



Walter de Zeeuw

De Moderne inwijdingsweg

Zeven fasen van spirituele groei en geestelijke
bewustzijnsontwikkeling

©2015 Walter de Zeeuw

Uit deze uitgave mag uitsluitend iets verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt worden na voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

De Moderne inwijdingsweg

Zeven fasen van spirituele groei en geestelijke
bewustzijnsontwikkeling

Inleiding

Wanneer we ons op het pad van onze spirituele en in het bijzonder onze geestelijke ontwikkeling begeven, doorlopen we verschillende stadia van innerlijke groei en bewustzijn. Het was Rudolf Steiner die, begin vorige eeuw, hierover vele nieuwe inzichten aanreikte. Juist nu, in onze tijd, leren we deze inzichten zo toe te passen, dat ze ons ondersteunen in het dagelijkse leven en onze bewustzijnsontwikkeling. Het proces van stap voor stap groeien in geestelijk bewustzijn, noemde Steiner 'de moderne inwijdingsweg'.

Inwijding is van alle tijden.

Altijd zocht de mens naar antwoorden op vragen als: wie is de mens, wie ben ik en waartoe zijn wij op aarde. Wie is het mysterie-mens, wat is de grotere kosmische of geestelijke wereld en in welke relatie sta tot die grotere wereld en hoe ben ik er deel van.

Zo is ook initiatie of inwijding, het ontwikkelen van een dieper én hoger bewustzijn door het werken aan jezelf en beproevingen, van alle tijden. Overal in alle culturen waren er (grote) groepen mensen op aarde, die streefden naar verlichting en één-wording met het 'Hogere of het Goddelijke'.

Oude mysteriën

Naast de algemene religies, bestonden er in de oude-tijd en -culturen ook zgn. mysterie- of inwijdingsscholen. We vinden die bijvoorbeeld in het oude India en het oude Egypte, rond de tempels en Piramiden. Maar ook dichterbij. Zo waren er aan het begin van onze jaartelling alleen al in Europa meer dan 1000 heilige inwijdingsplaatsen van de Mitrascultus. Andere bekende mysteriescholen zijn gevonden op Efeze, bij de Essenen en de Oer-christelijke en Gnostische mysteriescholen en later bij de Katharen en de Rozenkruizers. (Deze laatsten rekenen we al tot de moderne mysteriën).

Veel van wat zich voltrok op de mysteriescholen, de naam zegt het al, bleef geheim. Toch weten we uit de vele overleveringen en latere moderne onderzoeken, dat alles draaide om een geheim inwijdingsproces. De leerling-ingewijde, de myste genoemd, onderging een zeer intensieve scholing, o.a. in meditatietechnieken en vele zware

beproevingen, met als doel alle angst te overwinnen, de ziel te reinigen en haar krachten vrij te maken.

Doorstond de leerling de laatste en zwaarste beproevingen, dan kreeg hij of zij zijn/haar inwijding. De Hogepriester bracht de myste in de zogenaamde inwijdings- of doodsslaap en maakte de geestelijke lichamen los van het fysieke lichaam, dat 'als dood' bleef liggen. De losgemaakte geestelijke lichamen reisden geheel zelfstandig tot aan de hoogste werelden, tot ze daar het grote Goddelijke Licht ontmoetten. Na 3,5 dag haalde de Hogepriester de geestelijke lichamen van de myste weer terug en verbond deze weer met het fysieke. De myste ontwaakte als een herborene én ingewijde en begon aan het nieuw leven, een leven met het grote nieuwe Goddelijk bewustzijn dat hem was geschonken. Wie iets over de bijna dood-ervaringen (BDE) heeft gehoord of gelezen, zal hierin het nodige herkennen.

