

خیلواکی



استقلال

[www.esteqlaal.net](http://www.esteqlaal.net)

شنبه ۰۹ جولای ۲۰۲۲

مرجان کمال

کوندا - یوگا (Kunda - Yoga)

از زنده یاد مرجان کمال به زبان فرانسوی

مترجم: فریده نوری

قسمت سوم



نه دل مفتون دلبندی، نه جان مدهوش دلخواهی  
نه بر مژگان من اشکی، نه بر لبهای من آهی  
نه جان بی نصیبم را، پیامی از دلارامی  
نه شام بی فروغم را، نشانی از سحرگهی

نیابد محفلم گرمی، نه از شمعی، نه از جمعی      ندارد خاطر م الفت، نه با مهری، نه با ماهی  
به دیدار اجل باشد، اگر شادی کنم روزی      به بخت واژگون باشد، اگر خندان شوم گاهی  
کیم من؟ آرزو گم کرده ای تنها و سرگردان      نه آرامی، نه امیدی، نه همدردی، نه همراهی  
گهی افتان و خیزان چون غباری در بیابانی      گهی افتان و حیران چون نگاهی بر نظرگاهی  
«رهی» تا چند سوزم در دل شب ها چو کوب ها      به اقبال شرر نازم که دارد عمر کوتاهی

## زمان جریان سریع یا سیلانی، یک قدم به سوی رقص

### مرحله دوم دروس مبتنی از سیلانی شدن فشار های درونی است

در این جا من به غیر از لغت آماتور برای آماتور های، رقص هندی و همچنان رسوم اعراب، رقص فلمینکو (Flamenco)، رقص شرق دور و آسیای مرکزی، که این رقص ها را عملی می کنند دیگر کلمه ندارم . زیرا قبول نموده اند که به این وسیله خود را از اژدها خودی، خود دور می نمایند. عملی نمودن این نوع یوگا یک قدم به طرف رقص است، یک قدم به مسیر یا جهت دنیای زراعت و مالداری قدیمی و رسم و آیین آن و معرفی دنیای که بنیاد آن بالای یک تعداد مفاهیم و بینش ها و عوامل محیطی و کیهانی گذاشته شده است.

فلهذا جسم یک قسمت حافظه را در خود ذخیره کرده و از آن که همانا فرهنگ و رسوم اش می باشد، نگهداری می کند. بر علاوه در این قسمت دوم دروس که به سیلانی بودن و جریان حوادث اختصاص داده شده است، نظر به بیدار شدن شعور تدریجی به راه درونی که شخص آن را به صورت ماریپیچ یا حلزونی در خود دارد، بیدار گردیده و آن را به شکل رقص بروز می دهد.

بعد از ساعت ها کار بالای تخنیک مفصل بندپی، مفاصل بند دست و آرنج، بازو ها ، کمر و لگن خاصره و بعد از ماه ها و سال ها تمرین ریتم ( موزون کردن)، حالا چیزی که باقی مانده، رقص کردن است.

این کورس اجازه می دهد تا یک تکیه گاه و یک راه برای جهت دادن انرژی، که همانا (insight) مشهور و بسیار مختص برای رقص نمودن است، که در عین زمان احساس به اوج رسیدن روشنی داخلی، هیجان و برانگیختن یا احساسات که دارای شور و نشاط و یک انرژی خالص با ماهیت و خصلت بهتر.



### مرجان در حال مشاهده رقص

تنبیه نمودن انرژی داخلی و مرئی ساختن آن:

فکر کردن به بحران و آماده کردن ستراتیژی:

بالاخره در قسمت سوم، شاگردان می آموزند که با جسم خود، (حوصله، قلب و سر)، انرژی که از تحرک در مراحل قبلی به وجود آمده مدغم سازند، و مرئی کردن انرژی همان لحظه به آن ها اجازه مشاهده و فهمیدن آن را می دهد. تمایل این ناحیه جسم زیادتیر به پراتیک تانتریک ها (Tantriques) و شمان ها (Chamanes) های قدیم دارند. مفهوم و استنباط «کوندا - یوگا» که از همین پراتیک الهام گرفته است و در این مورد ادبیات بسیار زیاد وجود دارد. برعکس برای من طوری معلوم می شود که در مورد این که، بعد از فوران فشار و رنج، که در اثر زندگی مدرن شهری، توسط انداختن روشنی در افکار، که در قسمت اخیر دروس آموختیم، اجتناب کرده می توانیم. زندگی روزمره ما که امروز توسط بحران و بُن و بست ستراتیژیک متخصصین از هر قماش که توسط اشتباهات نگران کننده خود و قضاوت از اوضاع، چیزی دیگر نمی کنند به غیر از این که به وخامت بحران، چه در زمینه اقتصاد باشد و یا ستراتیژیک، بیافزایند.

