



En esta Edición

[La Oportunidad del Distanciamiento Social](#)

[Volviendo al Hogar de la Biblioteca de Recursos](#)

[Fotos por favor](#)

[¿Algo necesita arreglo?](#)

[Bosnia](#)

[Brazil](#)

[Reconocimiento de Líderes](#)

[Sitio en la Red y Más](#)

¿Te perdiste las ediciones anteriores del Boletín?

accede a las ediciones anteriores en

[Enewsletter Home](#)

Puedes publicar tus eventos y los volantes en nuestros Calendarios en el sitio en la red:

[Eventos Internacionales](#)
[Eventos de Entrenamiento de Líderes](#)

mayo de 2020

Noticias y Actualizaciones de la Cofradía de Líderes

Agradecimientos a nuestra traductora
Sylvia Murillo!

La Oportunidad del Distanciamiento Social

por

Darvesha,

Presidente, DPU Internacional



Habiendo sido durante gran parte de mi vida adulta lo que Morris Berman llama "La Nueva Sociedad Monástica" (puede que no vivamos en monasterios, pero no nos subscribimos a los valores de los medios de la corriente prevalente y nos ocupamos principalmente de lo "interno" comprendiendo que el llevar a cabo prácticas en solitario es una forma efectiva de cambiar el mundo), estoy sorprendida por la cantidad de ansiedad y de apresuramiento en nuestra sangha.

Estoy tan profundamente preocupada por ciertas comunidades (los refugiados, los prisioneros, los que no tienen casa, los trabajadores de las fincas, aquellos que tienen deudas, los trabajadores de la salud, las madres

Dances of Universal
Peace International
PO Box 55994,
Seattle, WA 98155
USA
(206) 367-0389
[Oficina de Seattle](#)
[Oficina del Director](#)
[Coordinador de la](#)
[Comunidad](#)

¡Mantente
conectado!



que trabajan desde sus hogares mientras que además hacen escolarización a sus hijos e hijas) pero confundida por la cantidad de actividad en-línea.

Yo habría pensado que la mayoría de nosotros se habría sencillamente asentado, agradeciendo la oportunidad de tener más tiempo para practicar todo aquello que nos ha sido dado a través de los años.

¡Cuando no puedes ir hacia afuera, ve hacia dentro!

Tú no puedes experimentar la radioactividad ni la relatividad en la mecánica cuántica sin la experiencia externa del laboratorio. ¿Cómo sabe uno lo que se experimenta en el laboratorio interno si uno no va hacia adentro?

pag. 96 La Visión y la Iniciación Sufí. Samuel L. Lewis.

En estos tiempos la palabra proliferación se utiliza principalmente para describir las células del virus. Pero quizás este es el tiempo en que también podemos ver esta tendencia en nosotros mismos. Que alivio es el experimentar como mengua la actividad humana de la eterna expansión que no da tregua.

¿No es esta tendencia a proliferarnos la que nos metió en este desbarajuste para comenzar? Como es de liberador ver las autopistas vacías, los cielos sin el esmog, los animales deambulando libremente en los bosques, y las ballenas pariendo en aguas silenciosas. Todo porque la actividad humana ha disminuido.

¿Qué es esta tendencia hacia "más, más y más"? ¿Es sintomática de un vacío interior lo que causa que busquemos "más" por fuera de nosotros?

¿Aquí en nuestras casas monasterio nos vemos a nosotros mismos ideando proyectos, haciendo más planes, haciendo más y más reuniones de zoom, escribiendo más y más correos electrónicos, haciendo más y más llamadas? ¿O le damos la bienvenida a la oportunidad de acoger una atmósfera de silencio interno? ¿Sí, todo el mundo está recurriendo a la proliferación de la socialización digital, pero como practicantes de la espiritualidad no nos sentimos más atraídos hacia excavar y refinar nuestros recursos espirituales y a emplear más tiempo en acercarnos más al mundo natural?

"En una pandemia, al auto-aislamiento se le llama cuarentena. En el Budismo se le llama retiro."

Lama Willa Miller

Lama dice a continuación, *"El miedo es una invitación. No es una invitación a pesar los riesgos o a ajustarse a lo externo. Es una invitación a mirar profundamente dentro de sí y a amistarse con el animal dentro de sí mismo"*.



"Estamos sentados con lo desconocido. Lo desconocido es exactamente lo que hace discurrir el velo. Nos ofrece una posibilidad de entrever la verdad de que nada nunca ha sido una certeza. Este mundo con toda su belleza y toda su vibración es así justamente porque no está fijo, porque todo es contingente. El pariente natural de la vida es la falta de certeza".