Einde aan de oude mysteriën

Echter die oude inwijding, was exclusief. Slechts voor een enkele uitverkorene was dit toegankelijk. Geleidelijk aan komt een einde aan die oude mysterie-inwijdingen, nadat er een nieuwe en alles bepalende evolutie opgang kwam waarmee de inwijdingsweg voor alle mensen bereikbaar wordt. Deze evolutie voor de ontwikkeling van de hele mensheid begon in het jaar 30, toen zich het onvoorstelbaar grote wonder bij de doop in de Jordaan voltrok. Bij die doop van de mens Jezus, voltrokken door Johannes de Doper, verbond de kosmische Geest van de Liefde, de Christusgeest, zich met de mens Jezus van Nazareth. Drie jaar lang leefde deze goddelijke Geest in deze zo bijzondere mens. Dan voltrekt zich drie jaar later een tweede groot wonder, dat we aanduiden met het mysterie van Golgotha. Door de kruisiging, gaat de Christusgeest door de dood heen en overwint deze, om zich vervolgens uit te storten in en om de aarde. De Christus verkiest de aarde als lichaam en vormt de aarde om tot de planeet van de Liefde.

Hiermee opende zij een heel nieuwe weg van geestelijke groei, die we 'de moderne inwijdingsweg' noemen. Een weg die voor iedereen, voor alle mensen van goede wil, openstaat en mogelijk is.

Moderne inwijding

De moderne inwijding is een innerlijke scholingsweg, die niet kant en klaar is, maar die we zelf 'begaanbaar' mogen leren maken. Wie hiervoor,

vanuit volkomen vrije wil kiest, krijgt bijna als vanzelf de juiste gebeurtenissen, kennis, inzichten, ontmoetingen aangereikt en levenslessen voorgelegd. Soms zijn het mooie lessen van inzicht en verwondering. Op andere momenten zijn het pijnlijke lessen met verlies of verdriet. Soms vragen de lessen ons om door moeizame, zoals karmische thema's heen te werken en leren loslaten. In onze tijd behoeven we hiervoor geen mysterieschool meer te bezoeken; het leven legt ons de juiste scholing en lessen voor, ons aardse leven is de inwijdingsschool geworden.

Maar er is, net als in de oude-tijd wel moed, vertrouwen en doorzettingsvermogen nodig, om die moderne inwijdingsweg te gaan. Ze laat zich niet uitsluitend ontdekken door studeren en willen begrijpen. Het zelf begaanbaar maken van die weg, is vooral durven doorwerken en doorleven van de thema's en lessen die het leven ons aanreikt. Levenslessen die we soms ervaren als ware beproevingen die ons ook loutering brengen.

Maar wat wacht ons een ongekend grote levenswinst of oogst. We krijgen werkelijk antwoorden op de grote levensvragen, ontdekken de diepte van onze ziel en de in haar verborgen zielenkrachten. We leren ons met de diepste kern in onszelf te verbinden en ook in kwetsbaarheid met de ander, van hart tot hart. Ze schenkt ons het diep verlangde bewustzijn van het Hoger Zelf, de innerlijke bron van Liefde; 'Christus in ons'. We leren ons verbinden met de grotere geestelijke wereld, waarvan wij zelf deel uitmaken. In ons eigen hart en ziel openbaren zich, in volkomen vrijheid grote krachten van wijsheid en Liefde.

Zeven fasen van groei

Het wordt ons steeds duidelijker, dat we op die moderne inwijdingsweg zeven verschillende fasen kunnen onderscheiden, die we doorwerken. Soms stap voor stap, maar meestal gaan we er kriskras doorheen. Welke deze zeven fasen van de moderne inwijdingsweg zijn lees je hieronder:

1^e fase	Verkenning en het nieuwe denken
2^e fase	Verlichting en de inkeer
3^e fase	Transformatie van ego en zelf
4^e fase	Het Hoger Zelf wordt geboren
5^e fase	Verbinding met de engel en Michaël

6^e fase	De laatste drempel, de ontmoeting met het ego-wezen
7^e fase	De ontmoeting met Christus

Elke fase schenkt ons iets prachtigs en ontsluit poorten naar dat wat we eerder hooguit als een vermoeden of verlangen kenden, maar dat altijd onbereikbaar leek. Maar net als in de oude mysteriën, groeien we niet alleen door verwerven van kennis en inzichten, maar vooral door de beproevingen die het leven aan ons voorlegt, heen. Het is net als een kind dat leert lopen, het lukt alleen door regelmatig te vallen en nog vaker op te staan.

