

رقص قدرت

قصه‌ای اسرارآمیز سیروسفر معنوی برای یافتن خود واقعی



انتشارات هو

سرشناسه	: گرگ، سوزان، ۱۹۴۹ - م Gregg, Susan
عنوان و نام پدیدآور	: رقص قدرت / نویسنده سوزان گرگ؛ مترجم نفیسه معتکف
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات هو، ۱۴۰۳
مشخصات ظاهری	: ۲۳۳ص
شابک	: 978-622-5794-12-2
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
عنوان اصلی	: Dance of power : a shamanic journey, 1993
موضوع	: شمنیسم، شمن‌ها - ایالات متحده - سرگذشتنامه
شناسه افزوده	: معتکف، نفیسه، ۱۳۳۵، مترجم
رده بندی کنگره	: BF۱۶۱۱
رده بندی دیویی	: ۱۴/۲۹۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۹۹۹۲۹۲۲



انتشارات هو

نام کتاب: رقص قدرت	سر: هو
نویسنده: سوزان گرگ	مترجم: نفیسه معتکف
ویراستار: حمیده رستمی	صفحه‌آرا: بهانه نصرالهی
تیراژ: ۲۰۰ جلد	چاپ اول: ۱۴۰۳
چاپ: پیشگامان	
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۷۹۴-۱۲-۲	ISBN: 978-622-5794-12-2

مرکز پخش انتشارات هو:

۰۹۱۲۶۰۸۸۴۱۵-۰۲۱۸۸۴۸۵۰۷۶-۰۹۰۲۱۴۱۴۵۵۸

فهرست

۷.....	سیر و سلوک معنوی.....
۹.....	مقدمه.....
۱۶.....	۱. ملاقات.....
۲۳.....	۲. تونل.....
۴۲.....	۳. جوهر حقیقی.....
۵۳.....	۴. کائنات.....
۶۶.....	۵. نقطه ایمنی و نقطه دگرگونی.....
۸۱.....	۶. کار با آینه.....
۹۳.....	۷. آیین ویژه آب.....
۱۰۳.....	۸. عادات روزمره.....
۱۱۷.....	۹. شناخته‌ها و ناشناخته‌ها.....
۱۳۰.....	۱۰. پویندگان و رؤیابینان.....
۱۴۳.....	۱۱. معجزه و قدرت.....
۱۵۵.....	۱۲. آیین ویژه آتش.....
۱۶۷.....	۱۳. اقتدار شخصی و خودبزرگ‌بینی.....
۱۷۹.....	۱۴. اقتدار.....
۱۹۲.....	۱۵. شفادهنده.....
۲۰۴.....	۱۶. دایره.....
۲۲۹.....	داستان زندگی من.....
۲۳۱.....	سخن آخر.....

سیر و سلوک معنوی

میگوئل، سرخ‌پوستی مکزیک، که دکتر سوزان گرگ نزد وی تعلیم می‌دید، به او گفته بود: «آزادی یعنی این باشد هر آنچه را می‌خواهد به دست آورد، اما برای نیل به این هدف باید سیر و سلوک را آغاز کنی که راه و روش زندگی واقعیات را به‌طور کامل دگرگون کند.»

این کتاب داستان سیر و سلوک دکتر گرگ را به دنیای شمن‌ها^۱ است؛ دنیایی که با دنیای او و برداشتش از آن تفاوتی کلی داشت. اگر برای شما هم در مورد برداشتی که از دنیا دارید سؤالی پیش آمده است، می‌توانید راه ناول را، که جهشی کمیتی به سوی آزادی شخصی است، در پیش گیرید. این دانستید که شما موجودی کامل هستید؟ شما همیشه آزاد بوده‌اید، اما این را فراموش کرده‌اید. مهم است که وضعیت حقیقی خود را به عنوان فردی معنوی و شادمان به یاد آورید و واقعیت وجودی خود را دریابید.

به دکتر سوزان گرگ پیوندید. او تجارب شخصی خود را برای شما بازگو می‌کند؛ تجاربی چون: اولین ملاقاتش با میگوئل، تعلیماتش، سیر و سلوکش

۱. Shaman، به معنی دانا، حکیم ساحر قبیایلی در سیرری و آسیای مرکزی.

به قلمروی دیگر، و مراسم آشنایی‌اش با زندگی مبارزان. با آگاهی از پیروزی و غلبه بر کشمکش درونی، یاد خواهید گرفت چگونه بر ترس و حس خودبزرگ‌بینی و نخوت خود چیره شوید تا اقتدار شخصی خود را بازیابید و روحتان در نبرد نهایی با ذهنتان پیروز شود و وحدانیت زندگی و مرگ را دریابید.

