met een mentor, stimuleert dit het proces om te leren Dansen te leiden. Terwijl je door de verschillende stadia van het leerproces heengaat, waaronder leren over jezelf, is er feedback en bevestiging van een meer ervaren leraar. Je leert ook om doelen te stellen en ze te bereiken door concentratie, in een proces dat Hazrat Inayat Khan “Sadhana: het pad van verwezenlijking” noemt. Murshid Wali Ali zei hierover: “Dit pad gaat niet over het worden van een leraar; het gaat over wakker (ontwaakt) worden.”

Om naar certificatie toe te werken, is het nodig om een actieve relatie met je mentor te hebben. De verantwoordelijkheid voor het streven naar deze certificatie ligt bij jou, de mentee. Wanneer je de inspiratie krijgt om een gecertificeerd dansleider te worden, vertel je dit aan je mentor. Samen kunnen jij en je mentor de beste weg vinden om naar dit doel toe te werken.

Certificatie is de erkenning van een bepaald niveau van vaardigheden en toewijding aan de transmissie-overdracht van de Dansen en loopoefeningen; daarmee is het niet een doel op zich. Het gecertificeerd-zijn staat voor een toewijding om te blijven groeien als dansleider, en het blijven verdiepen van je verantwoordelijkheid ten opzichte van de stamboomlijn van de Dansen en loopoefeningen. Om het met de woorden van Murshid Wali Ali Meyer⁹ te zeggen: 'Dit pad gaat niet over leraar-worden, het gaat erom te ontwaken.'

Certificatie betekent de verbintenis aangaan om als dansleider te blijven groeien, en diepere verantwoordelijkheid op je te nemen voor de stamboom van de Dansen en Loopconcentraties.

Hoeveel tijd er nodig is om het dansleider-certificaat te halen, varieert van persoon tot persoon. De meeste mentoren verwachten dat er minstens drie jaar toegewijde studie en ervaring met dansleiden voor nodig is; in de meeste gevallen duurt het langer. Ervaring wordt niet zozeer opgedaan door tijd, maar door oefening en het ontwikkelen van je innerlijke zelf. Het aantal keren per jaar dat iemand dansen leidt kan variëren, en dit heeft invloed op deze inschatting.

Dansleiders ontwikkelen zich ieder op hun eigen unieke wijze. Mentees worden individueel behandeld en beoordeeld. De leerling-leider kan gecertificeerd worden wanneer de mentor ermee instemt dat de mentee datgene heeft bereikt, dat passend is specifiek voor hem of haar in relatie tot de gestelde criteria. Wanneer dat moment aanbreekt, laat de mentor dit weten aan de Community Coordinator, met het verzoek om de mentee nu te registreren als gecertificeerd leider.

9 [opm. vertaler: Murshid Wali Ali Meyer was leerling en secretaris van Murshid Samuel Lewis]

De mentor-relatie blijft ook na certificatie bestaan, en gaat in feite door gedurende elk stadium op dit pad van Meesterschap. Dit is de hand-tot-hand en hart-tot-hart verbinding waardoor de Dansen en Loopconcentraties voortleven. Wanneer dansleiders meer ervaren worden, wordt hun voortgezette studiep pad onafhankelijker, en de mentor-relatie kan veranderen tot die van een ondersteunende persoon, met wie je je ontwikkeling checkt.

Criteria voor gecertificeerde dansleiders

De voorwaarden voor certificatie zijn: met je mentor onderweg zijn, een actieve spirituele beoefening hebben, de 'elementen van Meesterschap' bestuderen, het vermogen ontwikkelen tot onverschrokken zelfreflectie, en het netwerk/klidmaatschap up-to-date houden.

De mentor zal een evaluatie maken van de toewijding van de leerling aan spirituele beoefening, van diens afstemming, de kennis van de geschiedenis van de Dansen, en de technische vaardigheid in het leiden van de Dansen en Loopconcentraties.

Om gecertificeerd te worden als leider is het nodig om aan de volgende criteria te voldoen:

1. Minstens één spirituele traditie of heilig pad

Diepgaande ervaring met op zijn minst één van de vele heilige tradities op Aarde is een voorwaarde. Dit houdt in het principe van dharma (spiritueel pad), d.w.z. een regelmatige beoefening of gebed in je leven hebben. Een één-op-één relatie met een gids wordt aangeraden. Deze gids of leraar kan dezelfde persoon zijn als de dansmentor, of niet. De intentie is het stimuleren van persoonlijke verdieping in het innerlijk leven en ervaring van fana (uitwissen van het ego) onder leiding van een belichaamd wezen.

Deze relatie kan een doorlopend leerlingenschap zijn met een spirituele leraar van welke traditie dan ook, maar het moet een oprechte relatie zijn, niet alleen het zo nu en dan bijwonen van workshops, retraites of rituelen. De relatie kan inhouden dat je bent ingewijd en er formeel persoonlijke oefeningen aan je worden gegeven, het kan een actieve, toegewijde betrokkenheid zijn bij een kerkelijke gemeente of spirituele gemeenschap, of een informele relatie van "werken met" iemand. Hoewel het wel behulpzaam kan zijn in het groeiproces, zijn doorlopende psychotherapie en counseling geen vervanging voor deze heilige relatie.

2. Zelfkennis

De Dansen zijn krachtige voertuigen van energie. Wanneer deze energieën door ons stromen, raken ze niet alleen onze hoogste realiteiten, maar beroeren ook plaatsen die nog onbelicht en onopgehelderd zijn. Leiders die zich ontwikkelen zijn zich hiervan bewust, en erkennen mogelijke schaduwen, zodat ze kunnen omgaan met onbewuste projecties die van nature opkomen. Ze moeten zich ervan bewust zijn dat hun rol als leider er invloed op kan hebben, hoe de dansers hen waarnemen. Ook moeten ze hun eigen emotionele verstoringen kunnen waarnemen wanneer ze opkomen, om er bewust mee te kunnen werken. In een goed lopende mentor-relatie zal de leerling ontvankelijk zijn voor spiegelingen en feedback van de mentor in het omgaan met deze thema's.

3. Afstemming, overdracht, heilige atmosfeer

Om een afstemming te ontwikkelen op de stroom van zegen van Samuel Lewis (Murshid SAM), is het essentieel om te lopen in de voetstappen van ervaren dans- en loop-leraren. De allerbelangrijkste aspecten van het leiden van de Dansen en Loopconcentraties, zijn het vermogen om je af te stemmen, en de wil om je aan deze stroom van zegen over te geven. De gecertificeerde leider is in staat om een heilige atmosfeer over te dragen, overeenkomstig met de traditie en het gevoel van de betreffende Dans, door zijn of haar ego-persoonlijkheid uit te wissen, zodat Gratie¹⁰ door hem/haar heen kan stromen. Er is een spontane en duidelijk

10 Eng: Grace

herkenbare houding van aanwezigheid¹¹, magnetisme en evenwicht.

4. Technische vaardigheid, kennis van tradities, dansrepertoire

Als dansleider heb je voldoende technische vaardigheden nodig, om “het voor elkaar te krijgen”. Mentor en mentee bekijken waar nog aanvullend werk nodig is aan ritme, stem of geluid. Ze spreken met elkaar af, hoe hieraan gewerkt gaat worden.

Voor certificatie moet de dansleider minstens 4 van de originele Dansen van Murshid Samuel L. Lewis beheersen. In aanvulling daarop kan de dansleider minstens 20 dansen presenteren van diverse tradities, met de passende afstemming. Niet meer dan 3 dansen mogen heilige zinnen bevatten in je eigen landstaal (oftewel: het alledaagse spraakgebruik van gewone mensen). (Zie ook de Foundation Dances and Walks Manual).

Geen enkele dans is een Spirituele Dans alleen omdat hij zo genoemd wordt. Het betekent niet een bepaalde vorm of techniek, noch een ritueel. ... Wat behouden moet blijven is de heilige zin. Dit, de heilige zin, en niet de vorm, is de basis van ontwikkeling volgens deze lijn. (Samuel L. Lewis, 2)

Een zin die van een Goddelijke Boodschapper komt, heeft meerdere waarden. Hij wijst van nature in de richting van Godsverwezenlijking. De ontelbaar vele keren dat de zin herhaald is, zijn als het ware ingegraveerd in de kosmos zelf. Wie deze woorden met toewijding herhaalt, wordt afgestemd op dit enorme kosmische magnetisme. Daarom heeft het vaak een dieper effect om zinnen te herhalen die al vele malen zijn uitgesproken, dan bekende termen te gebruiken die vertalingen zijn van deze zinnen, maar die niet dezelfde echo in het universum hebben. (Samuel L. Lewis, 3)

Je kunt ook een Partnerdans met progressie¹² leiden, een Dans in combinatie met een Loopconcentratie-oefening, en meerdere dansen achter elkaar, op basis van een centraal thema of heilige atmosfeer.

De Dansleider is vertrouwd met de geschriften van Murshid Samuel Lewis en Hazrat Inayat Khan, door ze te lezen en bestuderen. Ook sterk aangeraden is *Wisdom Comes Dancing*, de selectie van teksten over de spirituele dans van Ruth St. Denis. Murshid Samuel Lewis schreef dat de Dansen waren “geïnitieerd in de akasha door Hazrat Inayat Khan en Ruth St. Denis, die voor het eerst deze leringen gezamenlijk brachten in 1910.” (Zie de bibliografie en de studiematerialen en bronnen).

5. Belichaming van de loopconcentraties

De loopconcentraties zijn oefeningen in belichaming, die de potentie hebben om de zijnstoestanden die je in de Dansen ervaart, in het dagelijks leven te integreren. Of een dansleider Loopconcentraties leidt in elke sessie, is minder belangrijk dan dat ze de effecten van de Loopconcentraties in hun eigen wezen meester zijn.

Een gecertificeerd leider is in staat om de volgende loopconcentraties te leiden: “Tot de Ene”, de elementen, zon en maan uit de planeten-loopconcentraties of astrologische yoga. (zie Foundation Dances and Walks Manual.)

