

In het hart van de stilte vind je het goud dat je zoekt.

Er is een diepe stilte ontstaan tijdens de visualisatie. We zijn in een meditatieve (theta-)staat terecht gekomen. Magisch en bijna tastbaar is de stilte die in de groep hangt. Ze voelt heel puur, heilig en vol. Ik voel me liefdevol en intens verbonden met de aanwezigen. Woorden zijn niet nodig. Ineens beseft ik: dit is de stilte die bij de ziel hoort.

Ruimte voor je ziel

Er komt een moment op je spirituele pad dat alles stilvalt. Dat de behoefte aan *meer* en *beter* verdwenen is. Gevoelens van 'niet goed genoeg zijn', herken je als typerend voor je ego, waar je steeds makkelijker aan voorbij kunt gaan. Waarschijnlijk heb je tegen die tijd al veel spirituele boeken gelezen, cursussen en [workshops](#) bezocht, veel YouTube filmpjes gekeken en via andersoortige kanalen informatie tot je genomen. En nu is dan het moment gekomen dat je aan je ego voorbij kunt gaan en dat het ego stilvalt. Er ontstaat ruimte voor je ziel.

De rups die vlinder wordt

De stilte die valt na al dat doen, kan in eerste instantie vreemd en ongemakkelijk aanvoelen. Als je er onrustig van wordt en er niet dieper in zakt, is de kans groot dat je weer opnieuw in het doen stapt. Als je echter het lef hebt om de stilte te laten, wordt de rups een vlinder. De diepe stilte die zich dan door jou heen ontvouwt is prachtig en kleurrijk. Hij slaat z'n vliedervleugels uit waardoor er een heel nieuwe trilling in jouw werkelijkheid zich manifesteert. Je ervaart nieuwe perspectieven en de reikwijdte van je Zijn wordt zo opgerekt dat je er nog stiller van wordt. Veel gesproken woorden klinken ineens vals en onzuiver. Het denken wordt ervaren als lawaai. Je deinst er bijna voor terug. Je bent in diepe afstemming met je ziel gekomen. Daar is stilte als thuiskomen.

Doorleefde wijsheid

Deze stilte voedt je ziel. Door de afwezigheid van het doen, van gesproken woorden en een teveel aan activiteiten kan je ziel intens doorvoelen wat er op dat moment gevoeld mag worden. Iedere nuance kan tot op het bot ervaren worden, waardoor de ziel zich verrijkt. Hierdoor transformeert alles wat getransformeerd mag worden zich vanzelf in doorleefde wijsheid.

De goudzoeker heeft eindelijk het goud gevonden!

Het is een stilte die gekenmerkt wordt door een aandachtig en alert aanwezig zijn. Je bent niet verzonken in gedachten, integendeel, je bent levendiger dan ooit. Je zit in je lijf en kunt de levensenergie, de prana, door je heen voelen stromen. Hoewel er uiterlijk misschien niets aan je te zien is, ben je als een goudzoeker die eindelijk een prachtig stuk goud gevonden heeft. Verguld, dankbaar en intens gelukkig.

In de afwezigheid van geluid ontdek je de laag die zo rijk en vol is en zo levendig dat je er intens van kunt genieten. In het begin kunnen dit slechts een paar momenten zijn, maar gaandeweg vergroten deze zich. Je leert steeds vaker om bij jezelf te blijven, om de verbinding met jezelf niet meer te verliezen in deze rumoerige wereld. Je merkt op dat je steeds minder te zeggen hebt en nog maar heel weinig reactief gedrag vertoont. Als je wat wilt zeggen of doen, komt het verlangen van binnenuit. De woorden die je spreekt en de handelingen die je verricht, zijn van een totaal andere trilling dan voorheen.

Stilte in feestgedruis

Je hoeft niet voortdurend in lotushouding op je kussentje te zitten om deze stilte te ervaren. Ze kan zich aan je ontvouwen, soms zelfs wanneer je te midden van feestgedruis staat. Je ziet alle drukte om je heen, maar blijft verankerd diep binnenin jezelf. Hierdoor valt de stilte die altijd aanwezig is in jou, des te meer op. Hij vraagt je slechts om er bewust van te worden. Om er aandacht voor te hebben.

Innige verbinding met jezelf

Als je in deze diepe stilte verblijft, ervaar je geen gevoelens van eenzaamheid. Integendeel, je voelt je intens verbonden met jezelf. Je voelt van binnenuit dat niets buiten jou je hierin kan voeden. Het is een eenvoudige innerlijke beweging. Aandacht kun je in deze ervaren als bewustzijn zelf. Aandacht is als stilte. Als liefde. Allemaal prachtige kwaliteiten van je ziel.

Irene Verweij
School voor Lichtwerk
www.lightworker-academy.nl