پس از اینکه به آزادی شخصی رسیدید، ذخیره شخصیت معنوی شما پر بار می‌شود، هدف از دنبال کردن مسیر ناوال نیز همین است که شما به‌طور کامل مسئول خویش‌ستن واقعی خود شوید. پس از قدم گذاشتن در این مسیر منحدر ربه‌ف، دنیای شما هرگز یکسان نخواهد بود.

مقدمه

ما هیچ جز را آن طور که هست، نمی بینیم،
بلکه همه چیز را آن طور که خود می خواهیم، می بینیم.

اواخر مارس در ورمونت سخت می گرفت، چون هنوز زمستان ادامه دارد و روی زمین پر از برف است. چشم از دیدن آن همه برفی که از دوده سیاه شده است، خسته می شود. گویی تمام وجودت فریاد می زند و بپاره و گرما را می طلبد. بعد از سال ها زندگی در آنجا، سرانجام از سرما به جا آمدم و احساس کردم وقتش است بروم. سال ها قبل واسطه ای روحی به من گفته بود که از آنجا می روم. آن موقع در دل گفته بودم که او دیوانه است، اما حالا می دیدم که به هیچ وجه دیوانه نبود. با اینکه قبلاً هرگز به جنوب کالیفرنیا نرفته بودم، تصمیم گرفتم به آنجا بروم.

در یک روز سرد و ابری بعد از اینکه تصمیمم را برای نقل مکان گرفته بودم، در قسمت عقبی یک کتابفروشی بودم که ندایی به گوشم رسید. روحی آرام و ملایم به نظر رسید و در غالب زنی که خود را چیف معرفی کرد، با من حرف زد و در مورد ارتباط بشر با زمین و طبیعت سخن گفت.

رقص قدرت

در آن روز ماه مارس، او از سفری طولانی که در پیش داشتیم حرف زد و گفت که در این سفر روح و جان خود را پیدا خواهیم کرد. او از افسون صحرا گفت و خاطرنشان کرد که معلمی خردمند در انتظار من است. از شخصیت‌های گوناگونی که ملاقات می‌کردم و دل و جبرتم برای گذر از میان تاریکی‌ها سخن گفت.

آن روز هیچ نمی‌دانستم که چقدر درست می‌گوید. اکنون که به گذشته می‌نگرم، می‌بینم هر چه گفت درست بود. آن روز در آن کتاب‌فروشی حتی به ذهنم خط نمی‌کرد چه سرنوشتی در انتظار من است. فقط اضطراب داشتم.

قدردانم را در انتظار نداشتم در دهه هفتاد با ناوالی، که بعدها از دوستانم شد، ملاقات کردم. معلمی بینم. من تمام کتاب‌های کارلوس کاستاندا را درباره دون خوان خوانده بودم. صاحب آن کتاب‌ها بیشتر باعث وحشتم شده بود تا کنجکاوی‌ام. دوست من به تدریس رفته بود تا آموزگاری بیابد، ولی ناامید شده و دست خالی برگشته بود. تصور من را بکنید که سال‌ها بعد، وقتی خود را تحت تعلیم یک ناوال دیدم، چقدر شگفت‌زده شدم.

ناوال شمنی است سرخ‌پوست که قدرت شفادهندگی دارد و در این زمینه آداب و رسوم سرخ‌پوستان تولتک و آزتک را دنبال می‌کند. ناوال‌ها از زمان کشورگشایی اسپانیایی‌ها تاکنون، زندگی مبهم و اسرارآمیزی داشته‌اند. آنان ساحرانی همه‌کاره‌اند که می‌توانند شگفتی‌ها بیافرینند. بعضی از آنان می‌توانند شکل و شمایل خود را تغییر دهند. بعضی دیگر می‌توانند همزاد خود را خلق کنند و بیشتر آنان نیز شفادهنده هستند.

بنابر سنت، هر ناوال هفت شاگرد دارد که معمولاً این گروه را حلقه آتش یا حلقه قدرت می‌نامند. اگر بتوان آنان را به شکل انرژی مشاهده کرد، حلقه‌ها به صورت مجموعه‌ای دایره هم‌مرکز است که به گذشتگان برمی‌گردد.

وقتی میگوئل - همان ناوالی که تعلیم را با او شروع کردم - خود تحت تعلیم بود، قول داده بود که آموخته‌های خود را به هفت شاگرد دیگر منتقل کند. من یکی از هفت شاگرد حلقه آتش بودم.

در مدتی که با میگوئل کار می‌کردم، متوجه شدم که مسیر او مسیر زندگی است. وقتی در آن مسیر گام بردارید، دنیا دیگر برای‌تان مانند گذشته نیست. واقعیت همچون خیالی باطل می‌شود. در آن مسیر، شما تلاش می‌کنید به قدرت شخصی دست یابید.