6. Sociale verantwoordelijkheid

Een dansleider leidt niet in een vacuüm, maar in een mandala van dansers, musici en andere leiders. Van een dansleider die in langlopende danskringen werkt, wordt verwacht dat hij/zij zich bewust wordt van een breed

11 Eng: presence

12 Progressie: voortgang naar de volgende partner

scala aan sociale verantwoordelijkheden tegenover de kring en de wijdere omgeving, en zijn best zal doen om vaardig te worden in communicatie, conflict-oplossing, bemiddeling, en teambuilding. Dansleiders en mentoren worden aangemoedigd om deze interpersoonlijke vaardigheden te ontwikkelen, d.m.v. workshops die worden aangeboden via de Mentors Guild of andere mogelijkheden.

We wensen het voorbeeld te volgen van Murshid SAM, wiens leven gekenmerkt werd door openhartige dienstbaarheid en vrijgevigheid, in plaats van een verlangen naar erkenning, rijkdom of macht. Sinds het bestaan van de Mentors Guild hebben dansleiders en mentoren zich in verschillende functies dienstbaar gemaakt aan hun eigen dansgemeenschappen en het Internationale Dansnetwerk. Ze hebben gul hun tijd, geld en materialen gedoneerd om dit werk te bevorderen, voor het welzijn van alle wezens. We moedigen dansleiders en mentoren aan om deze traditie van dienstbaarheid en vrijgevigheid voort te zetten, in welke vorm dan ook jij je geroepen voelt om dit te doen.

“Wij denken dat het bij ons om zingen en dansen gaat, maar eigenlijk gaan we over vrede creëren.” (Murshid SAM, geciteerd door een van zijn vroege leerlingen).

Verdieping in het Dansleiderschap

Certificatie is een markeringspunt van een basisniveau van bekwaamheid in dansleider-vaardigheden. Van alle gecertificeerde dansleiders wordt gevraagd dat ze zich blijven wijden aan studie en oefening, zolang ze actief zijn in het leiden van de Dansen van Universele Vrede en loopoefeningen. Ze blijven verbonden met hun mentor, volgen de ethische richtlijnen en de overeenkomsten, en verdiepen zich in hun eigen spirituele beoefening en in de Elementen van Meesterschap.

Je kunt alleen datgene overdragen en delen, wat je zelf hebt ervaren en geïntegreerd.

Naast certificatie is er geen verdere uiterlijke erkenning om de gevorderde niveaus van ontwikkeling als Dansleider te markeren. In plaats daarvan wordt feedback en erkenning weerspiegeld door de resultaten van je eigen handelen, en wordt het ook weerspiegeld door je mentor, met wie de gecertificeerde leider een gezamenlijke weg blijft bewandelen.

Een gevorderde leider is meestal te herkennen aan toegenomen tegenwoordigheid van geest, magnetisme, en evenwichtigheid in zijn/haar leiderschap en heeft een uitgebreid dansrepertoire, waaronder vele “Foundation” (oorspronkelijke) Dansen uit een brede reeks van spirituele tradities. Zo'n leider leidt vele van de originele Dansen van Murshid Samuel L. Lewis, heeft het vermogen om de baraka van Murshid Samuel L. Lewis weer te geven door zijn Dansen en loopoefeningen, en heeft het vermogen om een aantal van zijn gevorderde Dansen te leiden.

Het repertoire aan Loopoefeningen van zo'n Dansleider zal zich uiteindelijk uitbreiden totdat het alle planeten- en elementen-loopoefeningen omvat, alsmede een aantal Wazifa loopoefeningen. Een vorderende Dansleider wordt aangemoedigd om de gevorderde Loopoefeningen te leren, inclusief de Tasawurri-, gevorderde planeten-, gevorderde centra- en gevorderde elementen-loopoefeningen.

De aantallen aan Dansen en loopoefeningen zijn niet een doel op zich, alleen een indicatie dat de leider zich is blijven verdiepen in meesterschap op dit pad. Het allerbelangrijkste is dat de vorderende Dansleider na verloop van tijd meer en meer de waarheid en overdracht van de heilige zinnen gaat belichamen, met gratie en nederigheid. Via de Dansen en loopoefeningen is hij/zij in staat om een onbegrensde visie van menselijke vrijheid over te dragen en om een voertuig te worden voor het ontwaken van de mensheid. Dit vermogen is meestal het resultaat van het zich diepgaand en toegewijd bezighouden met je eigen innerlijke impressies, conditionering, en versluierungen, door middel van een dynamisch spiritueel pad.

Door de ervaring van de Dansen van Universele Vrede en loopoefeningen, door studie en toegepaste

spirituele beoefening, door het uitwissen van het ego, en door levenservaring, blijf je continu groeien, in je spiritualiteit en als Dansleider.

Dansbeschrijvingen en opnames

De internationale INDUP¹³ website biedt een online bibliotheek met bronnen voor leden van de Leaders Guild, dansbeschrijvingen die door de inspirators van de Dans goedgekeurd zijn, opnames van Dansmelodieën en ander bronmateriaal. De bibliotheek is toegankelijk met een wachtwoord en is gefinancierd vanuit de bijdragen aan de Leaders Guild. Je vindt er de volledige inhoud van de Foundation Dance Manual en vele van de vroeger gepubliceerde dansboekjes, alsook nieuwere Dansen. Daarmee is het een waardevolle en authentieke informatiebron. Het beschikbaar stellen van deze bronnen is er uitdrukkelijk NIET voor bedoeld dat de beschrijvingen en opnames van de Dansen het middel worden om te leren, en dan nieuwe Dansen te leiden, die je niet in eigen persoon hebt ervaren. En leidt alsjeblieft geen Dansen waar je alleen maar een YouTube-video van hebt gezien. Juist in het digitale tijdperk is het heel belangrijk om trouw te blijven aan de van-persoon-tot-persoon, hand-tot-hand en hart-tot-hart overdracht van deze Dansen. De spirituele overdracht van de Dansen blijft gebaseerd op ervaring, doorgegeven van de ene mens aan de ander.

Leaders Guild (dansleidersgilde)

De Leaders Guild is het collectieve orgaan van alle gementorde dansleiders. Leden van de Leaders Guild zijn verantwoordelijk voor het dragen en onderhouden van de levende stroom van de Dansen van Universele Vrede en loopconcentraties, door leiderschap dat getuigt van doorlopende spirituele en persoonlijke ontwikkeling. Wanneer iemand een gementorde leider wordt, wordt hij/zij automatisch lid van de Leaders Guild, op voorwaarde dat ze de overeenkomsten in de Leaders Guild richtlijnen opvolgen, een actieve relatie met hun mentor onderhouden, en bijblijven met hun jaarlijkse ledenbijdrage. (Opmerking: Voor het gemak is de bijdrage voor de Leaders Guild meestal inbegrepen in de betaling aan het regionale Dansnetwerk, wat dan door de regio namens de leden wordt doorgestuurd naar DUP International.¹⁴ Zie dansleiders-bijdragen in de Overeenkomsten sectie voor verdere informatie.)

Dansmentoren en de Mentors Guild (het mentorengilde)

Dansmentoren zijn ervaren Dansleiders die zijn uitgenodigd om leraren en gidsen te worden voor nieuwere leiders, en om hun mentees te stimuleren zich te ontwikkelen en te leiden vanuit hun spirituele diepte. De Mentors Guild is het collectieve orgaan van alle mentoren. De Mentors Guild biedt een platform voor communicatie over zaken als de overdracht, het onderhouden en beschermen van de Dansen, de training van dans- en loop-leiders, en het naleven van de overeenkomsten in de Leaders Guild richtlijnen. Bovendien dienen de discussies in de Mentors Guild als advies en ondersteuning voor de Guidance Council, in alle aspecten van diens werk.

Meer informatie over dansmentorschap is gepubliceerd in '[Mentoring Path](#)'.

Guidance Council (Raad van Begeleiding)

De Guidance Council ziet toe op de overdracht van de Dansen van Universele Vrede en loopconcentraties in de stamboomlijn van Murshid Samuel L. Lewis. Op rotatie-basis worden vier tot zes senior mentoren aangesteld door de Pir van de Sufi Ruhaniat International, die de spirituele Gids is voor de Dansen van Universele Vrede. De Guidance Council heeft de verantwoordelijkheid om leiders en mentoren te gidsen,

13 INDUP: International Network for the Dances of Universal Peace, het internationale netwerk voor de Dansen van Universele Vrede

14 Ook in Nederland is dit zo: De jaarlijkse bijdrage aan INDUP is inbegrepen in het lidmaatschap van het VDN

door hen te stimuleren in hun spirituele groei en persoonlijke ontwikkeling, mogelijkheden voor training te ondersteunen, voorwaarden voor erkenning te bepalen en normen vast te stellen voor gedrag en menselijke relaties, die in lijn zijn met de overdracht van de Dansen van Universele Vrede. De Guidance Council houdt contact met de Spiritueel Gids, die hen waar nodig bijstaat.

Communiceren en netwerken – Alle Dansleiders

Zodra een mentor-relatie is overeengekomen, geeft de mentor de volgende gegevens over de nieuwe mentee door aan de Community Coordinator: Naam, postadres, telefoon, e-mail, begindatum van het mentorschap. Daarna is het de verantwoordelijkheid van iedere gementorde leider om veranderingen in hun persoonlijke gegevens zelf door te geven, aan de community coordinator én hun mentor.

De Guidance Council biedt periodieke communicatie via email-nieuwsbrieven die direct verstuurd worden aan alle leden van de Leaders Guild.

InTheGarden is een e-mail groepsforum met beheerder, voor alle leden van de Leaders Guild. Dit is bedoeld voor het bespreken van zaken die te maken hebben met het leiden van Dansen en Loopconcentraties, training en ontwikkeling, onze manier van werken, en informatie over administratie en structuur. Aan alle leiders wordt gevraagd om je hierbij aan te sluiten door een e-mail te sturen aan InTheGarden-subscribe@yahoogroups.com.

Op pad met je Mentor – een doorlopende weg

Alle dansleiders blijven het pad met hun dansmentor bewandelen, en zich verdiepen in de Elementen van Meesterschap, ongeacht het niveau van vaardigheden en meesterschap dat ze al bereikt hebben. Op die manier ontstaan langetermijn-relaties, soms levenslang. Toch kan het passend zijn om een mentor-relatie te beëindigen, als blijkt dat het gedurende langere tijd moeilijk is geweest om goede voorwaarden te scheppen voor samenwerking. Elke mentor of mentee mag een specifieke mentor-relatie beëindigen, als het na redelijke inspanning niet lukt om zich te verbinden. Zodra een nieuwe mentor is gevonden, zal de dansleider zijn/haar vorige mentor vragen contact op te nemen met de nieuwe mentor, om de ervaring en de voortgang van de training van de dansleider te beschrijven, en om aanbevelingen te doen. De nieuwe mentor zal een gementorde leider die wil overstappen niet aannemen zonder dit contact met de vorige mentor van de dansleider. De nieuwe mentor is verantwoordelijk voor het doorgeven van de overstap aan de community coordinator. Die geeft de verandering in de registratie vervolgens door aan beide mentoren en aan de mentee.

