

LIZELOT DE STIGTER



“Als kind zag ik al dat mensen hun oorsprong vergeten zijn”

Lizelot de Stigter (1975) maakte na haar opleiding tot ballerina internationaal carrière als tangodanseres en docent. Later werd ze leerling van de legendarische soefimeester dr. Javad Nurbakhsh. Inmiddels woont ze in Gelderland op de biologisch-dynamische boerderij Blisveld, waar ze een praktijk heeft om mensen te helpen met bezieling en belichaming. Wervelen, draaien om je as, is haar grote passie.

Corine Lepoutre

Lizelot de Stigter geeft workshops en jaartrainingen in een zelf ontwikkeld scholingprogramma onder de titel *Moving Into Unity*. Haar thema is mensen in aanraking brengen met hun oorsprong, ze aansluiten op de bron in zichzelf. Daar ging een heel leven van eigen ervaring aan vooraf. Al heel jong was ze een buitenbeentje, had het gevoel dat ze in een andere realiteit leefde en nergens bij hoorde. Ze kwam op toevallige wijze in aanraking met de leer van Rumi, de 13e-eeuwse dichter

en soefi-mysticus, die helemaal draait om liefde, eenheid en overgave. Toen ze 14 was en op de Ballet Academie in Amsterdam zat, miste ze een keer de trein naar huis. Om te schuilen voor de regen liep ze de boekhandel van spiritueel centrum Oibibio binnen waar ze een boekje inkeek van Rumi. Ze las daarin enkele zinnen waardoor het haar plotsklaps duidelijk werd dat dit haar “zielsfamilie” was. Vanaf dat moment wist ze waar haar pad lag en wat haar te doen stond: andere mensen helpen om hun oorsprong te vinden.

“Ik dacht: ‘Wat is hier aan de hand? Mensen tasten in het duister en doen elkaar pijn omdat ze zich hun goedheid niet herinneren’”

Lizelot, al heel jong was jou duidelijk dat jij een ander pad liep dan de meeste mensen. Hoe wist je dat?

Als klein kind voelde ik me vrij en tegelijk verbonden in de eenheid en ik was helemaal verliefd op de bron in mijzelf. Ik denk dat alle kinderen dit zijn, alleen ik werd me er echt van bewust. Dat ging schoksgewijs. Zo herinner ik mij dat ik een jaar of 4 was en bij de bakker met mijn moeder ineens een ontzettende schok kreeg en dacht: ‘Wat is hier aan de hand? De mensen zijn helemaal vergeten wat hun oorsprong is, ze tasten in het duister en doen elkaar pijn omdat ze zich hun oorspronkelijke

goedheid niet herinneren.' De eerste reactie is dan natuurlijk weg te willen van die gevaarlijke plek. Maar zodra je hiervan doordrongen raakt, kun je je verplaatsen in iedereen, want we zitten allemaal in hetzelfde schuitje.

In welk schuitje zit de mensheid op dit moment volgens jou?

In deze wereld wordt er heel veel verwarring gezaaid door de patronen van de massa en dat wordt niet herkend. Het is een soort collectieve verwarring waar we als mensheid in zitten, zo zie ik dat. Eigenlijk kunnen we geen kant meer uit, de mensheid heeft zichzelf als het ware verstikt. Anders dan door het individueel opstaan uit die massa komen we daar niet uit. Mensen zoeken naar verbinding, naar betekenis, naar elkaar. We willen het samen doen, maar dat is tegelijkertijd een valkuil. Want waar we naar verlangen, naar de werkelijke verbinding, die is alleen mogelijk als we eerst helemaal alleen komen te staan. De oorspronkelijkheid in ons, de waarachtigheid en eigenlijk de intense goedheid van onze natuur zit verhuuld in allemaal verhalen en conditioneringen en in allerlei geloof. Maar zodra je naar de essentie van je wezen op zoek gaat, dus je aandacht naar binnen keert in plaats van naar de wereld van verschijnselen en verscheidenheid, dan kom je dichterbij je ziel en ervaar je de diepe eenheid van alles. Dichter bij je essentie wordt het steeds eenvoudiger, je beweegt van complexiteit naar eenvoud. Dan kom je bij het universele, bij de wetten waar alle mensen aan onderhevig zijn, dan voel je erkenning en herkenning en diep respect voor iedereen.

Aanvankelijk maakte je carrière als danseres. Welke rol speelt de tango in dat proces?

Toen ik tangolessen ging geven wilde ik mensen helpen voeling te krijgen met het onzichtbare, met dat wat je niet ziet maar wel voelt. De tango dansen is een heel lichamelijke bezigheid waarbij twee tegenpolen tegenover elkaar staan. Daarbij ervaar je heel mooi de wisselwerking tussen mannelijke en vrouwelijke principes. De een spreekt, de ander luistert, welke indrukken geeft dat en hoe kun je dat dan weer uitdrukken. Je onderzoekt zo de wetten van wederkerigheid. Hoe dingen die je uitzendt terugkomen, hoe de verbanden zijn. Je gaat de dieperliggende verbanden herkennen tussen oorzaak en gevolg. Ik zag dat de mensen meer en meer in lijn kwamen met hun oorsprong en dat daardoor ook hun relaties verbeterden, er kwam harmonie en ordening in hun leven.

Hoe verhoudt zich dat tot het soefisme en wat is soefisme?