اولین قدم، شایستگی شدن است و تنها شرط آن برخورداری از قوه خلاقیت و کنجکاوی است. پس از آن، شاگرد باید تلاش کند. در این مرحله مهم، شاگرد مانند شکارچی گام‌هایی بلند و سبکی قدرت برمی‌دارد. مهارت‌هایی که شما به عنوان شکارچی کسب می‌نمایید، پایه و اساسی است برای بقیه تعلیم، و واقعیت‌های گوناگون را به شما می‌آموزد. برای آنکه شکارچی شوید لازم است پشتکار و صبر و حوصله داشته باشید، آگاه باشید، و به‌دقت مشاهده کنید. تعداد افرادی که این مرحله از آموزش را می‌گذرانند زیاد نیست.

آخرین مرحله، مبارز شدن است. برای رسیدن به این مرحله باید هوشیار باشید، احساسات خود را مهار کنید، آماده اقدام و عمل باشید و لحظه مناسب را برای عمل انتخاب کنید. در عین حال به حریف نیز محتاجید. نیاز و مقاصد ناخالص شماست که حریف محسوب می‌شود. بسیاری از مردم در این مرحله توجه و تمرکز خود را از دست می‌دهند و از اقتدار تازه‌ای که به‌دست آورده‌اند برای سلطه و نفوذ بر دیگران استفاده می‌کنند.

بنا بر احادیث، مرگ یکی از حریفان مبارز است. قوی‌ترین و خطرناک‌ترین حریف او نیز نفس اوست. اقتدار مبارز هرچه بیشتر شود، سوءاستفاده از آن آسان‌تر است و وسیله لطمه زدن به خود و دیگران فراهم‌تر می‌شود. ناوال‌های پیشین

به‌طور صحیح انرژی کسب نکرده بودند و ترس از مرگ در آنان ادامه داشته است. آنان سعی می‌کردند راهی بیابند تا بعد از مرگ نیز اقتدار شخصی خود را حفظ کنند. می‌پنداشتند دنیا همچون عقابی بزرگ است که بعد از مرگ، روح آن‌ها را می‌بلعد.

من یاد گرفتم که خودم انرژی را تعبیر و تفسیر کنم و سرانجام مرگ را به جای فراموشی، به‌عنوان حس وحدانیت درک کردم. تمام این مراحل تلاشی است برای این‌که ببینیم مسئول زندگی ما روحمان است یا ذهن ما.

ذهن به گونه‌ای باورنکردنی مقتدر است. ذهن ما بر این باور است که تلاش ما برای حفظ تنی دشمنان است. بنابراین نیل به آزادی را حتی‌الامکان دشوار می‌سازد. ذهن ما ترجیح می‌دهد ما را مرده ببیند تا آزاد. وقتی به آزادی برسیم، خود معنوی‌مان مسئول می‌شود و ذهنمان دیگر حدس نمی‌زند و سخن‌پراکنی نمی‌کند.

سرانجام یاد گرفتم که هدف بهایی آزادی است و شما می‌توانید آنچه را می‌خواهید لحظه به لحظه احساس کنید. بزهش در مورد آزادی شخصی است. یک بار میگوئل به من گفت که اگر به استی آزاد باشم، او می‌تواند مرا بدون نیاز به پول یا دانستن زبان به هر جای این سیار، که دلخواهم باشد، پرتاب کند و من شکوفا شوم.

رسیدن به آزادی سفری جالب است. هنوز از اطلاعاتی که کسب کرده‌ام استفاده می‌کنم و هر بار که به مفهومی تازه دست می‌یابم، بیشتر درکش می‌کنم.

رؤیا

بادی گرم و شدید در صحرا می‌وزید و گرد و خاک را به هوا می‌پراکند. هر ناظر دقیقی با نگاه کردن به بادی که در دره می‌پیچید، متوجه قدرت آن می‌شود. باد زوزه می‌کشد و سرعت می‌گرفت و غرش کنان از بالای صخره‌ها عبور می‌کرد. پیرزنی لبه صخره ایستاده بود و پایین را نگاه می‌کرد. در دل گفت چند سالی است که اینجا انتظار می‌کشم؟

وقتی خورشید غروب کرد، پیرزن از دور روشنایی آتشی را دید و به سویی به راه افتاد. آخرین اسب، رغوانی رنگ خورشید نیز رنگ باخت. وقتی به آنجا رسید و زنی را نشسته در کنار آتش دید، خیالش راحت شد. در دل گفت دست‌کم/امشب می‌توانم آخرین قصه‌ام را بگویم. و به اجدادم بپیوندم.