"Pero olvido, casi en cada momento de la vida diaria. Arrullada por lo predecible de mis días. Yo creo que mañana va a ser igual que hoy. Y hoy fue igual que ayer. El papel higiénico estará ahí."

¿Qué hay tras esta tendencia a proliferarse? ¿Es el temor? ¿Puede ser que en la quietud descubramos la emoción subyacente? ¿Nos podremos volver amigos con ella?

¿Cómo te haces amigo del miedo? ¡Girándote hacia él y enfrentándolo! Abrete a él. ¿Dónde lo sientes en tu cuerpo? ¿Cuándo lo sientes cercano, cómo se comporta? ¡Diferencia las sensaciones de los pensamientos que conducen a ellas: siente las sensaciones a cabalidad pero ignora los pensamientos! ¡CUANDO SABES QUE LOS PENSAMIENTOS SON SENCILLAMENTE PENSAMIENTOS, TE LIBERAS DE ELLOS! Pero cuando te identificas con los pensamientos y te dejas convencer por ellos, tú estás atrapado, y exacerbarás la ansiedad y las emociones turbulentas.

Si tu llevas a cabo esta práctica verás que lo que perturba se disolverá. Observar que las tensiones se disuelven trae paz, tranquilidad y una especie de liberación nirvánica.

Le expansión sin fin del consumismo y la variedad de distracciones de la sociedad contemporánea es un síntoma de una sociedad que está fuera de contacto con su plenitud interior. Si tenemos una necesidad tremenda de la comunicación digital durante este tiempo, quizás esto esté diciéndonos algo de nosotros mismos. ¿Cuánto es suficiente? ¿Cuánto es demasiado? ¿Quizás más bien es tiempo de iniciar nuestro viaje hacia el interior?

Hay "dos métodos de entrenamiento espiritual, llamados el "método del mico" y "el método del gato". En el método del mico, el bebé se aferra a la madre y adonde sea que vaya la madre allá lleva a su bebé. En el método del gato, la gata levanta a su bebé y le enseña a caminar. Entonces la gata intenta que sus crías sean adultas tan pronto como les sea posible, y el mico trata de mantener a sus crías como infantes por el mayor tiempo posible. Entonces tienes dos tipos de entrenamiento espiritual: aquellos que se recuestan en su profesor para hacer todo y aquellos que enseñan a sus discípulos a volverse adultos". Pag. 151. La Visión y la Iniciación Sufí. Samuel L. Lewis.

¿Quizás esta pandemia es el llamado para el cual nuestra vida de danzantes nos ha estado preparando?

Cómo Lama dice, "Desde la cueva de nuestro hogar, como los meditadores de los

tiempos antiguos, conscientemente podemos encender la lámpara de la compasión y de la conexión".



Práctica Metta

Que yo esté libre del peligro
Que yo esté en paz y feliz
Que yo sea fuerte y saludable
Que yo tenga facilidad en el estar.
Que tú estés libre del peligro.
Que tú estés en paz y feliz.
Que tú estés fuerte y saludable.
Que tú tengas facilidad en el estar.
Que todos los seres estén libres del peligro.
Que todos los seres estén en paz y felices.
Que todos los seres estén fuertes y saludables.
Que todos los seres tengan facilidad en el estar.
Que yo esté libre del sufrimiento.
Que tú estés libre del sufrimiento.
Que todos los seres estén libres del sufrimiento.
Que mi bondad y mi sabiduría se incrementen.
Que tú bondad y sabiduría se incrementen.
Que la bondad y la sabiduría de todos los seres se incremente.

.....

Volviendo al Hogar de la Biblioteca de Recursos de las Danzas Arjún Calero

Al momento de escribir esto estamos todos más o menos bajo el encierro preventivo. La Caravana Más Allá no ha dejado el oasis, aunque el caravasar tiene muy buenas conexiones de zoom.



© Lydia Dixon

En una llamada reciente, Arjún describió un viaje que todos podemos compartir, a través de la Biblioteca de Recursos de las Danzas. Lo explicó así:

¿En las distintas partes del mundo (Latinoamérica, Rusia, Australia, Nueva Zelanda y otros lugares) podemos

- explorar la Biblioteca de Recursos en línea
- traer a nuestra mente las danzas que conocemos pero que no están ahí anotadas
- trabajar juntos para escoger las diez danzas que queremos agregar a esa biblioteca?

