

# THEMA-DAG

over

## De zeven stappen naar geestelijke groei



---

Hans Stolp

november 2017

# Levenswinst

Ze lag op bed en zou niet lang meer leven.

De huid van haar gezicht was grijs en inwit, vol diepe groeven. De laatste dagen had ze niet veel gezegd, maar haar ogen straalden, alsof ze al iets voorvoelde van het licht en de liefde die haar te wachten stonden.

Als ze wat zei, ging dat meestal over het leven dat achter haar lag. Makkelijk was haar leven niet geweest: ze had twee van haar vijf kinderen verloren aan de dood en had een leven lang met ziekte te kampen gehad. Nu was haar lichaam op; ze wist ze dat ze niet meer zou herstellen.

Maar als je bij haar zat, naast haar bed, was het alsof je in een tempel zat: je ervoer de heilige energieën die in de kamer voelbaar waren.

Lange tijd zeiden we niets: het was, alsof ze sliep. Maar plotseling opende ze haar ogen en zei, zonder mij aan te kijken, maar starend naar het plafond, alsof ze daar een geliefd iemand zag:  
*Ja hoor, ik kom, ik ben al heel gauw weer bij je.*

Haar gezicht begon te stralen, het leek alsof het werd beschenen door de zon. Ze vouwde haar handen open, alsof ze iemand wilde omhelzen. Toen vielen ze weer krachteloos neer op bed.

Ze sufte weer een poosje weg. Maar na een half uur werd ze plotseling weer wakker en zei, alsof ze tegen iemand sprak die ik niet kon zien: *Het leven was niet gemakkelijk en soms heb ik getwijfeld of ik het wel volhouden zou. Maar het heeft me ook zoveel geleerd en zo rijk gemaakt. Ja, wat voel ik me nu eigenlijk een rijk mens. Dank u wel, mijn God, ja, wat heeft U me rijk gemaakt.*

De laatste woorden kon ik nauwelijks verstaan. Maar met mijn hart hoorde en begreep ik precies wat ze zei. Het waren de laatste woorden die ze sprak. Een uur later overleed ze: ze ademde nog een laatste keer, heel langzaam, rustig en stil, en ging toen heen.

Mij gaf ze veel met haar dood: ze leerde me, waar het in het leven nu eigenlijk om gaat: om te groeien in wijsheid, vertrouwen en dankbaarheid, hoe onze weg ook gaat. Die levenswinst: daar gaat het om.

november 2017

Hans Stolp

# 1. Zelfkennis is nodig om geestelijk te groeien

Boven de poort van de tempel in Delphi (Griekenland) stond: *Gnothi seauton*, ofwel: *Ken uzelf*. Op alle mysteriescholen in de voorchristelijke tijd vormde zelfinzicht de basis van het onderwijs. Uitgangspunt was de gedachte: wie zichzelf leert kennen, leert daarmee ook de ander en de wereld (de kosmos) kennen: de mens is immers een kosmos-in-het-klein, een microkosmos.

## **Zelfkennis leert ons te kijken tot voorbij de buitenkant:**

we krijgen zicht op onze binnenwereld, onze emoties, onze verborgen drijfveren en de impulsen die vanuit onze ziel naar omhoog komen. Maar daardoor leren we ook de ander kennen en de kosmos. Ofwel: alleen door zelfkennis te ontwikkelen, wordt een mens **een wetende**.

Het verschil tussen de mysteriescholen van vroeger en het verwerven van zelfkennis in deze tijd, is het feit dat de leerling op de mysterieschool een leraar (lerares) had: zijn inwijd(st)er. In onze tijd zijn we onze eigen leraar (lerares).

Het woord zelfkennis is veelzeggend: het gaat daarbij om kennis van het Zelf, ofwel van ons hogere Ik, onze geest.