1^e fase: De verkenning en het nieuwe denken

Op enig moment komen er ‘vanzelf’ grote veranderingen, ingrijpende gebeurtenissen in ons leven. Gebeurtenissen die ons bij onszelf stil laten staan en ons voor de grote levensvragen stellen zoals: wie ben ik werkelijk, waartoe ben ik op aarde, wat betekent zingeving voor mij? Vaak ook groeit er onvrede met je huidige leven, in je werk, in relatie(s) of de wijze hoe je je leven vorm en inhoud hebt gegeven. In deze periode worden ook velen (voor het eerst) geconfronteerd met verlies, met ziekte, depressie of overspannenheid! Het grote zoeken begint. Voor de één betekent dit veel studeren, voor de ander spiritueel shoppen. Voor mensen die in hun jeugd al over spiritualiteit hebben gehoord, bijvoorbeeld in hun opvoeding of op een Vrijeschool, betekent het je opnieuw verdiepen.

Enkele kenmerkend van deze fase zijn:

- We gaan studeren, opzoek naar het verborgene in ons zelf, de andere ik
- Voor verdieping zoeken we boeken, zelfstudie, cursus, een workshop of lezingen
- Soms ook veel spiritueel shoppen, alles tegelijk, hoe meer hoe beter
- Je komt tot het inzicht ‘ik ben meer dan mijn ego’
- En er is meer dan alleen buitenkant
- Je interesse groeit voor de thema’s als ‘synchroniciteit, karma en reïncarnatie, leven na de dood en/of voor de meer Oosterse religies en/of de esoterische traditie

- Soms heb je een zgn. 'AH-erlebnis', de dingen die je bestudeert herken je in je eigen leven en vallen op hun plek
- Je ontdekt delen van je geestelijke zelf "ik ben lichaam en ziel"
- Je krijgt meer inzicht in wie je bent (verstandelijk)
- En dat voelt als 'een thuiskomen' of 'Ik heb het gevonden'
- Veelal 'maar voor even', waarna het zoeken gewoon weer verder gaat...

Rudolf Steiner noemt deze fase *de voorbereidingsfase, waarin we onze verstandsziel voeden.*

2^e fase:

De Verlichting, inkeer én stilte:

Rudolf Steiner: *In de voorbereidingsfase is het onze verstandsziel die veel van de wijsheid, over 'wie wij zijn, waar wij vandaan komen en naar op weg zijn', in zich opneemt. Het is een opnieuw herinneren (of herinnerlijken) van een oud weten van de ziel. Op een diepere laag voltrekt zich het eigenlijke werk: de stille weg van voorbereiding. Om wanneer de ziel hier rijp voor is, op een volkomen onverwachts moment, 'de verlichtingservaring' te mogen ontvangen.*

Iedereen beleeft die verlichtingservaring op een geheel eigen wijze. Mensen beschrijven dit als: "een moment van heelheid of onbeschrijfelijk warmte en Liefde van binnen. Of opgetild worden of opgenomen in een groot Licht, een lichtgestalte zien of het horen van een heldere Stem. Of een Stem die mij bij naam roept. Soms is er alleen maar een diepe stilte, één met alles, één met de kosmos of met God".

De één beleeft 'slechts' eenmalig zo'n intense ervaring, terwijl anderen in een korte tijd meerdere keren kleinere ervaringen achter elkaar meemaken. Weer anderen beschrijven het als 'een grote droom', zo helder als ware het overdag in het hier en nu.