Es un viaje en el que podemos visitar las riquezas que ya tenemos, y podemos disfrutar el explorarlas juntos, las partes más significativas del repertorio de nuestras áreas.

El proceso para llevar esto a cabo puede variar de una región a otra, pero así es como está funcionando en Latinoamérica:

Comenzamos con un anuncio en el Facebook de Danzas en Latinoamérica. Recibimos muchas nominaciones para las primeras 10. Estas incluían muchas danzas que no fueron originadas en Latinoamérica.

Arjún desplegó una planilla de las 40 nominaciones y las clasificó de acuerdo a popularidad.

Un comité de seis mentores, escogidos a lo largo de la región se reunió para discutir las nominaciones.

Las nominaciones incluían algunas danzas por ejemplo, de Amida, que ya habían sido traducidas al español.

Los mentores identificaron varias categorías de las Danzas:

- Danzas completamente nuevas originadas en Latinoamérica
 - Danzas que son "nuestras" en Latinoamérica
 - Danzas con melodías pre- existentes; están buscando a los originadores para obtener su permiso de traducirlas al español
- Danzas que incluyen algo de inglés; lo que aspiramos aquí es a comparar las variantes por ejemplo entre la versión que se hace en Perú y la que se hace en Argentina para "llegar" a una versión "oficial" en español.
- Danzas que son importantes en Latinoamérica que no están en la Biblioteca de Recursos y que no fueron cantos originados por nosotros por ejemplo como Da Pacem Domine; los mentores están rastreando a los originadores para estas.
- Danzas que están en la Biblioteca de Recursos pero que no fueron originadas en Latinoamérica: repertorio clásico de Danzas mántricas; queremos traducir éstas al español.



El dice que es demasiado llevar a cabo todo esto de una sola vez. Entonces ahora Arjún va a cerrar el proceso de nominación. Las Danzas nominadas incluirán principalmente danzas no publicadas que fueron originadas en Latinoamérica y algunas de las otras categorías. El mantendrá "la rueda girando" para que podamos agregar Danzas de otras categorías en la medida que el tiempo lo permita.

Arjún no quiere animar a una fiebre de publicación para que todo sea publicado. El proceso de selección será:

- Las primeras 5 votadas
- 5 más escogidas por los mentores con énfasis en danzas mántricas

Otros países

Si aparecen danzas que tengan acogida a nivel mundial, pueden ser traducidas al inglés. Arjún recomienda que echemos la rueda a andar.

Ustedes pueden hacer esto de la manera que mejor le convenga a la familia de las danzas en donde tú estés.

Si quieres discutir esto más a fondo por favor contactar a [Aziz](#).

.....

Fotos por favor

Queremos poner al día nuestra galería y de la red con fotos de las danzas de todas partes del mundo. Por favor envíenlas a [Aziz](#) con un pie de foto (el país y la fecha).

.....

¿Algo necesita arreglo?

Contacta al [administrador](#) del sitio en la red.

.....

Bosnia: danzas para la próxima generación

Como ustedes pueden saber, durante 20 años ya hemos estado danzando las Danzas de Paz Universal en Bosnia y Herzegovina, o para ser precisos en la



Asociación Amita Educa
en la ciudad de Tuzla. Todos estos años hemos estado danzando semanalmente, así como también organizando seminarios y talleres para adultos.

Hoy, sin embargo, me gustaría contarles sobre los talleres de DPU que hacemos con los profesores.

Durante 12 años hemos estado enseñando, instruyendo y apoyando a los profesores de la escuela primaria, para que ellos puedan hacer DPU con sus alumnos.

¡En octubre de 2019 tuvimos una celebración de jubileo- nuestro taller para maestros de DPU número 30!

Los maestros participan con mucha alegría en nuestros talleres y luego transfieren ese gozo a sus alumnos en las clases de Cultura de la Religión (Historia de la Religión), Música y Educación Física, las cuales son todas parte de currículum regular del colegio. Anterior a esto nos hemos tomado el tiempo de asegurarnos que la enseñanza de las DPU en las escuelas sea aprobada por el Ministerio de Educación.

De esta manera, los alumnos en Tuzla pueden danzar Ave María, Altísimo Corazón, El Custom Zikr, Ganesha, Gopala, Heveinu Shalom Aleichem, Heyanana y muchas otras danzas.



El equipo de danzas de Amica Educa y los maestros les hablan a los niños sobre la belleza de las religiones, sobre sus similitudes y sus cualidades. A la vez, les enseñamos distintos ejercicios de relajación y de concentración.