OVEREENKOMSTEN

Voor alle leden van de Leaders Guild

De naam “Dansen van Universele Vrede”

De Dansen hebben verschillende namen gehad in de loop van de geschiedenis; op dit moment zijn ze formeel geïdentificeerd als de Dansen van Universele Vrede. Andere namen die Murshid SAM gebruikte, zijn derwisj-dansen, mantradansen, soefidansen, christelijke dansen, engel-dansen, mysterie-dansen, spirituele dansen. Hij verwees naar de hele verzameling van dit werk als de Dansen van Universele Vrede. ... “Ik onderwijs de 'Dansen van Universele Vrede' .” (Samuel L. Lewis, [1](#))

Respect voor de Dansen

Gementorde leiders gaan ermee akkoord om de integriteit te respecteren van de Dansen en Loopconcentraties, die gecreëerd zijn door Murshid SAM en mensen die zijn lijn van overdracht volgen. Dansleiders worden verzocht om eerst de Dansen te leren op de manier zoals ze oorspronkelijk ontstaan en doorgegeven zijn door hun inspirators, en om het verzoek te respecteren van inspirators die specifiek hebben gevraagd hun dansen niet te veranderen. Zulke verzoeken worden gedaan, zodat de overdracht van de heilige zinnen duidelijk te voelen is zoals het is doorgekomen, al kan het in sommige gevallen nodig zijn om een Dans aan te passen aan speciale omstandigheden en bevolkingsgroepen (bijv. werken met kinderen, bejaarden of mensen met beperkingen.)

Om meer gevorderde Dansen en dans-cycli in het openbaar te leiden, kun je toestemming krijgen rechtstreeks van de inspirator, of van je mentor, als deze de toestemming van de inspirator heeft.

Dansleider zijn geeft je geen toestemming om zikr te leiden. Zikr is een oefening in de Soefi-stamboom. Toestemming om deze vorm van meditatie in geluid en beweging te leiden wordt gegeven door iemands Soefi-gids; het wordt niet op eigen initiatief gedaan. (Opm.: Dansleiders kunnen zikr wel opnemen als deel van een Dansprogramma of activiteit.)

Gebruik van de online Dansbeschrijvingen-bibliotheek

Leden van de Leaders Guild stemmen ermee in om materialen van de Dansbeschrijvingen-bibliotheek alleen voor eigen gebruik te downloaden. Ze mogen deze waar nodig delen met andere dansleiders en muzikanten.

Leaders Guild bijdrage

Om je status als actief lid van de Leaders Guild te behouden, is het nodig om bij te blijven met je jaarlijkse ledenbijdrage. (Opmerking: Voor het gemak is de bijdrage voor de Leaders Guild inbegrepen in de betaling aan het regionale Dansnetwerk, wat dan door de regio namens de leden wordt doorgestuurd naar DUP International. In andere gevallen kan de Leaders Guild bijdrage direct betaald worden aan DUP International via de website van deze organisatie. Zie <http://www.dancesofuniversalpeace.org/donregional.shtm> voor verdere informatie.)

In het geval van financiële moeilijkheden worden de Leaders Guild bijdragen deels of geheel vergoed, vanuit een fonds dat speciaal voor dit doel m.b.v. donaties is opgericht.

Logo beleid

Het logo met de cirkel van harten mag gebruikt worden door alle leden van de Leaders Guild, alsmede voor officiële zaken van de organisatie. Bestudeer alsjeblieft het beleid [www.dancesofuniversalpeace.org/du/duplogo.shtm] alvorens het logo te gebruiken.

Ethisch beleid

Ethische richtlijnen

1. We realiseren ons dat we allemaal beïnvloed worden door minder gezonde delen van ons individuele zelf en onze cultuur, rond de thema's macht, seks en geld. Uit respect voor de Dansen van Universele Vrede, voor onszelf en voor degenen die met ons dansen, nemen we de verantwoordelijkheid op ons om in alle gevallen op de ethisch best mogelijke manier te handelen. Dit is iets van ons allen, en geen van ons is onttrokken aan deze invloeden van onze maatschappij. We beseffen ook dat fouten en ongelukken voorkomen. In dit verband blijven we aan ons eigen proces van genezing en overgave aan het Enige Wezen werken. We zullen ons houden aan fundamentele ethische richtlijnen, als gebruikelijk bij de voorschriften van de heilige stromingen en religies.
2. We zullen ons best doen om tactvol om te gaan met de dynamiek van interpersoonlijke relaties, vooral wanneer er een ongelijkheid in macht kan bestaan, of dit zo wordt ervaren. We gaan ermee akkoord om onze rol als leiders of mentoren niet te gebruiken om te manipuleren, of om gunsten te ontvangen die anders niet vrij gegeven zouden worden. Als dansleiders stemmen we ermee in om op integere wijze de veiligheid van de hele cirkel te bewaken, en we realiseren ons dat onze persoonlijke verbindingen met leden van de cirkel in dienst staan van de cirkel als geheel.
3. De Dansen zijn een spirituele oefening die vele kwaliteiten in ons kan wakker maken, incl. romantische en seksuele gevoelens. Als leiders en leraren stemmen we ermee in dat we, ook al zouden deze gevoelens opkomen, we hier niet naar handelen. We gaan akkoord om geen seksuele of romantische relatie aan te gaan met deelnemers van een kring tijdens een Dans-evenement of retraite. We handelen niet op zo'n manier dat je zou kunnen profiteren van de kwetsbaarheid van een deelnemer.
4. Mentoren stemmen ermee in om zich te onthouden van seksuele activiteiten met hun eigen mentees. Het verzoek is dat de mentor-relatie door beiden als beëindigd wordt beschouwd, en dat de mentee een nieuwe mentor vindt, voordat mentor en mentee besluiten een romantische of seksuele relatie te verkennen.
5. We zullen eerlijk en duidelijk zijn over de manier waarop we met geld omgaan. We doen ons best om expliciet aan te geven welke tarieven we rekenen, of wat voor bijdrage we verwachten als schappelijke compensatie voor tijd, kosten en reizen in verband met het dansleiden en mentorschap.
6. We zullen een eerlijke communicatie onderhouden met elkaar en met deelnemers, en ons best doen om ons te oefenen in respectvol, helder en direct communiceren.
7. We zullen geen verdovende middelen gebruiken, of onder invloed hiervan zijn, tijdens het leiden van enige Dans-activiteit.
8. Wanneer zich ethische kwesties voordoen, zullen we ons best doen om een resolutie te vinden, door o.a. zelf-onderzoek, aandachtig luisteren, tactvol spreken, het zoeken en ontvangen van begeleiding en ondersteuning, en het beoefenen van uitwissing (van het ego).
9. We gaan ermee akkoord dat we onze mentor raadplegen voor advies en objectiviteit, op het moment dat er een probleem van ethische aard speelt; om het even of wij degene zijn die een punt van zorg heeft, of dat ons gedrag het onderwerp is van andermans zorg.

10. We stemmen toe dat we moeilijkheden van ethische aard behandelen in overeenkomst met het Ethisch Beleid.

Ethisch Co-voorzitters of Voorzitter

De Guidance Council (GC) en de Spirituele Gids zullen twee 'Ethisch Co-voorzitters' selecteren uit alle mentoren, of als er slechts één beschikbaar is, een Ethisch Voorzitter (Ethics Chair, EV). Deze zijn/is aangewezen om meldingen te ontvangen van gevallen van misbruik, en overtredingen van de ethische richtlijnen. De GC, in overleg met de Spirituele Gids, zal jaarlijks de aanstelling van de EV bevestigen.

Ethische Bezwaarprocedure

1. Om de capaciteiten van de lokale gemeenschap te waarderen en ondersteunen, raden we iemand die een bezwaar heeft over het ethisch gedrag van een lid van de Leaders Guild, aan om zijn zorg rechtstreeks tegen de betreffende persoon uit te spreken, en de kwestie informeel proberen op te lossen, met lokale ondersteuningsbronnen. Wanneer deze pogingen niet leiden tot een oplossing die voor allen bevredigend is, raden we de betreffende persoon aan om het met zijn/haar mentor verder te bespreken, en eventueel een voorgesprek te hebben met de EV, nog voordat wordt bepaald of een formele ethische overtredingsklacht wordt ingediend.
2. Als het besluit is genomen om een formele ethische overtredingsklacht in te dienen, moet deze worden gericht aan de EV. Die zal de GC en de betrokken mentoren informeren.
3. De EV zal de betreffende persoon vragen of hij/zij geprobeerd heeft het probleem direct te bespreken en op te lossen met de betrokken persoon(en), en of ze ondersteuning hebben gezocht bij hun eigen mentor. Als dit niet het geval is, zal de EV hen aanraden om dit alsnog te doen. Op verzoek kan de EV advies geven, en referenties geven voor conflictoplossing of bemiddeling.
4. Als bovengenoemde stappen het conflict niet oplossen, zullen de GC-voorzitter en de EV overwegen om een Ethisch Comité samen te stellen.
5. Het Ethisch Comité zal bestaan uit de mentor en de spirituele gids/ leraar / initiator van de persoon in kwestie (als ze die hebben), de EV, de GC-voorzitter, en een ander lid van de Mentors Guild, die wordt gekozen door de GC-voorzitter. Het Ethisch Comité behandelt elke situatie in de hoop dat er een creatieve oplossing wordt gevonden die alle betrokkenen ten goede komt.
6. Als iemand ontevreden is na één van de stappen in het hierboven beschreven proces, mag hij/zij vragen om tot de volgende stap over te gaan.
7. Noch de GC, noch het Ethisch Comité is een wettelijk of semi-wettelijk orgaan. We werken op basis van vertrouwen, samenwerking, consent en wederzijds respect. Als de EV of het Ethisch Comité merkt dat er wettelijke conflicten kunnen spelen, zullen de partijen worden doorverwezen naar de juiste autoriteiten.
8. Alle personen die betrokken zijn bij een ethische klachtenprocedure, zullen de absolute vertrouwelijkheid respecteren van alle rapportages van de vermeende overtreding van de ethische richtlijnen, met het besef dat de bovengenoemde personen (mentoren, EV, GC-voorzitter, Spirituele Gids, et al.) betrokken zullen zijn, en deze informatie ook vertrouwelijk behandelen.