Onze geest of ons Ik daalde voor onze geboorte af naar de aarde en bekleedde zich achtereenvolgens met verschillende gewaden: het astrale lichaam (de ziel) en het etherische lichaam, en als laatste het fysieke lichaam.

Iedere nacht treedt ons hoger Zelf (Ik) samen met ons astrale lichaam uit en laat ons etherische en fysieke lichaam achter. In de geestelijke wereld doet ons hoger Zelf vervolgens belangrijke ervaringen op, onder meer door een terugblik en reflectie op de voorbije dag. Zelfkennis verwerven houdt dus de vraag in: wie is dat wezen dat iedere morgen bij het wakker worden mijn lichaam binnentreedt, en die mijn lichaam 's avonds bij het in slaap vallen weer verlaat?

**P.S.:** Na onze dood krijgen we in de astrale wereld inzicht in onszelf door ons te verplaatsen in anderen en in wat anderen aan ons beleefd hebben. Daarmee zouden we eigenlijk op aarde al moeten beginnen!

## 2. De vier stadia van zelfkennis

Bij zelfkennis denken we vaak alleen maar aan de poging om naar binnen te kijken om te zien wat daar leeft. Dat is echter vaak verwarrend, omdat we niet goed raad weten hoe we moeten omgaan met wat we in onze ziel aantreffen. Als we boos zijn op een ander, betekent dat dan dat we beter voor onszelf moeten leren opkomen? Of betekent het dat we wat meer begrip voor een ander moeten opbrengen?

Daarom wijst het esoterische christendom ons op een andere weg naar zelfkennis die objectief is en tot minder verwarring leidt. Allereerst wordt ons gevraagd te beseffen dat het vermogen om zelfkennis te verwerven, ons onderscheidt van de dieren, de planten en het gesteente. Bovendien is zelfkennis niet vanzelfsprekend: we moeten het ons stap voor stap eigen maken en het komt ons zeker niet aangewaaid. Daarom houdt het verwerven van zelfkennis een lange ontwikkelingsweg in die vele levens zal vergen. Bedenk daarbij dat we in de huidige cultuurperiode (1413 – 3573) onze bewustzijnsziel moeten verwerven.

Op de weg naar zelfkennis zijn vier stadia te herkennen:

### **De eerste stap is gericht op het fysieke lichaam.**

Daarbij moeten we ons de vraag stellen: *Waar en wanneer ben ik geboren?* En dus: welke gevoelens, gedachten en ervaringen zijn het gevolg van het feit dat ik juist in deze tijd en in dit land geboren ben? Stel je voor dat je vijftig jaar eerder in Berlijn geboren zou zijn: hoe zou je innerlijke leven er dan uitgezien hebben? Welke gevoelens zou dan gehad hebben, welke angsten en welke gedachten zouden er dan door je heen zijn gegaan? (Denk aan de Hitlertijd, Tweede Wereldoorlog enzovoort.)

Wanneer je zo leert kijken, ontdek je dat veel gedachten, gevoelens enzovoort niet uit je Zelf voortkomen, maar te danken zijn aan de plaats en de tijd waarin je geboren werd: ze vormen het gewaad van ons Zelf.

## **De tweede stap is gericht op ons etherische lichaam.**

In ons etherische lichaam liggen de talenten en vermogens besloten die we bij onze geboorte hebben meegekregen. Maar hoe kun je die ontdekken en bewust worden?

Daarvoor is het belangrijk je bewust te worden van de erfelijkheidsstroom waarin je staat: in welke familie en in welk volk werd je geboren? En welke vermogens kreeg je mee vanuit die stroom? Zo vertelde iemand: *Mijn vader was boekhouder, dus interesseerde ik mij daarvoor en heb ik zelfs overwogen om een studie boekhouden te beginnen. Maar uiteindelijk koos ik voor iets anders.* Die opmerking laat zien dat de interesse voor, en het vanzelfsprekende inzicht in boekhoudkundige vragen niet (zozeer) uit het Zelf voortkomen, maar uit de erfelijkheidsstroom. Zo krijgen we ook bepaalde vaardigheden en vermogens vanuit de volksstroom mee.

