

'IK WAS EEN KLEIN WERVELWINDJE'

HET SOEFIPAD ALS BRON VAN ENERGIE.

Hilde Bolt had een ontmoeting met haar dierbare vriendin **Lizelot de Stigter**. Zij maakte een bijzondere levensreis van een bestaan als danseres, ballerina, via de Argentijnse tango en het soefisme, naar haar eigen omvattende werkwijze die zij *Moving into Unity* noemt.

Door
HILDE BOLT

'HET
CONSER-
VATORIUM
BLEEK
MEER EEN
AFLEIDING
DAN EEN
OPLEIDING.'

Hoe is jouw weg van ontwaken en dans begonnen?

'Als kind had ik al een andere realiteitsbeleving dan de mensen om me heen. Ik was een buitenbeentje, altijd alleen en op mezelf, in communicatie met de natuur en met dieren. Mijn leven begon als een magisch avontuur. Toen ik vier jaar was kreeg ik mijn eerste grote en confronterende inzicht. Ik stond met mijn moeder in een winkel en schrok toen ik me realiseerde dat niemand zich onze oorsprong als mens herinnert. Dit maakte me angstig, want ik ervoer dat ik een heel ander perspectief had op het bestaan dan het gangbare. Daar is mijn spirituele pad begonnen.'

Dit doet me denken aan wat een van mijn dochters op haar zesde builend zei: 'Waarom slapen er zoveel mensen terwijl ik wakker ben?' Dat was een diep verdrietig besef op jonge leeftijd. Ik hoor bij jou ook zo'n wakkerheid.

'Ja, precies. Ik werd me daardoor ook bewust van het lijden van de mensheid. Vanaf dat moment voelde ik een roeping om mijn leven te wijden aan het

verlichten van het psychologische lijden van mensen. Daar waar we niet weten waar we vandaan komen en het contact met onze oorsprong kwijt zijn geraakt.'

Hoe zou je het gevoel kunnen beschrijven dat je toen hebt ervaren?

'Het licht, zou je kunnen zeggen, van onze oorsprong. Ik noemde dat toen nog geen God, want dat associeerde ik toen met iets heel anders. Pas later heb ik dat weer in gebruik genomen. Voor mij was het de bron, het wezen van alles.

Ik had een soort extatische natuur, zoals veel kinderen. Kinderen gaan ook altijd draaien, wervelen, wat de derwisjen doen. En ik wervelde eigenlijk steeds. Het is wel grappig: als je mijn naam Lizelot andersom uitsprekt, is het een "tolle ziel". En dat was ik, een tollende ziel!

Hoe is jouw weg in de dans begonnen?

'Al vroeg herkenden mensen mijn danstalent en op mijn negende begon ik op het conservatorium in

Den Haag. Achteraf bleek het meer een afleiding dan een opleiding. Ik werd van mijn natuur losgerukt. Waar het begon met vrijheid in bewegen, belandde ik in een keurslijf. Dit was een donkere tijd voor me waarin ik de kwelling van het afgescheiden zijn voelde. Dat is wat de Soefi's als het grootste lijden van de mensheid beschouwen.

Ik voelde me gedissocieerd, en het contact met mezelf was mijn spiegelbeeld in de spiegel van de dansstudio: ik zag iemand die steeds bijgeschaafd moest worden.

Na vier jaar werd ik onverwacht weggestuurd; ik had mijn plafond bereikt, vond men. Ik vervolgde mijn opleiding in Amsterdam, maar raakte uitgeput. Op mijn zestiende begon langzaam een nieuw leven.'

Hoe verliep die overgang?

'Toen ik zeventien was, deed ik auditie – "per ongeluk" – bij Pina Bausch, omdat ik wilde weten waar ik inmiddels stond na al die jaren. Tot mijn grote schrik werd ik aangenomen en uitgeselecteerd uit 247 dansers. Ik stond met zeven andere dansers uiteindelijk voor Pina, en ze zei: "Je bent aangenomen, maar wil je dat wel?"

Dat is het knooppunt geweest. Ze keek naar me met zoveel liefde en wijsheid zoals nog nooit iemand naar me had gekeken. Dit was het oog van een meester; dat schijnt licht op jou zodat jij weet wie je bent. Daardoor zag ik dat ik in een verkeerd verhaal terecht was gekomen. Alsof je een berg helemaal hebt beklommen en je op de top realiseert dat je de verkeerde berg hebt gekozen. Toen ik "nee" zei, ging er een schok door de ruimte heen. Pina vroeg me te beloven om ofwel bij haar of elders de dansopleiding af te maken, en dat ik altijd bij haar terecht kon. Ik vergeet haar beroemde ogen nooit meer. Ik werd aangenomen in Brussel bij de prestigieuze opleiding van Anne Teresa De Keersmaeker, wat een topjaar werd – wetende dat ik het afgerond had.'

