

# THEMA-DAG

## Eerlijk kijken naar jezelf



Hans Stolp

november 2021

## *De vraag van Michaël*

*De grote Aartsengel Michaël vraagt aan ons:  
durf je het aan om eerlijk te kijken naar jezelf?  
Heb je de moed om de weg naar binnen te gaan  
en onder ogen te zien wat je daar aantreft?  
Durf maar, herhaalt Michaël, want alleen dan  
zal je geestelijk kunnen groeien. Alleen dan  
zal je kunnen worden die je ten diepste bent.  
Durf maar en ga. Ik sta naast je op die weg.*

*Gehoor gevend aan de oproep van Michaël  
gaan wij, zijn leerlingen, de weg naar binnen.  
We maken ons de gevoelens bewust die in ons  
leven. We leren onze emoties te benoemen,  
ze te doorleven om ze dan los te kunnen laten.  
Alleen zo kunnen wij immers geestelijk groeien.*

*We leren ons de gevolgen van onze woorden  
en daden bewust te worden. Zo worden wij  
ons bewust van ons toekomstige karma en leren  
we zorgvuldig te handelen, wetend van de gevolgen.*

*We worden ons bewust van alle dualiteiten in het  
leven en ontdekken onze eenzijdigheid. De een is  
meer een dromer, de ander een realist. De een is  
gul, de ander spaarzaam. De een heel open,  
de ander juist gesloten. We beginnen te beseffen:  
de enig juiste weg is de weg van het midden!*

*En die weg, de weg van het midden, zo ontdekken we, is de weg van Christus die op Golgotha aan het kruis tussen twee misdadigers hing. Zo leren we hoe we Christus kunnen volgen in dit leven.*

*Hoe verder we komen, hoe rijker de weg naar binnen wordt: we leren er een plek van stilte kennen, ons hoger zelf of de innerlijke Christus. We leren kijken tot voorbij de buitenkant, We leren vrede uit ons diepste zelf te putten.*

*Maar het grootste geschenk op deze weg is onze groei in liefdeskracht en het inzicht hoe we de geest op aarde geboren kunnen laten worden.*

*Zo worden wij op deze weg tot dienaar van Michaël.*

## Inleiding:

*Waarom is het eigenlijk zinvol om eerlijk naar jezelf te leren kijken?*

- **We gaan in deze tijd de drempel over en krijgen verbinding met de geestelijke wereld:** BDE's, engelen, contact met gestorvenen en Christuservaringen worden steeds 'gewoner'. Door deze ervaringen wordt een hele nieuwe geestelijke groei mogelijk. De groei die dan ontstaat, schenkt ons achtereenvolgens het vermogen van:
  - *beeldend denken of helder leren zien* - wordt **imaginatie** genoemd;
  - *helder horen* - wordt **inspiratie** genoemd (denk aan de apostel Johannes op Patmos);
  - *helder voelen* - wordt **intuïtie** genoemd.Kortom: *geestelijke groei is in deze tijd noodzakelijk om met de geestelijke wereld op de juiste wijze te leren omgaan.*
- Het is de grote Aartsengel Michaël die het gordijn (de sluier van Isis) opentrekt en ons aanspoort de drempel over te gaan. Sinds 1879 is hij de regent of inspirator van onze tijd (tot omstreeks 2300).
- **Bij elke drempelovergang verschijnt de kleine wachter op de drempel:** Heb je geestelijk al het niveau bereikt dat nodig is om deze nieuwe wereld binnen te gaan? Zo niet, dan komt al het onverwerkte vuil naar boven. Vergelijk bijvoorbeeld wat er gebeurt tijdens de midlife-crisis: hoe minder iemand verwerkt heeft, hoe groter de problemen waarin hij terecht komt.
- Om verbinding met de geestelijke wereld te krijgen, hebben we **geestelijke ogen en oren** nodig. Die ontstaan alleen als wij ons geestelijk ontwikkelen. De mol heeft ogen die nauwelijks iets zien en zo klein als speldenknopjes zijn. Hij heeft die ogen dan ook niet nodig, omdat hij onder

grond leeft. Zou hij bovengronds leven, dan zouden door de inwerking van het zonlicht die ogen steeds krachtiger, groter en werkzamer worden. Zo kunnen ook wij nu, doordat het licht van de geestelijke wereld over de aarde begint te stralen, geestelijke oren en ogen ontwikkelen. *Maar daarvoor is het gaan van de weg van geestelijke groei noodzakelijk.*