Opmerking: Dansleiders kunnen ervoor kiezen om dit Ethisch Beleid ter inzage te hebben liggen tijdens openbare bijeenkomsten en andere doorlopende klassen in de Dansen van Universele Vrede en Loopconcentraties.

ELEMENTEN VAN MEESTERSCHAP

Leren dansleiden houdt veel meer in dan simpelweg de bewegingen en melodieën leren kennen. Dit kan het startpunt zijn, maar voordat je het leiden van de Dansen van Universele Vrede meester bent, is er veel meer te ervaren en in je op te nemen.

Als aankomende dansleiders beginnen we allemaal met sterke punten en groeimogelijkheden. We ontwikkelen meesterschap in het dansleiden door onszelf toe te wijden aan dit pad en onszelf 'uit te wissen' in de Dansen en de bijbehorende oefeningen... en door studie. Dit is een proces dat geen einde kent.

De Elementen van Meesterschap die hier worden beschreven kun je grondig bestuderen om je ontwikkeling als dansleider en mentor te bevorderen. De gegeven beschrijvingen bieden slechts een eerste aanraking met deze thema's. Het is ook geen lineair proces. Deze basiselementen ontwikkel je parallel aan elkaar, niet opeenvolgend na elkaar. Daarbij staat elk element én op zichzelf, én wisselt informatie uit met de andere. We nodigen alle gementorde leiders uit om mee te doen met een verkenningsproces, dat ver voorbij gaat aan wat hier aangestipt wordt. Overal in de tekst worden verwijzingen gegeven naar bronnen voor verdieping van studie en oefening.

De Dans-stamboom (lineage)

De Dansen van Universele Vrede en Loopconcentraties zijn op de wereld gebracht door de persoon (het wezen) van Samuel Lewis (Sufi Ahmed Murad Chisti of Murshid SAM), die de spiritueel leider werd van de Sufi Ruhaniat International. Hij onderwees en gaf de directe ervaring van het Goddelijke door, zoals die tot uitdrukking komt in alle kwaliteiten, de Schone Namen van God. Hij ontving de Dansen en Loopconcentraties in dromen, visioenen en momenten van geïntegreerde inspiratie, als een manier om directe spirituele ervaring over te dragen en te belichamen.

Murshid Samuel Lewis, wiens primaire leraar de Soefi-mysticus Hazrat Pir-O-Murshid Inayat Khan was, was ook een student van diverse andere spirituele leraren en mentoren, onder wie Swami (Papa) Ramdas, Moeder Krishnabai, Roshi Nyogen Senzaki en Ruth St. Denis. Zij vormen de levende draad van de afstammingslijn van de Dansen.

Murshid Wali Ali vertelt ons dat Murshid SAM continu zijn spirituele ontwaaktheid doorgaf, wanneer hij de Dansen en Loopconcentraties aan anderen overbracht. Murshid SAM trainde zijn studenten om in zijn voetstappen te volgen, nadat hij zijn lichaam verlaten had, en om dit doorgeven van zegening voort te zetten. Hij zei tegen degenen die hij bevoegd had als leraren voor de Dansen en Loopconcentraties, dat ze zich voor het begin van de bijeenkomst gewoon moesten herinneren aan zijn aanwezigheid en zijn energie, en dan vanuit diezelfde plaats leiden. Dankzij deze altijd-aanwezige stroom van de stamboom, kunnen de Dansen en Loopconcentraties zijn levende zegen in zich dragen, en waardevolle instrumenten zijn voor spirituele verwezenlijking.

In een heilige leerling¹⁵-relatie zijn de sleutelthema's zelf-discipline, consistentie, bereidwillige overgave en dienstbaarheid; ze vormen het bewijs van waarachtige groei, verwezenlijking en uiteindelijk het vermogen om de magnetische liefdesstroom uit te dragen, die transmissie (overdracht) of stamboom wordt genoemd in verschillende tradities. ... De "bron" op het gebied van de Dansen en Loopconcentraties, is in ultieme zin het hart van God. De essentiële verbinding naar dit hart is het wezen van Murshid Samuel L. Lewis en zijn opvolgers in deze lijn. Er bestaat geen overdracht op dit vlak zonder een waarachtige verbinding met dit wezen, ... hoewel zijn persoonlijkheid slechts een poort is naar afstemming met zijn continue, levende

15 In de zin van een leertijd zoals bij de oude gildes, met de fases leerling, gezet en meester

aanwezigheid... Uiteindelijk zijn het niet organisaties die de spirituele autoriteit voor de overdracht dragen of kunnen dragen; dit kunnen, en doen, alleen menselijke wezens. Dit is een consistent thema in de geschriften en het leven van Murshid Samuel Lewis. (Saadi Shakur Chisti, [1](#))

De overdracht van de Dansen en Loopconcentraties is toevertrouwd aan een Guidance Council (Raad van Begeleiding), een Mentors Guild (Mentorengilde) en een Leaders Guild (Dansleidersgilde), met de Pir van de Sufi Ruhaniat International als Spiritual Guide (Spiritueel Gids). Er wordt grote zorg besteed aan de training en mentoring van dansleiders, zodat de stroom van zegening van de Dansen van Universele Vrede die begon bij Murshid SAM zich blijft verspreiden rond de wereld, van hand tot hand, van hart tot hart.

Vandaag de dag brengt de leraar levende aanwezigheid in het midden van leerlingen. De Leraar bezielt hen met spiritueel vuur. Ze worden aangetrokken tot de Leraar en tot elkaar door heilige liefde. Ze worden tot een compacte eenheid, die in alles als een eenheid kan en moet handelen. Dit is het ideale patroon, waar andere, kleinere patronen van zijn afgeleid. En zo is het dat Hiërarchie functioneert in de sferen boven en beneden, met de zichtbare en onzichtbare wezens. (Samuel L. Lewis, [2](#))

Ervaring, zich eigen maken, overdracht

Voor leiders van de Dansen en Loopconcentraties is het essentieel om een afstemming te ontwikkelen op de stroom van zegening van Murshid SAM. Zijn Originele Dansen (zie de Foundation Dances and Walks Manual) zijn een van de hoekstenen op de weg naar Meesterschap. Zijn geschriften zijn een diepgaande bron van inspiratie en wijsheid. Het lopen in de voetstappen van ervaren Dans- en Loop-leraren is een intrinsiek element om deze afstemming te verdiepen.

We kunnen alleen delen met anderen wat we zelf ervaren hebben en in onszelf beheersen. Als we ons eigen maken wat we hebben ervaren, en beginnen dit door te geven vanuit ons eigen inzicht en verwezenlijking, zullen we onze eigen, authentieke stijl ontwikkelen. Dans zo vaak mogelijk. Werk met ervaren leraren die zijn afgestemd op deze spirituele stroom. Ontwikkel je innerlijke verbinding met de levende stroom van zegen van deze stamboom. Vertrouw op je eigen ervaring.

'We hebben deze woorden in de gebeden. We hebben deze onderwijzingen in de literatuur. Maar we hebben niet altijd de realisaties. Er is een processie van spirituele vitaliteit, die van ziel tot ziel wordt doorgegeven, zo te zeggen. Enerzijds d.m.v. wat je Dharma-overdracht kunt noemen, anderzijds door het doorgeven van Baraka (zegening). (Samuel L. Lewis, [3](#))

De loopconcentraties

'Zo worden de loopconcentraties een rijk op zich. Ze bieden ons een hele cursus in spirituele ontwikkeling: concentratie, adem-oefening, gecentreerd zijn, het uitwissen van jezelf, afstemming en toewijding, wat het complete beeld is van een pad.' (Wali Ali Meyer, [4](#))

De Loopconcentraties zijn een vorm van krachtige spirituele oefening in beweging. Spirituele oefeningen die voorheen gedaan werden in statische meditatieve houdingen, zijn door Murshid SAM getransformeerd tot belichaamde loopoefeningen. Het zijn oefeningen in concentratie, zelf-meesterschap en verwezenlijking.

De Elementen Loopoefeningen werken met de elementen, aarde, water, vuur, lucht en ether.

De Centrum Loopoefeningen focussen op de energetische centra van het lichaam: voeten, hara, hart, derde oog en kroon.

De Planeten Loopoefeningen gebruiken de taal van de astrologie om het vermogen te ontwikkelen om ons te verbinden met diverse aspecten van ons intrinsieke energetische lichaam. De verschillende loop- en draai-oefeningen en ademhalingen stemmen ons af op de zon, maan, Venus, Mars, Mercurius, Saturnus, Jupiter, Uranus, Neptunus of Pluto. Een gevorderde oefening is het lopen met combinaties van planeten, wat kan leiden tot iemands specifieke, persoonlijke loopconcentratie. (bijv. Karma en Dharma loopconcentraties)

Goddelijke kwaliteiten (wazifa) loopoefeningen zijn loopoefeningen en lichaamsgebeden die de Goddelijke kwaliteiten van het Ene Zijn oproepen en belichamen (de 99 Schone Namen van de Ene).

Tasawwuri Loopoefeningen zijn oefeningen in afstemming en belichaming, waarbij je je letterlijk de leraar of het gerealiseerde wezen voorstelt, voor je, of in jezelf, terwijl je loopt en ademt. (Zie de Foundation Dances en Walks Manual)

Meesterschap in deze loopconcentraties helpt bij de ontwikkeling van de hele persoonlijkheid. Het zijn oefeningen die helpen om je innerlijke energie te beheersen en om bewust te switchen tussen verschillende energetische zijnstoestanden.

Hoewel het niet van wezenlijk belang is dat iemand regelmatig de Loopconcentraties met anderen leidt, is het essentieel voor je ontwikkeling als dansleider dat je ze in je eigen wezen beheerst.