De acuerdo a nuestra experiencia hasta ahora, la retroalimentación que hemos recibido de los maestros y de los padres de familia (y en varias ocasiones de los mismos niños), los niños reaccionan muy bien a las danzas y ellos expresan gran alegría e interés en danzar una y otra vez.

Es mi deseo que este concepto que aplicamos en nuestra práctica pueda difundirse a todos los países donde las Danzas de Paz Universal son danzadas, y con este pensamiento y esta intención estamos a su disposición y con gusto compartiremos nuestras experiencias con la comunidad de DPU.

Tenzila Hujdur y el equipo de Danzas de Amica Educa

Tuzla, Bosnia y Herzegovina
noviembre 2019

.....

Brazil

Aquí hay unas historias de las Danzas en Brasil.



Desde abril de 1993 realizamos en el Valle de Capao, Chapada Diamantina, Bahía, círculos regulares de Danzas de Paz Universal cada Jueves, liderados por Zelice Habiba Peixoto, mentora de DPU y Sheika de la Sufí Ruhaniat Internacional y durante 2019 también lideró Mercia Andrade, mentora de DPU.

Por más de 20 años, cada diciembre 31 hemos danzado por la Paz Universal, en un inmenso círculo, con mucha gente en Praca da Vila do Capao.

Comenzando en el 2008 cada enero durante 5 días, realizamos un Retiro de Prácticas Sufíes y Danzas de Paz Universal. Cada dos años viene Murshida Mariam Baker para conducir estos retiros junto con



Sheika Zelice Habiba Peixoto.

El Mandala de la Marea por Maria Lalla Cy Aché

Llegamos al Complejo de Maré a través de una invitación para presentar Danzas Meditativas en el WOW- 2019 Festival de las Mujeres del Mundo. Diseñado por el Centro del Southbank de Londres, el WOW se ha llevado a cabo en 23 países de Europa, Asia y Africa.

Rio de Janeiro fue escogida como la ciudad anfitriona debido a la repercusión internacional del asesinato de la mujer del Consejo Marielle Franco, una activista de derechos humanos, nacida y criada en Maré, el más grande conjunto de suburbios en las afueras de la ciudad. En este contexto, el círculo de danzas interactivo "El Bosque del Mandala" creado por mi y las Danzas de Paz Universal fueron unas de las presentaciones más hermosas y empáticas con el público. Las mujeres de Maré nos pidieron que continuáramos con el trabajo de meditación en movimiento en el complejo de Maré.



Aceptamos el reto y logramos sostener una reunión con las mujeres cada Miércoles. En conjunto con la Red Maré, que nos cedió un espacio en CAM- Centro de Artes de Maré, nos fue posible proveer un espacio seguro

para continuar el trabajo.

A lo largo de este año, junto con las mujeres de la comunidad, tuvimos que lidiar con una serie de situaciones peligrosas generadas por la confrontación entre los traficantes de drogas y las operaciones de la seguridad estatal.

Este grupo ha sido apoyado por un grupo de mujeres voluntarias que han acogido la idea del Instituto Cy para desarrollar el trabajo con forma de mandala donde fortalecemos cada vínculo en esta corriente de Fortaleza, Belleza y Sabiduría Femenina.

Queremos traer la paz a los corazones de esas mujeres que están muy estresadas por la vida diaria tan violenta en el "Complejo da Maré". Queremos enraizar la energía de la Gran Madre Brasileira, Cy y activar el Rayo Femenino de la Audacia entre ellas. Las Danzas de Paz Universal están siendo introducidas como meditación en movimiento y las Respiraciones y Caminatas Meditativas están comenzando a ser parte de las prácticas semanales.

También hemos comenzado a trabajar con los adolescentes del Colegio de Bachillerato Joao Borges, aspirando al desarrollo de la práctica de la meditación en movimiento y al profesionalismo en los talleres creativos para generar un ingreso para estos jóvenes, previniéndolos de ser incorporados por el tráfico de drogas como única alternativa para afirmar la vida de sí mismos y de sus familias. La necesidad de ganar dinero es el motivo principal por el cual los jóvenes abandonan el colegio.



Estoy verdaderamente feliz de estar comprometida con este trabajo porque a través de las danzas y las meditaciones yo puedo compartir con ellos como cultivar es sí mismos un lugar adonde podemos conocer la paz.

Maria Lalla Cy Aché
Mentora de DPU
Murid y Guía Sufí de la Sufí Ruhaniat Internacional

.....