- We leven in de tijd waarin ons vanuit de geestelijke wereld de opdracht wordt gegeven om ons bewustzijn te ontwikkelen. Anders gezegd: **onze bewustzijnsziel**. Dankzij dit bewustzijn wordt **geloven tot weten** en leren we **een gevoeligheid te ontwikkelen voor dat wat achter de buitenkant verborgen ligt**.
- Om die gevoeligheid te ontwikkelen moeten we de weg naar binnen gaan. *Alleen wie inzicht in zichzelf krijgt, krijgt zicht op het eigenlijke, verborgen wezen van de ander.* Pas dan ook kunnen we leren kijken tot voorbij de buitenkant van de gebeurtenissen die ons overkomen.
- **Ita Wegman** vertelde over **het sterfbed van Rudolf Steiner**: *Het was duidelijk dat men hem nodig had in de geestelijke wereld. Ook was duidelijk dat hij de geestelijke wereld iets belangrijks te vertellen had dat alleen hij kon meedelen.* Nadenkend over deze indrukwekkende uitspraak wordt duidelijk: de ware kennis is die, die je uit eigen ervaring hebt opgedaan. En dat is de enige kennis die telt in de geestelijke wereld. Om je deze kennis bewust te worden is het gaan van de inwijdingsweg noodzakelijk.

## 1. De basis-oefening:

- *Kijk naar binnen* wat daar leeft aan gevoelens en emoties.
- *Leer die emoties te benoemen* (moeilijker dan je denkt: wat voel je nu eigenlijk?)
- Laat de emoties *door je heengaan* zonder er door meegesleept te worden *en doorvoel ze*.

Dieren staan van oudsher symbool voor onze driften. Denk aan de ark van Noach: de mens draagt allerlei emoties met zich mee. Zie ook Genesis 2:20, waar over Adam verteld wordt: *En Adam gaf namen aan al het vee, aan het gevogelte des hemels en aan al het gedierte van het veld*. Deze tekst wil dus zeggen dat Adam zich zijn emoties bewust wordt en leert benoemen.

In het Evangelie van Thomas lezen we eveneens over een leeuw – en ook hier staat de leeuw symbool voor onze driften: *Zalig is de leeuw die door de mens wordt gegeten, en de leeuw zal mens worden. En vervloekt is de mens die door de leeuw wordt gegeten en de mens zal leeuw worden*. Laat je je door je driften (de leeuw) meeslepen, dan verlies je je menselijkheid. Maar als je je woede omvormt tot een hogere kracht van zelfbewustzijn, wordt de leeuw menselijk.

Deze eerste oefening op de weg van geestelijke groei die ons leert eerlijk te kijken naar onszelf, leert ons dus onze emoties te beheersen.

Belangrijk daarbij is dit: *als je de emoties van de ander (bijvoorbeeld woede en boosheid), beantwoordt met emoties van jouw kant, wordt het oorlog*. Het gaat er – zeker in deze tijd – dus om geestelijk zo sterk te worden dat je boven je emoties staat en boosheid (enzovoort) niet met boosheid beantwoordt.

## 2. Je toekomstige karma bewust worden

Het woord *karma* betekent daden of handelingen. Alles wat we doen en laten heeft gevolgen voor de toekomst. Boeddha zegt: *Wil je weten hoe je volgende leven er uit zal zien, kijk dan naar wat je in dit leven doet, zegt of nalaat.*

Karma wordt in het westen vaak negatief opgevat in de zin van schuld, straf en zonde. Zo is het niet bedoeld! Het wil simpel zeggen: word je bewust van de consequenties van je daden. Dan zal je zorgvuldiger handelen! Drie reeksen van karmische patronen als voorbeeld:

1. *Een leven lang liefde aan anderen schenken* leidt in het volgende leven hier toe:
2. *Vreugde en liefde van anderen mogen ontvangen, zo dat je een gezegend leven hebt.*  
Dat leidt in een daarop volgend leven tot deze levenshouding:
3. *Een leven zonder vooroordelen, waarin je begrip hebt voor iedereen.*

De tweede reeks ziet er zo uit:

1. *Leven in een sfeer van plicht, fatsoen, gewoonte.* Dat leidt tot:
2. *Een leven waarin anderen niet geïnteresseerd zijn in jou, en jij niet in hen.* En dat leidt weer tot dit volgende leven:
3. *Een leven waarin je geen raad met jezelf en dat je als zinloos ervaart.*

De derde reeks ziet er zo uit:

1. *Een leven waarin je veelvuldig roddelt, antipathie koestert naar sommige mensen en zelfs sommige mensen haat.* Dat leidt tot dit volgende leven:
2. *Een leven waarin je pijn en leed ervaart.* En dat leidt weer tot dit leven:
3. *Een leven waarin domheid en botheid de overhand heeft.*

### 3. Zicht op de zevenjaarsfasen in je leven

**1 – 7 jaar:** *opbouw fysieke lichaam*

**7 – 14 jaar:** *opbouw etherische lichaam*

**14 – 21 jaar:** *opbouw astrale lichaam*

**21 – 28 jaar:** *opbouw gewaarwordingsziel*

**28 – 35 jaar:** *opbouw verstands- en gemoedsziel*

**35 – 42 jaar:** *opbouw bewustzijnsziel*

**42 – 49 jaar:** *keuzejaren: je wordt of onbaatzuchtig, of een tiran.*

Spiegelt fase 14 – 21 jr.

**49 – 56 jaar:** *jaren van wijsheid, dankbaarheid en harmonie.*

Spiegelt fase 7 – 14 jr.

**56 – 63 jaar:** *fysiek lichaam wordt brozer: geestelijke krachten belangrijker. Intuïtie! 0 – 7 jr.*

**63 – 70 jaar:** *Laat het kind in je opstaan; laat goedheid van je uitgaan; leef in verwondering.*

**70 – 77 jaar:** *Laat schoonheid van je uitgaan, straal rust uit en medeleven.*

**77 – 84 jaar:** *Wees rechtvaardig en wees je bewust van de zin van je leven.*

Eerlijk kijken naar jezelf houdt ook in dat je naar binnen kijkt en je bewust maakt of je de opgave vervult van de zevenjaarsfase waarin je nu verkeert.

### 4. Aan de slag met antipathie!

In de aardse wereld heerst dualiteit. Dus ook die van sympathie en antipathie. Na de dood leren we die te overwinnen. Maar het is de bedoeling dat we hier op aarde al de eerste stappen daartoe leren zetten.

Hoe ontstaat op aarde eigenlijk die antipathie? Door de vervuiling van onze zintuigen, zoals onze ogen en onze oren. We zien vaak eerst het negatieve in de ander en bijten ons daarin vast. Daarom is een heropvoeding van onze zintuigen noodzakelijk, zodat we leren ons te richten op het goede in de ander, ofwel op het goddelijke in de ander. Daarvoor is de oefening tot vergeving-in-het-klein zinvol:



- Registreer hoe je kijkt of luister naar de ander. Zie hoe je zintuigen zich richten op het donker.
- Begin je dan bewust en geduldig aan te leren om je eerst te richten op het positieve in de ander.
- Daarna mag je je richten op het donker in de ander. Meestal til je daar nu veel minder zwaar aan en heb je niet langer de behoefte om dat te benadrukken.
- Zo leer je om het donker te omhullen met het goede (= lichtkracht). Hoe langer je deze oefening volhoudt, hoe meer je beseft dat je al doende zelfs vergeet om stil te staan bij het donker in de ander.

## 5. Het juiste midden

Op aarde is alles dualiteit:	<i>Dromer</i>	<i>Realist</i>
	<i>Levensgenieter</i>	<i>Zwartkijker</i>
	<i>Slordig</i>	<i>Precies</i>
	<i>Mild</i>	<i>Streng</i>
	<i>Open</i>	<i>Gesloten</i>
	<i>Toegeeflijk</i>	<i>Koppig</i>
	<i>Gul</i>	<i>Spaarzaam</i>
	<i>Voorzichtig</i>	<i>Uitdagend</i>
	<i>Mannelijk</i>	<i>Vrouwelijk</i>

- Er bestaan dus twee uitersten = twee kwaden!  
In de bijbelworden die uitersten zo genoemd: *Satan en de Duivel*. In het Esoterisch Christendom: *Ahriman en Lucifer*.
- Het gaat dus om *de weg van het midden*, die het midden houdt tussen Ahriman en Lucifer. *Dat is de weg van Christus*.
- Daarom hangt Jezus Christus op Golgotha tussen twee misdadigers!
- Een heel belangrijke dualiteit is die tussen verharding/verdringing en zelfbeklag. Deze dualiteit zegt iets over de manier waarop we omgaan met de pijn van het leven.