Adem

De adem kan innerlijk gebruikt worden in meditatie en uiterlijk in het lopen en dansen. Hij wordt het kanaal voor zegeningen, en alle vormen van magnetisme die besproken worden in de leringen. (Samuel L. Lewis, [5](#))

Ritme is het belangrijkste aspect om op te letten in de adem, want de werking van het hele mechanisme is afhankelijk van het ritme van de adem, en de belangrijkste reden voor onregelmatigheid in de hartslag of het hoofd-ritme¹⁶, is het ontbreken van ritme in de adem. (Inayat Khan, [6](#))

Adem is niet te verwarren met lucht. Ontwikkel bewustzijn van de adem als energie, als levenskracht zelf. De adem is het kanaal voor vele vormen van magnetisme. Vergroot je inzicht in het ademhalingsproces en hoe het alles beïnvloedt wat je doet.

Eenvoudig ritmisch ademhalen, met een evenwichtige inademing en uitademing, is de basis voor alle ontwikkeling. Observeer de adem en leer ervan. Ontwikkel bewustzijn en controle over de ademstroom. Oefen ritmisch ademhalen en de reinigings-ademhalingen met de elementen (zie Foundation Dances and Walks Manual). Verfijn je adem. Adem de heilige zinnen van de Dans in ritme. Stem jezelf af op het wervelen en stromen van de adem van de hele danscirkel als je “op de adem” danst!

Je kunt geen tekort aan energie en magnetisme hebben als je adem vol energie is. Daarom zou je, voordat je enige andere methoden van heling ontwikkelt, als eerste de kracht van de adem moeten ontwikkelen. (Inayat Khan, [7](#))

Hart

Zij die het centrum van hun wezen gevonden hebben in het hart, ervaren de meeste vreugde in het dansen. (Samuel L. Lewis, [8](#))

Het hart is meer dan simpelweg een fysiek orgaan. Mystici en sommige wetenschappers beweren dat het hart een zintuig is en een geavanceerd centrum voor het ontvangen en verwerken van informatie. Het hart genereert het sterkste en meest uitgestrekte ritmische elektromagnetisch veld van het lichaam. In het hart kun je je gevoelens, intuïtie en wilskracht ontwikkelen en verfijnen.

Wanneer je zingt, voel dan hoe het geluid resoneert in je hart. Als je in ritme ademt, voel het bewustzijn in het hart. Adem heilige zinnen met de concentratie in het hart, bijv. “bismillah” of “tot de Ene”. Loop met concentratie op het hart-centrum. Als je danst, focus je bewustzijn in het hart. Let op de effecten die al deze oefeningen in je wezen hebben. Merk de verschillen in gevoel op, wanneer je je focus niet in het hart hebt.

Het uitwissen van elke ongewenste impressie uit het hart, stelt je na verloop van tijd in staat om je hart te zuiveren, “de roest van het hart te poetsen”, zoals de Soefi's zeggen. Het hart kan een heldere spiegel worden om de Goddelijke Essentie te reflecteren. In deze lijn van ontwikkeling ontwaak je je eigen hart, en het hart van anderen.

De eerste en laatste instructie voor de spirituele begeleiding van dansers is dat ze het centrum van hun eigen wezen vinden. Dit is in het hart, maar zoals is uitgelegd, is dit hart in werkelijkheid veel groter dan het fysieke hart. De danser kan er veel baat bij hebben om op dit hart-centrum te concentreren in alle aspecten. Zo is er het fysieke aspect waarbij je het hart beschouwt als het centrum van zwaartekracht in je beweging. Er is een ander fysiek aspect, waarbij je het hart beschouwt als boven het zwaartepunt, en het gebruikt als een centrum van aantrekking om je te verheffen. Je kunt het hart gebruiken als het centrum van gevoel, en bovenal, als het centrum van intelligentie. (Samuel L. Lewis, [9](#))

Belichaming

De toeschouwer is een gebedsvolle toegewijde, maar de danser wordt goddelijk. (Samuel L. Lewis, [10](#))

De Dansen zijn meditatie in actie. De redenerende mind is er niet bij betrokken. We kunnen rusten in puur bewustzijn en aanvoelen wat er werkelijk gaande is. Hoe beweegt onze adem, en hoe beweegt ons lichaam? Wat komt tot uitdrukking door onze bewegingen? Worden onze bewegingen meer verfijnd? Voelen onze mudras (hand- en arm-houdingen) aan als uitdrukkingen van toewijding? Dit is een kans om getuige te zijn van jezelf, en bewust te zijn van jezelf. Hoe vinden toewijding en wijsheid uitdrukking in vorm?

De Dansen en Loopconcentraties maken de belichaming mogelijk van spirituele zijnstoestanden en spirituele zegeningen. Voel en belichaam Vreugde... straal dit uit naar de hele danscirkel. Voel en belichaam Vrede... straal dit uit naar de danscirkel. Voel en belichaam Maria, Kwan Yin, Tara, Rama, Krishna, Mozes, Murshid SAM, Hazrat Inayat Khan – of een ander wezen of leraar met wie jij een afstemming voelt. Als dansleider moet je leren hoe je moeiteloos kunt schakelen tussen zulke toestanden, en hoe je door je eigen belichaming een atmosfeer kunt creëren voor de dansers in de cirkel, waardoor zij ook deze deuren binnen kunnen gaan. Sta jezelf toe een kanaal te zijn voor het schenken van zegeningen.

Ritme

Ritme is van het allergrootste belang in ons leven. Het wordt geboren uit aarde en brengt ons de kracht en de kwaliteiten van de aarde. Het is karakteristiek voor ons ademhalings- en bloedsomloopstelsel, die trillingen en krachten van de buitenwereld binnenbrengen respectievelijk vasthouden, en misschien ook vanuit de innerlijke wereld. Als er iets mankeert aan het ritme, is er gebrek aan evenwicht, en dan - in wat voor bewegingen we ons ook verdiepen, ze zullen leiden tot een verlies aan psychische kracht. (Samuel L. Lewis, [11](#))

Om ritme te reguleren, moet je eerst ritme begrijpen. Voor dit doeleinde maken we gebruik van muziek en dansen en ademhalingsoefeningen. (Samuel L. Lewis, [12](#))

Het leven zelf is gebaseerd op natuurlijke ritmes. Voor een dansleider is een goed gevoel voor ritme een essentiële voorwaarde. Leer om ritme te ontwikkelen in alle aspecten van je leven... in je spirituele oefeningen, in je dagelijkse gewoonten, ritme tussen activiteit en rust. In de activiteit van je mind, in de Loopconcentraties en in de Dans, leer om eenheid te brengen tussen je gedachte, het gevoel in je hart, en je lichaamsbeweging. Ontwikkel vooral ritme in je ademhaling. Het ontwikkelen van ritme en evenwicht in de adem kan het startpunt zijn. Het doel is om dit evenwichtige ritme vast te houden onder alle omstandigheden.

Het werk dat een Soefi als zijn of haar heilige werk beschouwt heeft niets te maken met een specifiek ras of een bepaalde religie; het is alleen dit eenvoudige principe wat ik net gezegd heb: om in ritme te zijn met de levensomstandigheden en afgestemd te zijn op het oneindige. (Inayat Khan, [13](#))

Stem

De stem heeft alle magnetisme, dat in een instrument ontbreekt; want de stem is het ideale instrument van de natuur, waarnaar alle andere instrumenten van de wereld zijn gemodelleerd. (Inayat Khan, [14](#))

Dus van hart-ontwikkeling is levens-ontwikkeling, en wat is de stem? De stem is de uitdrukking van het leven, en hoe meer leven je hebt, hoe meer variatie in de kwantitatieve en kwalitatieve aspecten van de stem, hoe meer controle over woorden, over de adem en over het zelf. Dan kun je de stem gebruiken: je kunt geluid gebruiken voor het bereiken van het doel in je leven en voor het uitdrukken van goddelijkheid van binnenuit. (Samuel L. Lewis, [15](#))

Het uitspreken van de heilige zin met de stem is een primaire component van de Dansen. De stem is adem met versterking. De stem is de indicator van je innerlijke weer. Op zijn minst moet je als dansleider het vermogen hebben of ontwikkelen om zuiver te zingen en in je eentje een melodie te kunnen vasthouden.

Spiritualiseer de stem. Plaats de stem in het hart. Ontwikkel de toon van je stem. Maak de ruwe kantjes van de stem rond. Voel de vitaliteit. Verdiep de resonantie. Verken de verschillende kwaliteiten van de stem, Jelal (*kracht*) en Jemal (*schoonheid*). Her-ontdek je natuurlijke stem. Door regelmatige oefening zal je stem zich ontwikkelen.

Als je zingt en denkt aan wat je aan het zingen bent, ook al is het maar een enkele noot, dan kun je deze veel langer aanhouden. Dan kun je er kracht en magnetisme in leggen, je gevoelens ermee overbrengen en er niet vermoeid door raken. (Samuel L. Lewis, [16](#))

Magnetisme en Atmosfeer

Het grote werk van de ingewijden zal daarom zijn om Baraka [spiritueel magnetisme] te verspreiden. Door dit te doen zullen ze de algemene atmosfeer zuiveren, en daardoor zal de Boodschap, die bij de sfeer zelf hoort, geleidelijk aan de harten en mind raken van allen die hier doorheen gaan, die de lucht ademen, of naar de plaatsen gaan waar zaden van Baraka zijn gezaaid. Zo is de zelf-loze verspreiding van de Boodschap. (Samuel L. Lewis, [17](#))

De Dansen kunnen een heilige atmosfeer creëren, overal waar en wanneer ze worden gedaan. De hele atmosfeer kan geladen worden met magnetisme. Als dansleider ben je de geleider voor dat magnetisme. Leer om magnetisme in je wezen te ontwikkelen. Wordt via je adem en je hart een kanaal voor *baraka*, de kracht van liefde-magnetisme-zegening.

Magnetisme is ook in zekere zin toestemming geven aan de dansers om de Dansen te ervaren met hun hele wezen. Door de uitstraling van de adem en het hart naar de hele cirkel, creëer je de optimale omstandigheden voor een spirituele ervaring. Ook de principes van aantrekking spelen mee. Het resonerende hart is in staat om anderen op dezelfde frequenties af te stemmen.