در این مورد باید به آثار پیر بوردیو (Pierre Bourdieu) و پسل بونیفس (Pascal Boniface) مراجعه شود. قرار تحلیل پیر بوردیو این طرز عمل و فکر برای این متخصصین بحران، تبدیل به یک عادت همیشگی گردیده است.

(نویسنده پیر بوردیو تحت عنوان زبان و قدرت سمبولیک، چاپ پاریس، ۲۰۰۱، در ۴۲۳ صفحه)،  
( Pierre Bourdieu, Langage et pouvoir Symbolique (Paris, Fayard, ۲۰۰۱, )  
(.۴۲۳p.

(نویسنده پسل بونیفس، نخبگان جاهل و پیروزی رسانه بی نخبگان در دروغ گویی، پاریس، ۲۰۱۱،  
( ۲۲۹ صفحه)

( Pascal Boniface, Les intellectuels faussaires. Le Triomphe médiatique )  
(.des experts en mensonges (Paris, ۲۰۱۱, ۲۲۹p.)

در این اوضاع و احوال، روشنی افکار یک سنگر استوار و محکم علیه فشار روحی (Stress) و افکار نادرست که ارتباط می گیرد به عادی نشان دادن ارتباطات چپاولگران و سلطه گری یا حاکمیت، که غیر قابل قبول است، مگر آن را قبول می کنیم که به صورت اعراض مختلف مانند ماندگی های مزمن، درد ها و درد های نیم سری انکشاف می یابد. در حقیقت چیزیکه در این حالت و وضع بحران اقتصادی، بحران کار و راه نداشتن به خدمات بنیادی، که در ممالک بسیار غنی کره زمین از سال ۲۰۰۸ میلادی به این طرف جریان دارد. و صحنه بین المللی از ۱۵ سال به این طرف منقلب گردیده، توسط به راه انداختن یک تعداد جدید درگیری ها و کشمکش های جهانی با یک حالت وحشتناک ویرانگر و نابود کننده است. (افغانستان، عراق، سوریه، آفریقا و یوکراین).

این فقدان و اضمحلال شعور، یک بی کفایتی برای فکر کردن به رفاه همه بوده، و در نظر گرفتن یک ستراتیژی که از تکرار اشتباهات گذشته جلوگیری و دفاع از بی عدالتی، ظلم و بیداد گری باشد، که در حقیقت ارزش همگانی جهانی اعلامیه حقوق بشر است.

این تمایل عمومی علامه ورشکستگی و ناکامی سیستم سیاسی غرب، بر خواسته است بعد از جنگ جهانی دوم، و مطابقت می کند در مورد اشخاصی که عضو یک جمعیت ای هستند که از این حالت بهره برداری می کنند.

هر فرد در حقیقت عضو یک جامعه خورد است. ( Pierre Bourdieu )، بدین معنی که یک اجتماع که تشکیل شده از محیط کار و شبکه ای که اطرافیان را تشکیل داده است، این اجتماع خورد شامل یک منطق کارگر و کار فرما است که در داخل این جامعه پدیده های حاکمیت یا مسلط

بودن و وحشت سمبولیک (Violence symbolique) غالب است. این منطق توسط اشکال فریبنده و اطلاعات نادرست تقویه یافته است، که مبتنی بر اظهار و بیان ارزیابی کاذب که ساحة اطلاعات را توسط عناصری مانند انفجار، سوء قصد و حملات در نقاط مختلف دنیا مشبوع، بدون این که به علت های آن فکر کنند.

فلذا در این قسمت سوم کوندا - یوگا، دقیقاً مبتنی بر این است که باید برای رهایی بخشیدن از این مصیبت ها عقب نشینی کرد. این چیز است که من آن را به صورت خلاصه روشنی افکار می نامم، و می توانم از این طور یک طرز بر خورد هوشیارانه مثبت فکر کردن و مؤثر بودن آن را در نظر گرفته، تا از این حالت بحران بیرون رفت، نسبت به این که با تشریحات نارسا و ضعیف و مملو از دروغ به طرف بحران تکراراً رهنمایی و باعث تکرار عین اشتباهات گردید. رسیدن به روشنی افکار توسط این طریقه برای تدارک و آماده ساختن یک ستراتیژی همان قدر مؤثر است که پراتیک شمان ها و تانتریک ها قدیمی که کاملاً ارتباط به فرهنگ و سپورت های رزمی دارد.

ختم

[kunda-yoga.com/actu/feminin-pacifie-retour](http://kunda-yoga.com/actu/feminin-pacifie-retour)

[Kunda-Yoga Féminin Pacifié comment elles vivent ? ۱ | KUNDA-YOGA](#)

Découvrez le texte de **Marjane** qui suit le cours de **Kunda-Yoga** féminin ... intégral en cliquant ce lien **Kunda-Yoga – M. Kamal – ۲۴ mars ۲۰۱۵**