او مدتی در تاریکی نشست و زن را تماشا کرد. می‌توانست در چشمان تیره زن، روح سرکش او را ببیند. می‌دانست به زنی، پندار می‌نگرد. زن در کنار آتش کاملاً در خود فرو رفته بود و آرام و موزون در می‌گفت. صدای گیرای زن گویی متعلق به جهانی دیگر بود. وقتی باد کمی فرو نشست، زوزه‌اش کاسته شد، پیرزن توانست صدای زن را بشنود که با روح آن سرزمین حرف می‌زد و تقاضای بصیرت می‌کرد. پیرزن می‌دانست که انتظارش به سر آمده است و از تاریکی بیرون آمد. زن سرش را برگرداند و به او سلام کرد.

«مادر بزرگ، منتظرت بودم. بیا و در کنار آتش به من ملحق شو. شب تاریک است. امشب شب اقتدار است و من از صمیم قلب به تو خوشامد می‌گویم.»

پیرزن نشست و دستش را به سمت زن جلو برد. چقدر خوب بود که به جای ترس، با عشق استقبال شده بود.

«گوش کن، فرزندم. من در انتظار کسی مثل تو بودم. اکنون وقت آن است که برای آخرین بار قصه‌ام را بازگو کنم. چقدر افسوس می‌خورم که بیشتر آن از یادها رفته است.»

زن به او چای تعارف کرد، اما او سرش را به نشانه نفی تکان داد و به حرف زدن ادامه داد.

«تو موجودی خاص هستی. روح اعظم تو را خلق کرده است و هیچ کس مثل تو نیست. در تمام عالم، تو تنها کسی هستی که دقیقاً همچون خودت هستی. تو بازتاب عشق روح اعظمی. به اینجا آمده‌ای تا به خاطر بیاوری کیستی و سپس به دیگران خال را بگویی که کیستند. تو خود داستانسرای بزرگ هستی. باید دیگران را در عشق و آگاهی خود سهیم کنی؛ هر کسی را که مشتاقانه به حرف‌های تو گوش دهد

«تو به اینجا آمده‌ای که یاد بیاوری عشق هستی و تنها چیزی که واقعی است همانا عشق است. هر چیز دیگری وهم است و گمان. دنیای ما به قدری زیبا و شهوت‌انگیز است که به راحتی می‌توانی فریبان دهد تا راهمان را گم کنیم.

«فصول می‌آیند و می‌روند و ما غصه می‌خوریم که جوانی و طراوت خود را از دست می‌دهیم. کم‌کم باور می‌کنیم که صرفاً جسم هستیم. ما الوهیت خود را فراموش می‌کنیم. سرخورده و مأیوس در زندگی پوچ و خالی خود سرگردان می‌شویم. سعی می‌کنیم پوچی و خلأ خود را با لذات دنیوی پر کنیم، و راه خنده‌مان را گم می‌کنیم، راه حقیقت را از یاد می‌بریم و کم‌کم فقط وهم و خیال باورمان می‌شود. فراموش می‌کنیم که با روح اعظم یکی هستیم. فراموش می‌کنیم که هر انسانی چقدر ارزشمند است و در واقع، به یکدیگر لطمه می‌زنیم.»

وقتی پیرزن به یادش آمد که مردم به یکدیگر لطمه می‌زنند، چشمانش پر از اشک شد.

«ما فراموش کرده‌ایم که اقتدار راستین در بزرگ‌منشی نهفته است. تابه‌حال چه کسی در جنگ پیروز شده است؟ همه شکست می‌خورند مگر از قلمرو عشق آمده باشند. فقط عشق است که واقعی است.

«یاد بگیر که به ندای قلبت گوش کنی. زندگی کردن و راه رفتن در عشق را بیاموز. بگذار پاسخ تمام پرسش‌هایت عشق باشد. هرگز به صدای خشم و داوری گوش نکن. فقط به صدای ملایم عشق گوش کن.»

پیرزن ساعت‌ها درباره سرگذشت دنیا و مردم حرف زد. از اقتدار و خرد قلب گفت. به قدری حرف زد که از نفس افتاد، و وقتی سخنانش پایان یافت، با تشکر و امتنان فغان جای راه کردن. جوان تعارفش کرده بود، گرفت.

وقتی از جا برخاست به پیرزن گفت: «در نجوای باد به قصه‌های من گوش کن. به واقعیتی که از جویبارهای جاری در کوهستان برمی‌خیزند، گوش کن. طبیعت حقیقت را به یادت خواهد آورد. راه باشد و گوش کن. به ندای قلبت گوش کن و هدایت بخواه. تو همواره برای بدست آوردن آگاهی در مکانی بجا خواهی بود. همیشه در حقیقت گام بردار تا در آماز باشی. در این صورت همواره در قلب مهربان کائنات جای خواهی داشت.»

زن از رؤیا بیرون آمد و سراسیمه دوروبر خود را نگاه کرد تا پیرزن را ببیند. دستانش را روی آتش گرفت تا گرم شود. کوشید رؤیای خود را به خاطر بیاورد. در همین لحظه بادی وزید و او خیال کرد صدایی آهنگین می‌شنود و گوش فرا داد.