Soefisme is geen religie of een stroming zelfs. Het is vrij van dat alles. Soefisme kent zijn wortels in het oude Perzië en de soefi richt zich op het zuiveren van het hart, het loslaten van het ego en het ervaren van eenheid. Ik ben op zoek gegaan naar een meester en zo kwam ik toen ik 24, was bij de oude meester, Dr. Javad Nurbakhsh, door wie ik 7 jaar ben begeleid op het soefipad. Mijn tango-carrière had ik toen al en ik dacht dat ik, om als Soefi te leven, misschien mijn danscarrière moest opgeven, maar van mijn meester leerde ik dat het tegendeel het geval was. Juist de nabijheid en het aanraken van mensen, het in voeling brengen, is het werk van de soefi. Voor mij kwam hierdoor alles bij elkaar, het werd bekrachtigd en werkt door mij heen, is in overeenstemming vanuit leven met mijn oorsprong. Mijn meester hielp mij om mijn eigen meesterschap te gaan ontdekken. Wat natuurlijk nog niet af is. In mijn werk heb ik het wel vaak over meesterschap in jezelf en over waarheidsvinding. Een soefimeester heet Qutb (spreek uit: koetoeb) wat

'verticale as' betekent: verbinding, pool. Je zou kunnen zeggen dat onze verbinding met het goddelijke de rechte lijn is, die ons verbindt met de oorsprong. Onze verticale as is de directe verbinding met de bron. Ieder mens heeft toegang daartoe via zijn eigen innerlijk. Hoe meer die verticale verbinding oprecht is geworden en is gezuiverd en geactiveerd, hoe meer er ook balans komt in het horizontale veld: het relatieve domein. Ik noem mijn pad ook wel de gouden draad, omdat het pad van de soefi in deze tijd als een draad van innerlijke leiding en constante devotie aan de bron centraal staat en veel mensen behoefte hebben aan zo'n leidraad.

Hoe kunnen wij ons bewust worden van die verticale as in onszelf?

Het is als een natuurwet. Denk bijvoorbeeld aan water, waarvoor het onmogelijk is niet loodrecht naar beneden te vallen en waarvan het wateroppervlak altijd perfect horizontaal is. Er is een bepaalde ordening in de natuur waar

uit mijn soefi-orde. Het was voor mij heel intiem, een vorm van bidden om mijn verbinding met de goddelijke bron te versterken. Pas een paar maanden geleden ben ik ermee naar buiten gekomen, als een soort laatste schakel om in verbinding te zijn met de buitenwereld. Ik krijg daarmee een meer herkenbaar beeld naar buiten en daarmee ook meer toegang tot de wereld waarin ik mijn werk wil doen. Eigenlijk staat het wervelen nu symbool voor wat ik doe. ■

Meer informatie:

- goudendraad.com
- dakl.nl/soul-embodiment-weekend



DE GOUDEN DRAAD

“Er is een bepaalde ordening in de natuur waar het eigen innerlijk toegang toe heeft”

het eigen innerlijk toegang toe heeft. In mijn scholingsprogramma Moving Into Unity werk ik met de energie in het lichaam. Ik leer mensen om door bepaalde bewegingen te maken voeling te krijgen met deze principes in zichzelf om zo de ordening te ontdekken en in overeenstemming te komen met de bron. Daarvan krijg je veel energie, wat hetzelfde is als liefde, je stroomt vol liefde, wordt liefdevoller. Mijn pad van soefisme is dat van de alchemistische liefde. Om de transmutatie in ons te laten plaatsvinden, willen we eerst voorkomen dat we veel energie verliezen. We verliezen energie door te dagdromen over dat het anders moet, of beter, of niet zus maar zo, maar de soefi brengt al die projecties naar binnen in een verzamelpunt, het wordt heel compact. Dat druist in tegen het ego want dat wil altijd ontsnappen in dagdromen, wil fantaseren over andere werkelijkheden. De soefi daarentegen wordt helemaal compact, uit één stuk, helemaal toegewijd aan wat er is. Door lichaam en geest te verenigen word je heel en krachtig en verdwijnt de angst. Als je uit één stuk wordt kan je zoveel energie en liefde gaan bevatten, helemaal verzameld in het hier en nu.

Vorig weekend mocht ik bij jullie op Blisveld wervelen. Vooral de eenvoud ervan trok mij zo aan. Gewoon gaan staan en rondjes draaien. Wat doet wervelen met mensen? Wervelen is voor mij de meest krachtige methode, het is een universele beweging. Kinderen doen het ook, die gaan draaien om hun as. Of in de draaimolen, pure vreugde en vrijheid. Wervelen heeft ook iets rebels want je hebt niks en niemand ervoor nodig. Ik ben en ik doe dit. Dat is heel bevrijdend. Daarbij denk ik aan de uitspraak van de filosoof Camus: “Zo volledig vrij zijn dat je bestaan een daad van rebellie is”. Wervelen is een manier om ons te ontdoen van ons harnas, van oude conditioneringen en onszelf te ervaren in onze ware natuur. Het is een alchemistisch proces, er ontstaat een centrifugale kracht en er raast een heboel energie door je heen die van alles aan de oppervlakte laat komen zodat je het kunt loslaten. Het wervelen doe ik al heel lang voor mijzelf, maar komt niet



Foto's Lizebet de Stijger | INKOTOGRAFIE