Om de vermogens en begaafdheden die vanuit het Zelf voortkomen, op het spoor te komen, wordt zelfopvoeding aanbevolen. Hoe werkt dat in dit geval? Door een innig, warm gevoel te ontwikkelen voor dingen/onderwerpen die je in eerste instantie helemaal niet interesseren. Dan zal je ontdekken dat je interesses veelzijdiger worden en dat verborgen begaafdheden aan het licht komen. Het gevolg van een dergelijke ontwikkeling is dat je aura rijker wordt en beweeglijker.

## **De derde stap is gericht op ons astrale lichaam.**

Daarbij gaat het om de *bewustwording van ons karma*: dat ligt immers besloten in ons astrale lichaam. We maken in de huidige tijd de stap van een beperkte (groeps)liefde voor de eigen familie, het eigen volk of de eigen religie naar een hogere liefde die ook onze vijanden omvat. Dat heeft heel concrete gevolgen: het vraagt om, als een vreemde (een ander) je kwaad gedaan heeft, ook dan de liefde te bewaren en je te realiseren: de hand (van de vreemdeling) die mij kwaad deed, heb ik zelf (in een vorig leven) in beweging gezet. Zo word ik mij mijn karma bewust, en alleen daarom kan ik de hogere liefde waarmaken en beoefenen. Zonder het inzicht in mijn karma zou ik kwaad met kwaad vergolden hebben – en dus niet de stap naar een hogere liefde hebben kunnen zetten.

**De vierde stap is gericht op ons hoger Zelf.** Daarbij gaat het erom je te realiseren dat onze geest of ons hoger Zelf afkomstig is uit de geestelijke wereld, ofwel uit de kosmos. Wil je je hoger Zelf leren kennen, dan zal je dus kennis van de kosmos en van de planeten moeten ontwikkelen, want *zelfkennis ontwikkel je door wereldkennis.*

### **3. De zeven stappen van geestelijke groei.**

#### **1. Kijken voorbij de buitenkant**

Kijk - en kijk met al je aandacht.  
Kijk met de zintuigen van je hart,  
want het hart ziet wat jouw ogen  
niet kunnen zien. Kijk met je hart  
en je zult weten wat er leeft in de ziel  
van de ander, in de ziel van de dieren,  
van de natuur en van moeder aarde.

#### **2. Verwondering**

Kijk terug op je leven en ontdek  
hoezeer je in alles werd geleid.  
Zie, hoe je een leven lang behoed werd  
en met liefde omringd. Zie, hoe  
het donker van je leven de geboorte-  
grond werd van het licht. Kijk,  
verwonder je en dank God.

#### **3. De roeping**

Jij en ik: we worden geroepen.  
In de vragen die het leven stelt,  
in wat wij anderen mogen geven,  
ligt de roeping van ons leven besloten.  
Weet jij waartoe je geroepen werd?  
Om te dienen, misschien? Of om te geven,  
om te spreken of om in stilte te luisteren?

#### 4. De levenslessen

Zo vele lessen werden ons voorgelegd en zoveel ervaringen deden wij op die soms pijn deden, eenzaam maakten en die we maar met moeite konden verwerken. Maar dwars door de pijn van het verwerken heen vonden we iets kostbaars: een inzicht, vrede, liefde.

#### 5. Wie zijn wij?

Wij zijn meer dan het ego dat leeft in onze ziel en dat we zo goed kennen. Diep vanbinnen leeft een hogere, een diepere kracht: de geest in ons. Verbind je met die geest, richt je aandacht op haar stille aanwezigheid en voel de vrede en de warmte die van haar uitgaan.