Soms krijgen mensen 'de Verlichtingservaring' al veel vroeger in het leven en hebben het toen niet herkend of stopte het weg met de gedachten 'ik zal het met wel verbeeld hebben'.

Begin van de echte inwijding

Velen willen deze ‘intense en mooie ervaring’ vasthouden en verlangen terug naar dat ene moment van Licht, heelheid en vrede. Zo vertelde iemand mij: “ik dacht vanaf nu leef ik altijd in vrede en harmonie met mijzelf, alles en iedereen om mij heen. Ik probeerde het vast te houden en jaren verlangde ik terug naar dat ene grote moment. Nu weet ik, dat dat onmogelijk is. De herinnering is onuitwisbaar. Het veranderde werkelijk mijn leven, maar...

‘De Verlichting’ is het eerste grote ‘moment van ontwaken’, aangeraakt worden door de geest. Eenmaal een beetje bekomen, willen we ermee aan het werk ‘het in de wereld zetten’: helaas we struikelen al bij de eerste stappen. Het is de gehechtheid aan het ego dat ons belemmert. Rudolf Steiner zegt: *“na de voorbereiding, volgt de fase van de Verlichting, waarna het eigenlijke proces van inwijding begint”*.

De ‘echte’ inwijding begint bij ‘het niet langer buiten jezelf zoeken’, maar door inkeer, door ‘de weg naar binnen’ te vinden. Op zoek naar de diepte in de eigen ziel en wat daar in het verborgene leeft. Hierbij gaat het onder meer om:

- Stil leren worden
- Bewust gaan ervaren van de eigen rust, stilte en vrede
- Leren mediteren en je verbinden met het zielen-zelf
- De helende stilte in jezelf ontdekken

‘Ons innerlijke klooster’

In de oude mysteriën, was het in deze fase van ontwikkeling dat de leerling intern ging wonen op de mysterie-inwijdingsschool en later in een klooster. Daar leerde hij mediteren en/of bidden, ontdekte de innerlijk stilte en doorstond vele beproevingen.

In onze tijd moeten wij, te midden van de hectiek en chaos van het gewone leven, leren die innerlijke stilte in onszelf te vinden en leren mediteren., Daadwerkelijk rust en stilte als vanzelfsprekend deel van het dagelijks leven. Dus niet als een één keer in de week-oefening. Wij noemen dit ook wel ‘het bouwen van je eigen innerlijk klooster’; niet een fysieke plek, maar het vermogen om je onder alle omstandigheden even terugtrekken in je eigen stille plek. Velen ontdekken gelukkig ook hoeveel kracht en rust de natuur, een oud bos, de zee of de bergen hen hierin schenkt.

Nu we de weldaad gaan leren ervaren, wat 'rust en stilte' voor ons en onze ziel betekent, volgt direct al de eerste beproevingen: 'hoe wordt ik trouw aan mijn eigen behoefte en verlangen naar rust en stilte, terwijl de buitenwereld, mijn partner, familie, werk, etc. zo aan mij trekt'? Hoe vind ik een nieuwe balans tussen tijd voor de ander en tijd voor mezelf?

3^e fase :

Transformatie van ego naar Zelf

Ontdek de verborgen zielenkrachten.

Zuiveren van de ziel

Je bent op de weg naar binnen gekomen, steeds vaker ervaar je 'innerlijke stilte' en door het mediteren komen er veranderingen in jouw wezen.

Eerst nog voorzichtig, maar steeds duidelijker groeit een verlangen naar 'het andere of meerdere', van jou of wie jij bent! Ook groeit er het verlangen naar meer vrijheid en ruimte om het eigen leven inhoud en vorm te geven en je te onthechten aan vanzelfsprekende verwachtingen, gewoontes en automatismen (van jezelf en vanuit anderen).