Mi nombre es Patricia Tolentino. Yo soy Brasileira, Acuario, asesora académica y siempre he estado involucrada con la música, las danzas y los movimientos de actividades grupales. Suelo decir que "donde hay grupos y personas creciendo en conjunto, ahí estoy yo".....



Desde que conocí las Danzas de Paz Universal en el campamento de la Fundación Lama en 1997, recuperándose esta de un incendio, decidí que llevar el mensaje sería parte de mi vida para siempre. Para ese entonces ya había tenido experiencias con Sabira y Mónica en Brasil, pero allá conocí a Prema Dasara y a Anahata Iradah quien se convertiría en mi mentora y amiga durante todos estos años hasta ahora. Desde 1997 yo lidero y mantengo un grupo semanal en mi espacio en Sao Paulo, la ciudad más grande en Brasil. La mayoría de gente aun danza junta en este grupo cada Miércoles.

Me he sentido inclinada a organizar un entrenamiento de DPU que dure 7 días anualmente por un ciclo de 5 años, mentoreado por Anahata y muchos invitados.

Comencé a compartir las Danzas de Paz Universal en mucha clase de organizaciones. En compañías, colegios, áreas de salud y sociales. Algunas veces estoy en círculos con camioneros, enfermeras (cuidando a los cuidadores), profesores, trabajadores de fábricas, grupos de voluntariado en las iglesias, plazas y parques en la ciudad de Sao Paulo, Brasil entre otras.

En Julio pasado fui invitada para presentar mi trabajo en el Congreso Educacional de la Universidad de Barcelona, España, mi trabajo con las danzas que llevaba por

nombre: "Las Danzas de Paz Universal y las Danzas Circulares Sagradas- una experiencia del alma de pertenencia, integridad y auto confianza". Yo amo trabajar con la gente y amo sentir y participar en los procesos de florecimiento de las personas y los grupos. Hace que mis ojos brillen y que mi alma cante. Agradezco a todo mi linaje y en especial a Anahata quien me brindó todas las herramientas para que yo pudiese mantener la transmisión preciosamente y pudiese pasar estas enseñanzas honorablemente. Que pueda yo continuar moviendo los círculos y círculos que portan la paz, la armonía y la belleza en mi país.

.....



Munira Reed de EEUU visitó a Brasil en noviembre de 2019 para facilitar un entrenamiento de líderes como aquí se aprecia.

.....

Reconocimiento de Líderes

Al Concejo Guía le gustaría felicitar y reconocer a todos los líderes de las Danzas y las Caminatas que han sido certificados o reconocidos como Mentores en Entrenamiento o Mentores en los meses pasados, desde nuestro último boletín:

Líderes certificados

Adora Nuri Deva	CA, USA	
Akia Woods	OR, USA	
Catalina Ramelli Prati	Colombia	desde 2018
Cynthia Valenzuela	Mexico	
Deva Baumbach	Mexico	
Gustavo Albuquerque Germanos dos Santos	Brazil	
Hasibah Penny Dalton	Canadá	
Henrike Bessel	Alemania	
Jessica Bromby	FL, EEUU	
Josue David Peña Coronel	Ecuador	
KJPhoenix	NZ	desde mayo de 2019
Michael Jabbar Tank	CA, EEUU	
Mieke van Elten	Australia	
Petra Metta Kafiya Leible	CA, EEUU	
Rahmana Karuna Karen Beesley	OR, EEUU	
Rob Kularofsky	AZ, EEUU	
Sally Azima Mabelle	NZ	
Shannon Clare Gorres	KS, EEUU	
Tarana Wesley	NC, EEUU	

Mentores in entrenamiento

Adriana Fatima Duran	Ecuador
Catalina Ramelli Prati	Colombia
Deva Baumbach	Mexico
Diana Pinkham	WA, EEUU
Doris Fatima Nuri Nebel	Alemania
Karina Catherine Palmer	MD, EEUU
Lucinda Abbe	WY, EEUU
Neferti Babbs	AR, EEUU
Nirtana Robertson	Australia
Solène Garrin	Francia
Yekena Dudarjoka	Letonia

Mentores

Teia Crosas	España
Michel Dumoutet	Francia
Matin Stephen Pierce	OR, EEUU

Mentor senior

Shafia Stevens	NZ
----------------	----

Dances of Universal Peace International | (206) 367-0389 | inoffice@dancesofuniversalpeace.org |
<http://www.dancesofuniversalpeace.org>

P.O. 55994
Seattle, WA 98155-0994