#### 6. De kleine wachter

De kleine wachter op de drempel: wie kent hem niet? Wie kent niet de angst die je zo plotseling overvallen kan? Wie kent niet de woede die in je opwelt en die je maar moeilijk beteugelen kunt? Wie kent niet het vuur van de schaamte dat oplaait bij het terugkijken naar ons leven. Niemand kan geestelijke ervaringen opdoen zonder de ontmoeting met de wachter.

#### 7. De grote wachter

Maar wie het diepste donker heeft doorleefd, die mag ook het hoogste licht ontwaren. Die mag Christus zien, hem voelen, zijn liefde in zich, ja om zich weten. En wie deze liefde eenmaal heeft ontmoet, die weet: **het leven werd rijk omdat ik Hem mocht ontmoeten, die de rijkdom, ja, de vervulling van mijn leven is.**



## 4. Toelichting

### 1. Leren kijken tot voorbij de buitenkant.

Om te kunnen kijken voor bij de buitenkant moet je geestelijke ogen ontwikkelen die in staat zijn te zien wat onze fysieke ogen niet zien kunnen. Die geestelijke ogen, ofwel: die ogen van de ziel ontwikkel je door de kracht van de hogere liefde die uitgaat van ons hoger Zelf: de lagere liefde gaat uit van ons ego.

Het is daarbij belangrijk dat je objectief leert kijken en dus niet in een gevoel van sympathie of antipathie blijft hangen. Wie zo leert kijken, zal ook bij allerlei ontwikkelingen in de samenleving de diepere patronen ontdekken. Bijvoorbeeld dat de huidige klimaatproblemen ook te maken hebben met het verouderingsproces van de planeet aarde.

### 2. Leer kijken met verwondering.

Kijk terug op je leven, en *word je bewust hoezeer je geholpen werd*. Dan ontwaakt vanbinnen een gevoel van dankbaarheid die als vanzelf tot verwondering leidt.

Kijk met name naar de donkere tijden in je leven en word je bewust hoe je door de doorgang door het donker nieuwe inzichten kreeg, nieuwe krachten, een nieuw vertrouwen. *Zie, hoe het donker de geboortegrond van het licht werd!*

### 3. Ontdek wanneer en hoe je geroepen werd.

De sjamanen werden vroeger geroepen in een droom: pas dan mochten ze genezer van mensen worden. Ook de Bijbel spreekt regelmatig over roepingen, Samuël bijvoorbeeld en de discipelen van Jezus Christus. In onze tijd voltrekt onze roeping zich meestal minder direct. Zo schreef Hammarskjöld eens: *Ik weet niet wanneer en door wie ik geroepen werd, maar ik weet wel dát ik eens geroepen werd*. Sindsdien wijdde hij zich aan de opdracht die hem gegeven werd.

Ben jij je bewust van je roeping? En is het feit dat je je bezighoudt met het verwerven van inzicht (zoals door het lezen van deze tekst) in wezen niet het gevolg van een roeping?

#### **4. Besef de diepe zin van de levenslessen waar je doorheen moest gaan.**

Wat zijn jouw levenslessen? Wat hebben ze jou gebracht?

Sommigen zeiden: *ik leerde dieper kijken*, anderen: *Ik kreeg meer mededogen daardoor*.

Het gaat erom uiteindelijk *dankjewel te leren zeggen* voor de levenslessen die ons te doorleven gegeven werden. Dat kan het ego overigens niet, dat kan alleen vanuit de kracht van ons hoger zelf.

#### **5. Word je bewust wie je nu eigenlijk bent!**

*Wij zijn geestelijke wezens die uit de wereld van het licht komen, en die na hun dood op aarde weer terugkeren naar huis*. De aarde is onze leerschool, maar de geestelijke wereld is ons eigenlijke thuis.