Een heilige atmosfeer creëren betekent het afstemmen van de ruimte, het weven van alle aanwezige elementen. Dát je danst is belangrijk, maar ook waar je danst. Leer om de ruimte schoon te maken voor je begint, als dit nodig is. Sommige dansruimtes lenen zich meteen voor de ervaring van de dans; in andere ruimtes moet je hieraan werken. Maak de innerlijke ruimte schoon, en stem je af op je innerlijke leiding en je leraren. Als je afgeleid bent, of niet helemaal gezond, zal dit tot op zekere hoogte door de hele cirkel worden gevoeld.

We merken dat het herhalen van de Namen van God, of die nu verwijzen naar de essentie (Zat) of de attributen (Sifat) heel behulpzaam kan zijn. De toegewijden die deze namen herhalen zien veranderingen in zichzelf gebeuren; ze beginnen de Goddelijke kwaliteiten te verwezenlijken, ze worden geabsorbeerd door de kwaliteiten en de zegeningen hiervan, en dat leidt tot een alsmaar groeiend magnetisme op alle niveaus. (Samuel L. Lewis and Moineddin Jablonski, [18](#))

Concentratie

In spirituele concentratie is het hele bewustzijn gefocust op het hart, opdat het ontwaakt, en het de persoonlijkheid doorstroomt met zijn levende kwaliteiten. (Samuel L. Lewis, [19](#))

Een zekere vorm van concentratie-oefening helpt om het vermogen te ontwikkelen om gefocust en gecentreerd te blijven onder alle omstandigheden die zich in de danscirkel kunnen voordoen. Het geheim van concentratie is een stabiele mind hebben en een relaxte focus ontwikkelen. Leer om je energieën volledig te kunnen focussen op de activiteit in het moment, al het andere uitsluitend.

De beoefening van Fikr (een soefi-oefening, waarbij je ademt met heilige zinnen, in ritme met de natuurlijke beweging van de adem), is een grote ondersteuning bij concentratie. Zo ook het focussen op “Tot de Ene” in het hart en de mind, met elke inademing en uitademing (Darood). Dit zou je moeten volhouden tot alle inademingen gelijk zijn en alle uitademingen gelijk zijn en er evenwicht is tussen inademing en uitademing. Hoewel dit heel simpel lijkt, is het een van de belangrijkste factoren in het proces van concentratie, en vanwege zijn eenvoud wordt het vaak over het hoofd gezien. (Samuel L. Lewis, [20](#))

Meditatie

In de Vedanta wordt het leven vergeleken met de zee, waar continu golven oprijzen en vallen. Elke mens zoekt van nature vrede, en slechts in vrede is zijn voldoening. Maar vaak zoekt hij het op de verkeerde manier; daarom creëert hij in plaats van vrede, nog meer strijd in zijn leven. (Inayat Khan, [21](#))

Meditatie brengt de mind tot rust en helpt je met het opbouwen van capaciteit. Wanneer je in bewustzijn leeft, kun je beginnen gedachten te onderscheiden van het denkproces... niet proberen om het natuurlijke denkproces te stoppen, maar in staat zijn om de inhoud ervan opzij te zetten. Geleidelijk aan leer je onderscheiden welke acties waardevol en belangrijk zijn, doelgericht en heilzaam. Meesterschap van het zelf in rust kan leiden tot meesterschap van het zelf in actie.

Kies een beoefening die voor jou werkt, en studeer met een ervaren leraar. Ontwikkeling van het innerlijk leven zal je capaciteiten als dansleider wezenlijk vergroten.

Het basale doel van spirituele training is om het individu te bevrijden van dit zelf-gecreëerde “zelf”, zeg maar, en hem/haar te laten leven als een God-gecreëerd “zelf”, wat de intentie was van de schepping. (Samuel L. Lewis, [22](#))

Stilte

Open onze harten, opdat we uw stem mogen horen, die constant van binnenuit klinkt. (Inayat Khan, [23](#))

Creëer omstandigheden in je leven voor uiterlijke stilte, en cultiveer innerlijke stilte. Kunnen we ruimte tussen de gedachten vinden? Kunnen we de wereld van directe ervaring binnengaan, in plaats van afgeleid te worden door de verhalen die we onszelf vertellen over onze ervaring? Leef in een staat van pure essentie. Koester de stilte aan het einde van een Dans.

Vrede is de positieve toestand waarin het leven ervaren kan worden zonder disharmonie. Het heeft twee aspecten, het stille leven en het leven van activiteit. Deze zijn niet zo tegenovergesteld, maar zijn elkaars keerzijden, als de binnenkant en buitenkant van een tas. Je kunt in de caleidoscoop kijken en vormen en bewegingen zien, maar er niet door beïnvloed worden. Het stille leven is net zo, waarin je al het leven binnenin ziet, en er toch niet door beïnvloed wordt. (Samuel L. Lewis, [24](#))

Afstemming – Tasawwuri; Fana – Uitwissing (van het Ego)

Dus d.m.v. afstemming leer je om te lopen als de leraar, om zijn of haar ritmes te 'krijgen', en ze dan ergens anders toe te passen. Toch neemt dit niet de vrijheid weg van de mind of van de geest. In tegendeel, het verrijkt het. Je wordt een levend licht, niet slechts een schaduw. Het mag lijken op imitatie, maar dat is slechts de wikkel. En op die manier kan de geest van de leraar door de leerlingen heen werken. (Samuel L.

De bereidheid en het vermogen om je af te stemmen en je over te geven aan de zegen die door de Dansen wordt doorgegeven, is het allerbelangrijkste aspect van het dansleiden. Uiteindelijk zien de meeste mentoren dit als het vermogen om je ego-persoonlijkheid uit te wissen (zelfs, en in het bijzonder, wanneer de persoonlijkheid nog aanwezig is) om gratie door te laten stromen. Het kan niet teveel benadrukt worden dat je door “extern” met de dansen te werken, ze “interne” effecten zullen hebben.

Toewijding en zuivere afstemming met een transparant ego zullen een ervaring overbrengen die kleine variaties in vorm overstijgt. (Saadi Neil Douglas-Klotz, [26](#))

De wetenschap en kunst van tasawwuri is dat het de toegewijde in staat stelt om een pad te volgen van verheffing en nobelheid, gevestigd door de verlichte zielen die de belichaming vormen van de Meester, de Geest van Leiding. Dit verwijst naar zowel persoonlijkheden op aarde als naar persoonlijkheden die deze sfeer hebben verlaten. Hoe hoger de evolutie van een persoon, des te groter hun vermogen om de atmosfeer en de omgeving waar ze hebben geleefd te beïnvloeden. (Samuel L. Lewis, [27](#))

Elementen

De wetenschap die bestond in de tijd van de klassieke Vedas was de wetenschap van de elementen. De vijf elementen (aarde, water, vuur, lucht en ether) zijn constant werkzaam in de natuur, en in iedere persoon is er één element dat het meest overheerst.

De Elementen-ademhalingen en loopoefeningen (zie Foundation Dances and Walks Manual) helpen ons om een belichaamd inzicht te ontwikkelen in de invloed van de elementen in ons wezen. Er zijn vele aspecten te beschouwen (zoals geluid, kleur en vibratie van elk element). Door ons af te stemmen op de elementen d.m.v. de adem, beweging, ritme en richting, kunnen we hun aard waarnemen. De kwaliteit van Aarde is om zich in alle richtingen uit te breiden, oppervlakte te bedekken. De aard van Water is om naar beneden te stromen, om alle obstakels heen. Vuur stijgt op en stimuleert. Lucht stroomt met zigzag-bewegingen. Ether is geen specifieke vorm; alle vormen komen eruit voort en keren ernaar terug. (Voor meer details, zie Inayat Khan, [28](#))

De Elementen-ademhalingen en bewegings-concentraties ontwakten ons inzicht in de overeenkomstige invloeden op ons wezen, en op bewustzijn, energie en het leven zelf. Zo leren we hoe we bewust van de ene zijnstoestand naar de andere kunnen bewegen, in plaats van onbewust door de energieën van de elementen beïnvloed te worden.

Dankzij onze bewuste ervaring met de Elementen-ademhalingen, kunnen we waarnemen welke elementen overheersen op verschillende momenten, en beseffen hoe dit invloed heeft op ons voelen, handelen en leiden. We beginnen dit ook in anderen waar te nemen. Als we ons bewust zijn welk(e) element(en) op een bepaald moment in ons domineren, en hoe de verschillende elementen zich manifesteren in de Dansen en in de danscirkel, voegt dit een diepere dimensie toe aan ons dansleiden.

De concentratie op en beoefening van de wetenschap van deze elementen is van onschatbare waarde in de training van lichaam, emoties en mind. Wanneer mystiek wordt onderwezen als een wetenschap, zoals de Vedantisten en de Soefi's deden, dan leert de student om deze elementen in te zetten als dienaars, en zo vervolmaak je je eigen aard en helpt daarmee anderen. (Samuel L. Lewis, [29](#))

Persoonlijke Evolutie

Als je je toewijdt aan dansleiden en verdieping op je spirituele pad, houdt dat vanzelfsprekend ook in om je ego-persoonlijkheid te verfijnen, ... emotionele balans te kweken en evt. ontbrekende interpersoonlijke vaardigheden te ontwikkelen. Schaduw-potenties in jezelf en anderen moeten herkend en begrepen worden. Een dansleider moet adequaat kunnen reageren wanneer natuurlijke sensuele energieën opkomen, en weten hoe te bemiddelen wanneer er spanningen zijn in de danscirkel.

Voor Meesterschap op welk gebied dan ook is volharding nodig, om afwijzing en tegenslagen te boven te kunnen komen. Ontwikkel de nodige zelfwaarde en zelfvertrouwen om stand te houden.

Geniet van de reis!

Werken met Energie

Bij de studie van elektriciteit komen twee aspecten kijken: capaciteit en potentiaal. Capaciteit is het vermogen van een reservoir om energie te ontvangen, en potentiaal is het vermogen van een geleider om het te geleiden. Deze zelfde twee principes komen voor in het menselijk lichaam.

De capaciteit wordt vergroot door meditatie, en in het algemeen door hart-activiteit, door het ritme van de hartslag te onderhouden, door het voelen van het bewustzijn in het hart, door alle activiteit vanuit het centrum naar de periferie te zenden, en door eenheid te bewaren tussen gevoel, gedachte en actie. Het is verbonden met inspiratie.