## 6. Vrijheid en betrokkenheid

- Vrijheid is essentieel in onze tijd:
- Het is een voorwaarde om de weg naar binnen te kunnen gaan;
- Vrijheid maakt het ons mogelijk innerlijk bewust te worden – en dus in onszelf tot voorbij de buitenkant te leren kijken. Net zo leren we bij anderen te kijken tot voorbij de buitenkant. Dit nieuwe vermogen noemen we onze bewustzijnsziel. Zo gezien is vrijheid dus noodzakelijk om ons bewustzijn(sziel) te ontwikkelen.
- Vrijheid is ook nodig om ons op de weg naar binnen uiteindelijk bewust te worden van ons hoger zelf: de diepste, goddelijke bron in ons!

Terzijde: de weg naar binnen maakt ons wel egocentrisch of egoïstisch. En dus moeten we nu leren dat egoïsme te overwinnen en ons op een nieuwe manier met anderen te verbinden.

- In onze tijd vallen oude houvasten weg, zoals kerken en vakbonden. Ook familiebanden worden lossen dan vroeger. Dat schenkt ons de noodzakelijke vrijheid, maar:
- Maar ook van deze ontwikkeling geldt: het is wel nodig om nieuwe verbindingen te leren leggen: verbindingen in, en dankzij de geest!
- Altijd weer bij zo'n stap in geestelijke groei (twee vooruit, één achteruit) zijn er andere groepen die juist de patronen van het verleden willen vasthouden en die dus het belang van familiebanden, groepsbanden enzovoort benadrukken.

## 7. Al doende word je dienaar van de Geest

*Dat houdt in dat je – hoe verder je vordert op de weg naar binnen - steeds beter gaat zien hoe de Geest op aarde geboren kan worden:*

### **a) In onszelf.**

Dat heeft alles te maken met de incarnatie van de kosmische Christus in de mens Jezus van Nazareth (bij de doop in de Jordaan). Toen Jezus Christus stierf aan het kruis, werd de Christus op aarde geboren. Sindsdien zoekt hij de harten van de mensen om daar als hun hoger zelf of de geest werkzaam te kunnen worden.

De mens heeft vele gaven gekregen:

- **zijn fysieke lichaam** op de eerste incarnatie van Moeder Aarde (**de oude Saturnus**),
- **zijn etherische lichaam** op de tweede incarnatie van Moeder Aarde (**de Oude Zon**),
- **zijn astrale lichaam** op de derde incarnatie van Moeder Aarde (**de Oude Maan**),
- en nu, op de vierde incarnatie van Moeder Aarde (**de huidige aarde**) heeft hij **zijn lagere ik of ego** ontvangen.

Maar de mens was niet in staat op te klimmen naar de geestelijke wereld en naar God, om daar zijn hogere zelf op te halen.

**Daarom daalde Christus naar de aarde af om hem zijn hoger zelf aan te reiken.**

*Aan de mens die werkt aan zichzelf worden de krachten van het hoger zelf beetje bij beetje geschonken (ingedruppeld, wordt dat wel genoemd).*

#### **b) In de aarde:**

de Christus werd de geest van de aarde en wil nu op alle gebieden op aarde werkzaam worden. Overal worden voorzichtige pogingen gedaan om dat mogelijk te maken, bijvoorbeeld in de biologisch-dynamische landbouw, in de homeopathische of antroposofische gezondheidszorg, enzovoort.

#### **c) In de relaties van mensen tot elkaar:**

als we echt luisteren naar elkaar, elkaar respecteren en liefhebben, wordt de geest werkzaam tussen ons.

**Als dienaar van de Geest hebben we de opdracht om de werkzaamheid van de geest in onszelf, op aarde en tussen ons mogelijk te maken.**

# STICHTING 'DE HERAUT'



## AGENDA

Voor andere Thema-dagen van Hans Stolp  
georganiseerd door stichting 'De Heraut'  
zie

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

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

## Voor Inlichtingen en opgave voor een Thema-dag

Secretariaat Stichting De Heraut  
Uitstroom 1, 5345 RX, Oss  
Tel: 0412 644856  
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)**