Als geestelijke wezens zijn we als vanzelf verbonden met de gestorvenen, de engelen, met Christus en met God. Als geestelijke wezens luidt vraag die ons straks gesteld wordt: *welke winst neem je mee terug naar huis, aan het einde van dit aardse leven?*

Bovendien wil de geestelijke wereld straks, na onze dood, ook van ons horen *wat het kwaad nu eigenlijk is en hoe het werkt*. Zij kennen het kwaad immers niet uit eigen ervaring, maar hebben het nodig om van ons over het kwaad te horen. Daarom is het ook belangrijk op aarde inzicht in het kwaad te krijgen: hoe werkt het? Hoe verleidt het kwaad ons in deze tijd?

#### **6. Ontdek de kleine wachter op de drempel.**

Wie is die kleine wachter? Dat is het wezen dat de geheimen van de geestelijke wereld bewaakt, en dat op de drempel van de geestelijke wereld staat.

Je leert hem kennen door terug te kijken naar je leven: als je je dan schaamt voor wat je ziet, ofwel: *als je dan het vuur van de schaamte beleeft, sta je oog in oog met de kleine wachter op de drempel*.

Daarom wordt dit wezen ook wel *de vuurproef* genoemd: vanwege het vuur van de schaamte.

De kleine wachter leidt ons dus door de vuurproef, maar houdt ook een moedproef in: durf de schaamte aan te zien en vlucht er niet voor weg, maar houdt die schaamte uit. Pas dan zal je de doorgang naar de geestelijke wereld vinden.

## **7. De grote Wachter op de drempel.**

De grote Wachter is *Christus* zelf. Hij behoedt de toekomst (ofwel de ingang van de tempel). Wie Hem ontmoet, wordt *drager van de Christus-impuls op aarde*. Daardoor word je iemand die in de mensen de kracht van het geweten mag wekken. Als je Hem ontmoet, zegt Hij: je zult eens mogen worden zoals Ik.

Onze tijd is de tijd van *de Wederkomst van Christus*, ofwel van zijn verschijning in de etherische wereld.

### **Een aantal korte notities:**

#### **Een Joodse wijsheid zegt:**

*Pijn hoort onvermijdelijk bij het leven. Ren er niet voor weg. De sleutel tot succes is hoe om te gaan met pijn en er geestelijk door te groeien.*

#### **Iemand zei:**

*Voor mij houdt geestelijke groei de ontdekking in, hoezeer ik in mijn leven geholpen werd.*

#### **Een ander zei:**

*Geestelijke groei houdt voor mij de ontdekking in dat ik een geestelijk wezen ben, en dus in verbinding met de geestelijke wereld sta.*

### **Belangrijke leermeesters** in deze tijd op de weg van geestelijke groei:

#### **- G. C. Jung** met zijn termen:

*individuatie, schaduw en het Zelf.*

#### **- Elisabeth Kübler-Ross** met haar beroemde stadia van het sterven:

*Ontkenning, woede, marchanderen, depressie en overgave.*

#### **- Rudolf Steiner** met zijn boeken:

- *De weg naar inzicht in hogere werelden*
- *Theosofie*
- *De wetenschap van de geheimen van de ziel*

# STICHTING 'DE HERAUT'



## AGENDA

Voor andere themadagen van Hans Stolp  
(georganiseerd door stichting 'De Heraut')  
zie

**[www.stichtingdeheraut.nl](http://www.stichtingdeheraut.nl)**

Op deze website vindt u onder menu-item themadagen  
ook de gepresenteerde afbeeldingen  
en de digitale versie van dit boekje.

### **Voor Inlichtingen en opgave voor een themadag**

Secretariaat Stichting De Heraut  
Uitstroom 1, 5345 RX, Oss  
Tel: 0412644856  
Email: [secretariaat@stichtingdeheraut.nl](mailto:secretariaat@stichtingdeheraut.nl)

De website van Hans Stolp is:  
**[www.hansstolp.nl](http://www.hansstolp.nl)**

Meer over het Esoterisch Christendom  
kunt u vinden op de website  
**[www.esoterischchristendom.nl](http://www.esoterischchristendom.nl)**