En van ballet maakte je een sprong naar de tango?

'Ja. Eerst was mijn vurige wens om me terug te trekken en een gewoon leven te gaan leiden. Ik dacht er zelfs aan om postbode te worden. Ik kwam per toeval bij een beginnersavond van de tango terecht. Ik keek naar het wonderlijke samenspel van deze mensen en moest huilen van ontroering. Dit voelde zo authentiek en oorspronkelijk en ik mocht hiernaar kijken. Deze mensen gingen helemaal in elkaar op. Het voelde zo innig en oprecht, en ze waren niet met de buitenwereld bezig. "Innig" en "oprecht" spraken mij zo aan, omdat het zo correspondeert met de Soefinatuur.

'VEEL
MENSEN
VERLIEZEN
ENERGIE
DOOR HIER
TE ZIJN
MAAR
TEGELIJK
MET IETS
ANDERS
BEZIG
TE ZIJN.'



Foto: Ron Eijkelhof, Lizelot en haar man Jillis de Winter.

'DE TANGO
WAS EEN WEG
VAN HELEMAAL
ALLEEN
NAAR DE
MEEST INNIGE
VERBINDING
EN AANRAKING.'

Vanaf dat moment dansten mijn partner en ik tango. Binnen een jaar gaven we les bij een van de meest gerenommeerde scholen in Nederland.'

En je hebt ook op internationaal niveau gedanst.

'Dat klopt. Bij de Argentijnse tango komen mensen aan de top omdat ze anders zijn, onvergelijkbaar. Hoe meer onvergelijkbaar, hoe meer iedereen je wil zien. Ik heb met de wereldtop meegedanst en als gastdocent de hele wereld over gereisd, mede omdat ik mijn eigen methodiek had. Die gaat over het verbinden van de – schijnbare – tegenstellingen tussen techniek en gevoel. Ik noemde mijn methode dan ook: "de techniek van het gevoel".'

Zou je kunnen stellen dat je eerst als danseres alleen was en dat je via de tango hebt ervaren hoe je het dansen in relatie kunt brengen – dat je samen bent in de dans?

'Ja, dat is heel wonderlijk. Het werkt exponentieel. Je komt met je innige individuele verbinding, in de diepe herkenning en reflectie met de ander, heel

dichtbij. Een weg van helemaal alleen naar de meest innige verbinding en aanraking.'

In welke periode ben je bij het soefisme terechtgekomen en bij je soefimeester?

'Op veertienjarige leeftijd kwam ik in aanraking met "mijn innerlijke leraar" via het werk van de Perzische filosoof en dichter Jalal ad-Din Rumi. Ik schuilde voor de regen met zware tassen in een winkeltje, en zag daar een boekje van Rumi. Ik las een paar zinnen en wist dat ik thuis kwam, door zoveel herkenning. Toen is mijn Soefipad begonnen.

In die tijd dat ik zo gedissocieerd was, zou je kunnen zeggen dat ik nog niet echt in m'n lichaam aanwezig was. Ik zie bij veel mensen dat ze geen "ja" zeggen tegen het lichaam, niet werkelijk geïncarneerd zijn – en dat was bij mij ook niet het geval, ondanks dat ik iedere dag danste. Dat werd mijn passie en expertise: om dat proces te snappen in mezelf en ook in anderen, én anderen daarmee te helpen.

Rumi werd hierbij mijn interne leraar, als het ware. Maar ook hij zegt dat een levende, menselijke leraar onontbeerlijk is. Dus ging ik op zoek naar een levende meester. Na een hele zoektocht kwam ik op mijn 24ste terecht bij een boekje van mijn oude leermeester, dat ik vond in de bibliotheek. Het was een soort handboek in hoe je een Soefi wordt. Dat was het begin van een sprookje voor mij. Ik voelde zijn energie tot me doordringen, wat me totaal overviel, en wist dat ik mijn leraar gevonden had: Dr. Javad Nurbakhsh.'

Veel mensen zoeken ergens naar, bij jou lijkt het andersom te zijn gegaan. Je deed het al, en later snapte je via jouw weg wie je was en wat je aan het doen was.

'Ja, het was een en al herkenning. Ik ben eerst naar zijn Soefihuis in Nederland gegaan en daarna heb ik hem ontmoet in Engeland. Dit was met geen pen te beschrijven. Ik heb het als een groot wonder ervaren. Er zijn veel mensen die zich als meester presenteren en die mensen helpen, maar een werkelijk volledig gerealiseerde meester ontmoeten, die ook jouw meester is en jouw essentie weerspiegelt – dat gaat elke verbeelding te boven.'