Het equivalent van elektrisch potentiaal of bewegingskracht, is wat ook door de mystici kracht genoemd wordt. Dit ontstaat door controle over de adem, en het vermogen om de adem te gebruiken en toe te passen. Alle mysteries komen voort uit deze onderwerpen. (Samuel L. Lewis, [30](#))

Er is een oceaan van adem waarin wij leven en bewegen en ons bestaan hebben. Door de Dansen creëren we bepaalde energiepatronen. Als we dansen, stroomt levensenergie naar ons allen toe, en door ons heen. De geoefende leider kan leren deze energie te weven en zo iedereen in de cirkel verheffen, door intuïtie, toenemende verfijning van de eigen adem, en luisteren naar de Geest van Leiding.

Wij leven en bewegen in een rijk van psychische krachten, en zij bewegen in en door ons. Het aura verandert in grootte en lichtsterkte in relatie tot onze emotionele toestand. Het lijkt te reageren op andere invloeden, en uit te breiden in momenten van extase ... en kosmische liefde. Inderdaad, als onze blik zich verruimt, doet de aura dat ook. Als we vervallen in zelfmedelijden trekt het samen. Als onze gedachten richting de aarde tenderen, neemt de aura de ene kleur aan, en als ze naar de hemel rijzen, wordt het een andere kleur. Emoties beïnvloeden de kleurtonen ook.

De aura is niet rechtstreeks te ontwikkelen. Het volgt ons, niet wij het. Als wij fysiek, emotioneel, mentaal, moreel of spiritueel veranderen, wordt het anders. Wanneer onze ontwikkeling een bepaalde hoogte bereikt, wordt het als een lamp van puur licht. Dan zal zelfs een gevoelige het herkennen. Ook velen die niet helderziend zijn, kunnen een ontwikkeld aura in zekere zin voelen. (Samuel L. Lewis, [31](#))

Musiceren

Kennis van de emoties is zeer waardevol; en als je de emoties controleert en stuurt m.b.v. adem en gedachte, kun je het leven zelf overbrengen door muziek. ... Het meeste profijt heb je van het voelen van het leven in het hart; en je kunt ook baat hebben bij een gedegen mystieke training in zingen en dansen. Concentratievermogen, de gevoelszin, en kennis van geluidstrillingen zijn allemaal heel waardevol... (Samuel L. Lewis, [32](#))

Instrumentele begeleiding is niet essentieel voor de Dansen en er zijn zelfs sommige Dansen die beter kunnen werken zonder. Toch kunnen instrumenten als gitaar en drum de ritmische en melodische basis voor een Dans creëren, en helpen om de diverse componenten van een Dans bijeen te houden.

Om voor de Dansen te spelen, is het handig om onderscheid te maken tussen de uiterlijke techniek van het bespelen van een instrument (verschillende ritmes, noten, toonsoorten, akkoorden) en de innerlijke technieken van afstemming (concentratie op de heilige zin, luisteren, focussen op de adem en het hart, bewust zijn van de energie van de cirkel).

Dansmuzikanten die zich geroepen voelen deze concentratie te volgen en dieper te ontwikkelen, worden uitgenodigd een mentor te nemen voor dit doel. Dit is een pad van “lopen met”. In dit geval ligt de focus van

het mentor-proces op het verdiepen in het dansmuzikantschap en afstemming, in plaats van op het leiden van dansen, en dit leidt niet zonder meer tot certificering.

Bijvoorbeeld een gitaarspeler, moet naast het vertrouwd worden met alle complicaties en nuances in stijl, melodie en ritme, ook psychische kracht ontwikkelen in de vingertoppen en de handen, en zich ook nauw verbonden voelen met het instrument, alsof het instrument zagezegd deel wordt van je eigen wezen. (Samuel L. Lewis, [33](#))

Werken met muzikanten

Idealiter hebben muzikanten ervaring met het dansen van de Dansen, voordat ze beginnen om ze muzikaal te begeleiden. Dansmuzikanten dienen de Dansen. Kies je muzikanten zorgvuldig. Er wordt van hen gevraagd dat ze persoonlijke speelstijlen opzij zetten die de aandacht naar henzelf trekken, en daarmee de aandacht afleiden van het hart van de Dans.

Muzikanten moeten nadrukkelijk de verleiding weerstaan om er 'op hun eentje vandoor te gaan'. De heilige zin moet volop in hun concentratie zijn. De muziek moet het natuurlijke ritme van de heilige zin accentueren. (Wali Ali Meyer, [34](#))

De keuze van muziekinstrumenten naast de gitaar (voor melodie) en de drum (voor ritme) kan de integriteit of de ervaring van de Dans verhogen, óf ervan afleiden. Dit soort overwegingen werkt de dansleider uit met zijn muzikanten.

Dansleiders moeten een verstandhouding met hun muzikanten opbouwen. Leiders verwachten van de muzikanten dat ze hun aandacht focussen op de Dans, en zich op hen afstemmen. Wees duidelijk met je muzikanten. Geef ze de instructie om op je voeten te letten; geef ze aanwijzingen bij veranderingen in de dynamiek van een Dans; laat ze naar jou kijken en luisteren voor instructies, inclusief non-verbale tekens. Het kan zijn dat dansleiders oefensessies willen houden met hun muzikanten, vooral in de beginstadiën van het spelen voor de Dansen. Dit is zinvol voor de nieuwe dans-muzikant, die leert om zijn aandacht te richten op de leider, meer vertrouwd te raken met de Dansen, en in de “hart-ruimte” te zijn tijdens het spelen voor de Dansen.

Groepsfacilitatie-vaardigheden en leiderschapskwaliteiten

Als je dansen leidt, leid je een groep mensen. Leer om helder en effectief te communiceren. Wees beleefd en respectvol naar iedereen. Stel mensen op hun gemak. Mensen in de groep zullen het merken of je vanuit het hart of het hoofd komt. Wees authentiek jezelf. Merk op hoe de groep reageert. Neem waar of je de groep bereikt.

De Dansen zijn een vorm van ervaringsgewijs leren. Ontwikkel inzicht in groepsdynamiek. Leer om het groepsproces te begeleiden. Let op de synergie in de groep. In de eerste paar Dansen van een sessie: kijk, hoor en voel waar mensen zijn. Zijn ze in hun lichaam? Zijn ze helemaal aanwezig? Bewegen ze in ritme? Zingen ze voluit? Komen de stemmen uit het hart? Zijn ze open of gesloten naar elkaar? Luisteren mensen? Zijn ze afgestemd op jou?

Effectief leiderschap gaat over dienstbaarheid, niet status. Leiderschap is het inspireren van mensen zodat ze graag doen wat je van hen vraagt. Het ontwikkelen van kwaliteiten als integriteit, wijsheid, openheid, assertiviteit, eerlijkheid, gevoel voor humor en toewijding kunnen je helpen in deze rol. Zet het ego aan de kant, maar sta je zelf tegelijkertijd toe om een sterke leider te worden.

Een leider zou moeten leiden. Daarmee bedoel ik niet dat hij of zij noodzakelijkerwijs iets diepzinnigs moet zeggen, ik bedoel dat de leider in een positieve toestand van hartmagnetisme moet zijn en deze kracht overdragen zonder veel bewustzijn van zichzelf, en met een stem die zon-achtig is. (Wali Ali Meyer, [35](#))

Kennis, ervaring en begrip van diverse spirituele tradities

Ongeacht hun geloof hebben de wijzen elkaar altijd kunnen ontmoeten, de grenzen overstijgend van uiterlijke vormen en conventies, die natuurlijk en nodig zijn voor het menselijk leven, maar die de mensheid toch afscheiden. (Samuel L. Lewis, [36](#))

Murshid Samuel Lewis bestudeerde en bereikte de verwezenlijking via een aantal verschillende wegen, waaronder soefisme, Zen boeddhisme, bhakti yoga, joodse en christelijke mystiek. Als resultaat van dit levenslange onderzoek bood hij de Dansen aan, als een weg voor anderen om de universaliteit van spirituele ervaring te proeven.

Je wortels liggen misschien in één spirituele traditie uit de vele wegen, maar idealiter heb je directe ervaring en kennis van meerdere van de grootste stromingen. Het bestuderen van de verschillende spirituele tradities is essentieel voor het ontwikkelen van breedte en diepte in het Dans-werk, maar komt niet uit boeken of van het internet. Maak contact met beoefenaars van verschillende tradities in jouw regio. Ervaar voor jezelf het Heilige in allerlei vormen. Creëer gelegenheden om deel te nemen aan de spirituele beoefening en ceremonies van verschillende spirituele stromingen, en ervaar de manier waarop zij de dingen doen.

STUDIEMATERIALEN & BRONNEN¹⁷

Artikelen

A Deeper Side of Dance (*Saadi Neil Douglas-Klotz*)
Background and Purpose of the Walks (*Wali Ali Meyer*)
Dancing with Murshid S.A.M. (Sufi Ahmed Murad Chisti) (*Wali Ali Meyer*)
Group Dance as Transformational Movement (*Saadi Neil Douglas-Klotz*)
Spiritual Dancing (*Samuel L. Lewis*)
Steps Toward Peace Through Spiritual Dance and Walk (*Samuel L. Lewis*)
Ten Keys to Dancing (*Wali Ali Meyer*)
The Dances and Sacred Transmission: Nurturing Growth for the Coming Generations (*Saadi Shakur Chishti*)
There Is No Sufi Here (*Tasnim Hermila Fernandez*)