Je hebt in het werk dat je nu doet een unieke manier gevonden om jezelf en alles wat je hebt ervaren tot uitdrukking te brengen. Hoe zou je de kern van jouw visie beschrijven?

'Ik ben gaan beseffen wat het unieke is van mijn pad, maar ook wat universeel is voor alle mensen. De menselijke vorm is voor mij de heilige graal. In ons lichaam kunnen we die hogere vorm van ons-



zelf ervaren. Het pad gaat erover dat je op zoek gaat naar de essentie in jezelf, en door steeds dieper te duiken vind je de parel van je werkelijke waarde.

Door het intieme persoonlijke diep in jezelf te verkennen, vind je ook het universele. Mijn werk gaat over bevrijding. Jezus heeft daarin voor mij onverwacht ook een belangrijke rol gespeeld. Hij is voor mij het grote voorbeeld van goddelijke realisatie in menselijke vorm. Die menselijke vorm is de sleutel naar verlossing. Zolang we dat niet beseffen, is dat het kruis dat we dragen. Wanneer we ons hier bewust van worden, biedt het juist de sleutel tot bevrijding. De Jezus die ik dan bedoel wordt ook door de Soefi benoemd. *Moving into Unity*, zoals mijn werk heet, is hierop gebaseerd.'

Het proces dat je beschrijft raakt ook aan alchemie.
'Ja, vanuit de alchemie is het lichaam de kelk én de oplossing. Je werkt met substanties, met materie en de (moeder) aarde. Het proces is naast het afleggen van je valse zelfbeelden, je ontdoen van alles wat niet relevant is, de overgave, ook een pad van wederopstanding, van het rechtop staan in je eigen verticale as, het oprecht worden, vanuit je eigen midden met je hart als kompas.

Voor deze processen heb je veel energie nodig en mensen weten vaak niet hoe belangrijk dat is. Het is mijn passie in mijn werk om mensen te leren hoe ze zoveel energie kunnen opbouwen in hun systeem, in hun lichaam, dat angsten wegsmelten. Angsten hebben veelal te maken met energiegebrek, omdat we gefragmenteerd zijn, totdat je "uit één stuk" wordt. Dus de eerste stap van *Moving into Unity* is het "uit één stuk worden" zodat je energie kunt opbouwen.

Hiervoor zijn nodig: aarde en vorm. Een vorm die waterdicht is en geen energie lekt. Veel mensen verliezen energie, bijvoorbeeld door hier te zijn, maar tegelijk met iets anders bezig te zijn. Dan ben je vatbaar voor alle andere opties die de wereld je voorhoudt. Hierdoor word je steeds twijfelachtiger, alsof je steeds moet kiezen. Als je je pad kent hoeft je niet meer te kiezen en heb je geen keuzestress meer.

De verticale verbinding, het thuis zijn in onszelf, wordt voortdurend ondermijnd door de patronen van de massa – van het collectief, die complexiteit waarin we zijn als mensheid, die verwarring. Dat is altijd zo geweest. En dat is de laag stof waar we doorheen moeten bewegen. Wat ons daarbij helpt is juist die verticale verbinding. Dat is voor de Soefi's een *reddingsboei* die je kan hel-



pen om op te staan als individu uit het collectieve veld en de blindheid ervan.

We zijn als mensheid vergeten dat, om echt verbinding te kunnen hebben, het noodzakelijk is dat je zelf aanwezig bent. En dat wil zeggen dat je autonoom wordt en je vrij komt te staan in je eigen bestaansrecht, in je eigen as. Alleen vanuit die basis ben je werkelijk verbonden met alles en iedereen. Voor dit werk heb ik bewegingsmeditaties ontwikkeld om dit te realiseren en te belichamen.'

Hoezeer er nog zoveel moois over te zeggen is, realiseer ik me dat het vooral het 'doen' van de oefeningen is – die ik zelf ook heb mogen ervaren – dat maakt dat de kleurrijke woorden van Lizelot werkelijk gaan leven.

Haar werk bevat een schat aan wijsheid waardoor we ons kunnen herinneren wie we in potentie zijn – en dit kunnen belichamen. Ik kan iedereen aanraden om een keer te proeven aan *Moving into Unity*. ●

Meer informatie: www.lizelot.com

'DE VERTICALE
VERBINDING,
HET THUIS ZIJN
IN ONSZELF,
WORDT
VOORTDUREND
ONDERMIJND
DOOR DE
PATRONEN VAN
DE MASSA.'