Boeken

An Unfinished Life (*Ruth St. Denis*)
Blessings of the Cosmos (*Neil Douglas-Klotz*)
* De Beker van Saki met commentaar (*Inayat Khan en Samuel L. Lewis*)
Complete Sayings of Hazrat Inayat Khan (*Inayat Khan*)
* Woestijnwijsheid (*Neil Douglas-Klotz*)
Divine Dancer: A Biography of Ruth St. Denis (*Suzanne Shelton*)
Genesis Meditations (*Neil Douglas-Klotz*)
* Het verborgen evangelie (*Neil Douglas-Klotz*)
In the Garden: Murshid SAM (*Samuel L. Lewis*)
Introduction to Spiritual Brotherhood: Science, Mysticism and the New Age (*Samuel L. Lewis*)
Jerusalem Trilogy (*Samuel L. Lewis*)
Like a Dream, Like a Fantasy (*Nyogen Senzaki; dharma talks and poetry edited by Eido Shimano*)
Lotus Light (*Ruth St. Denis*)
Mentoring – The Tao of Giving and Receiving Wisdom (*Chungliang Al Huang and Jerry Lynch*)
Murshid: A Personal Memoir of Life with American Sufi Samuel L. Lewis (*Mansur Johnson*)
Physicians of the Heart: A Sufi View of the 99 Names of Allah (*Wali Ali Meyer, Bilal Hyde, Faisal Muqaddam, and Shabda Kahn*)
* Gebeden van de Kosmos (*Neil Douglas-Klotz*)
Siva Siva! / Crescent & Heart (*Samuel L. Lewis*)
* Spiritual Dance and Walk: Dansen en lopen in spiritualiteit. Lessen van een Soefimeester. (*Samuel L. Lewis; red. Neil Douglas-Klotz; vertaling Wim van der Zwan*)
(Vertaling van: Spiritual Dance and Walk: An Introduction to the Dances of Universal Peace and Walking Meditations of Samuel L. Lewis (*Samuel L. Lewis; edited by Neil Douglas-Klotz*))
Sufi Vision and Initiation: Meetings with Remarkable Beings (*Samuel L. Lewis; edit Neil Douglas-Klotz*)
The Music of Life (*Inayat Khan*)
The Sufi Book of Life: 99 Pathways of the Heart for the Modern Dervish (*Neil Douglas-Klotz*)
* De Soefi Boodschap van Hazrat Inayat Khan (*Inayat Khan*):
* Vol. 1: Het innerlijk leven
* Vol. 2: Kosmische taal

¹⁷ Voor publicaties waarvan een Nederlandse vertaling bestaat, wordt de Nederlandse titel gegeven. Deze zijn gemarkeerd met een *

muziek
de mystiek van geluid

* Vol. 4: Gezondheid (over de adem)

* Vol. 9: De eenheid van religieuze idealen

Wisdom Comes Dancing: Selected Writings of Ruth St. Denis on Dance, Spirituality and the Body (*Edited by Kamae A. Miller*)

Esoterische teksten

De volgende Teksten zijn geschreven door Murshid Samuel L. Lewis, onder copyright van de Sufi Ruhaniat International, 1978. Ze zijn beschikbaar voor alle leden van de Leaders Guild via de Ruhaniat.

201 Suras on the Breath: An Original Sangatha

Bestowing of Blessing

Book of Peace

Spiritual Dancing

The Metaphysics of Sound

Andere bronnen

Eat, Dance & Pray, DVD

Foundation Dances and Walks Manual, with CD — een compilatie van 101 “Mantra” Dansen, Originele Dansen van Murshid Samuel L. Lewis, en vijf series van Loopconcentraties. Bevat ook korte essays over afstemming op de grootste spirituele stromingen en de atmosfeer van heilige zinnen.

Guitars of Universal Peace, gitaar-instructie door Anahata Iradah

Musicianship for the Dances of Universal Peace, een tekst door Munir Peter Reynolds

CDs

Dancing with the Aramaic Jesus – The Beatitude Way (Neil Douglas-Klotz)

Keeper of the Heart (Wali Ali Meyer; korte verhalen, afstemmingen en Dansen)

Native Middle-Eastern Cycle – Seasonal Invocations of the Goddess (Neil Douglas-Klotz and Kamae A. Miller)

Prayers of the Cosmos (Neil Douglas-Klotz)

Links

Abwoon Resource Center: <http://www.abwoon.com>

Sufi Order International Publications: <http://www.OmegaPub.com>

Sufi Ruhaniat International: www.ruhaniat.org

* Nederlandstalige teksten van Hazrat Inayat Kahn: http://reachfarandwide.org/language_nl.php

* Beker van Saki met commentaar van Samuel Lewis (in het Nederlands):

<http://www.reachfarandwide.org/ism/Dutch-Beker-van-Saki-Bowl-of-Saki.pdf>

BIBLIOGRAFIE

De “Commentary Papers” waar hier naar wordt verwezen, zijn transcripties van lezingen, of geschreven door Hazrat Pir-o-Murshid Inayat Khan tussen 1911 en 1926. Later heeft Murshid Samuel L. Lewis een nadere uitwerking van de onderwerpen toegevoegd, op verzoek van zijn leraar, Hazrat Inayat Khan. Deze Bibliografie geeft materiaal weer, dat is geciteerd uit de originele geschriften of uit het latere commentaar, overeenkomstig de naam die als eerste genoemd is.

Alle “Commentary” en Esoterische Papers geschreven door Murshid Samuel Lewis vallen onder het beheer van de Sufi Ruhaniat International, copyright 1978. Ze zijn verkrijgbaar via SRI voor leden van de Leaders Guild.

DE REIS VAN DE DANSLEIDER

- 1 Samuel L. Lewis, “Steps Toward Peace Through Spiritual Dance and Walk,” in *Spiritual Dance and Walk: An Introduction to the Dances of Universal Peace and Walking Meditations of Samuel L. Lewis*. 35. 3rd revised edition; edited by Neil Douglas-Klotz. Fairfax, CA: PeaceWorks Center for the Dances of Universal Peace, 1990.
- 2 _____, “Spiritual Dancing,” in *Manual for Teachers of Spiritual Dance*. 10-12. Compilation of Dances and Walks from the work of Murshid SAM, by early SIRS [sic] community. San Francisco: Sufi Islamia Ruhaniat Society and Cold Mountain Music, revised 1980.
- 3 _____, *Commentary on Ryazat: Esotericism*. Githa I: 4b; 17.

OVEREENKOMSTEN

- 1 Samuel L. Lewis, *Sufi Vision and Initiation: Meetings with Remarkable Beings*. Diary entry January 1970, 331. Edited by Neil Douglas-Klotz. San Francisco: Sufi Ruhaniat International, 1986.

Elementen van Meesterschap

- 1 Saadi Shakur Chishti (Neil Douglas-Klotz), “The Dances and Sacred Transmission: Nurturing Growth for the Coming Generations.” 2002 paper revised June 2009.
- 2 Samuel L. Lewis, *Introduction to Spiritual Brotherhood: Science, Mysticism & the New Age*. 58. San Francisco/Novato: Sufi Islamia/Prophecy Publications, 1981.
- 3 _____, *Commentary on Naqshibandi: Symbolology*. Gatha II: 7; 32.
- 4 Wali Ali Meyer, “Background and Purpose of the Walks,” in *Foundation Dances and Walks Manual*. 3rd revised edition, compiled by Radha Tereska Buko. Seattle: PeaceWorks International Network for the Dances of Universal Peace, 2001.
- 5 Samuel L. Lewis, *Commentary on Pasi Anfas: Breath*. Gatha II: 6; 29.
- 6 Inayat Khan, *Commentary Paper, Pasi Anfas: Breath*. Gatha I: 6; 22.
- 7 _____, *Health (on Breath) in The Sufi Message of Hazrat Inayat Khan*. Vol. 4; 72. New Lebanon: Omega Publications, 1976.
- 8 Samuel L. Lewis, *The Metaphysics of Sound*. Series I: 10; 14.
- 9 Ibid.
- 10 _____, *Siva Siva! / Crescent & Heart*. 83. San Francisco: Sufi Ruhaniat International, 1980.
- 11 _____, *Spiritual Dancing*. 3; 15.
- 12 _____, *Commentary on Kashf: Insight*. Gatha II: 8; 32.
- 13 Inayat Khan, *The Candidates Gathekas*, also known as *The Enquirer’s Papers*. No. 31. New Lebanon: Sufi Order International, 1997-98.

- 14 _____, *The Mysticism of Sound*, in *The Sufi Message of Hazrat Inayat Khan*. Vol 2; 56. London: Barrie and Rockcliff/Jenkins, 1973.
- 15 Samuel L. Lewis, *The Metaphysics of Sound*. Series I: 5; 8.
- 16 _____, *Spiritual Dancing*. 4; 21.
- 17 _____, *Bestowing of Blessing*. 18; 59.
- 18 Samuel L. Lewis and Moineddin Jablonski, *Commentary on Mental Purification*. 3; 33.
- 19 Samuel L. Lewis, *Spiritual Dancing*. 9; 43.
- 20 _____, *Commentary on Murakkabah: Concentration*. Githa I: 1; 3.
- 21 Inayat Khan, *Commentary Paper, Kashf: Insight*. Gatha, III: 10; 43.
- 22 Samuel L. Lewis, *Commentary on Murakkabah: Concentration*. Githa I: 10; 45.
- 23 Inayat Khan, *Complete Sayings of Hazrat Inayat Khan*. 56. New Lebanon: Sufi Order Publications, 1978.
- 24 Samuel L. Lewis, *Book of Peace*. Series II: 7; 34.
- 25 _____, *Commentary on Path of Initiation and Discipleship*. Gatheka: 7; 105.
- 26 Saadi Neil Douglas-Klotz, "A Deeper Side of Dance." #8 in Series. Originally appeared in "The Deeper Side of the Dance" column in *We Circle Around*, Journal of the International Network for the Dances of Universal Peace. September 1999, Issue #2. Seattle: INDUP.
- 27 Samuel L. Lewis, *Commentary on Takua Taharat: Everyday Life*. Gatha III: 9; 37.
- 28 Inayat Khan, *The Mysticism of Sound*, in *The Message of Hazrat Inayat Khan*. Vol 2; 13-16. London: Barrie and Rockcliff/Jenkins, 1973.
- 29 Samuel L. Lewis, *Spiritual Dancing*. 3; 19.
- 30 _____, *201 Suras on the Breath: An Original Sangatha*. 60; 13.
- 31 _____, *Spiritual Dancing*. 11; 52.
- 32 _____, *The Metaphysics of Sound*. Series I; 8; 11.
- 33 Ibid.
- 34 Wali Ali Meyer, "Ten Keys to Dancing," in *Foundation Dances and Walks Manual*. 3rd revised edition, compiled by Radha Tereska Buko. Seattle: PeaceWorks International Network for the Dances of Universal Peace, 2001.
- 35 _____, "Dancing with Murshid S.A.M. (Sufi Ahmed Murad Chishti)." Ibid.
- 36 Samuel L. Lewis, *Bowl of Saki Commentary*. July 5. Eugene: Sufi Islamia/Prophecy Publications, 1981.