En zonder nog precies te weten hoe en wat, voel je innerlijk; in mij wonen nog onbenutte mogelijkheden, ideeën en krachten'. Stapje voor stapje word je je bewust van wat we noemen 'de grote Ik- of zielenkrachten. Nu de innerlijke stilte komt, wil dat wat eerder onder de oppervlakte verborgen bleef, als vanzelf aan het licht komen.

Dit vormt de kern van de derde fase op de ontwikkelingsweg; de omvorming of transformatie van ego naar Zelf.

In ieder mens leven zielenkrachten, die lange tijd in het verborgene, veilig toegedekt liggen te wachten, tot de mens sterk genoeg is om ze zelf vrij te maken; ze vanuit de schaduw van ons bestaan naar het licht te brengen.

Dat vrijmaken doen we door ons ware zelf te leren kennen, door zelfkennis, moed en kwetsbaarheid en vooral eerlijk naar jezelf te leren kijken. En wat zien we dan? Dan zien we hoe ons ego met al haar slimme en handige truckjes en eigenschappen ons aardig in de greep heeft en ons leven bepaalt. We staan voor de grote opdracht het ego te overwinnen! Het is immers het ego dat, met al haar emoties van boosheid, teleurstelling, jalousie, driften en ook onze angsten, overtuigingen en hoogmoed, die zo bijzondere zielenkrachten 'verborgen houdt'.

Al in een vroeg stadium van het leven 'bouwden' we ons ego als een soort overlevingsmechanisme. Het hielp onszelf staande houden in het leven en zorgde voor een bepaalde ontwikkeling. Nu is er een nieuwe tijd aangebroken, dat we dit schaduwdeel van de ziel mogen leren zuiveren en helen. Want onder elk specifiek ego-aspect leeft een verborgen zielenkracht die aan het licht mag komen.

Een voorbeeld:

Veel mensen kennen 'de drang naar perfectionisme'. Zij zeggen dan over zichzelf: "ik ken mijzelf als een perfectionist; ik doe altijd heel erg mijn best om de dingen heel goed te doen en ben niet gauw tevreden. Ik heb eigenlijk altijd wel kritiek op anderen die de dingen niet goed genoeg doen in mijn ogen, maar het meest nog bekritiseer ik mezelf. Het liefst structureer ik alles zo, dat ik alles goed voor elkaar heb. Dan voel ik me niet zo onzeker en heb minder last van angst om fouten te maken (faalangstig). Ik wil de dingen ook altijd zeker weten. Als kind had ik hier veel last van, bv. op school".

Deze mens, zo midden in het leven, heeft nog geen zicht op welke kracht zij nu eigenlijk aan het beoefenen is. Deze typische aspecten die bij 'de perfectionist' behoren, zijn de ego-afspiegeling van de mens die een heel mooie zielenkracht probeert vrij te maken.

Deze kracht hebben wij genoemd "de kracht van Hervormen". De kracht die vrijkomt wanneer je meesterschap verwerft over deze ego-kanten van de ziel. Meesterschap betekent ook dat je de emoties en de innerlijke overtuigingen 'ik ben niet goed genoeg, dat kan ik toch niet en ik ben niet volmaakt', losgelaten en overwonnen hebt. Hoe vreemd het misschien klinkt, maar iedereen kan dat, mits je bereid bent heel eerlijk naar jezelf te leren kijken en je Zelf leert lief te hebben, met al haar gebreken en onvolmaaktheden.

'De kracht van hervormen' de zielenkracht die ons het vermogen geeft om elke dag je leven opnieuw of anders vorm te geven. Heb je daar wel eens bij stilgestaan? Dat die kracht in ons allen leeft. Het vermogen om de gebeurtenissen of stukken van jouw leven 'een heel andere vorm of inhoud te geven'. Dat kan in het groot zijn bv. over de keuzes van je werk, of de keuze om een tijd sabbatical te nemen, maar ook in het klein, om vandaag te stoppen met een bepaalde gewoonte of gedrag.

De zielenkracht van Hervormen, is één van de negen ik- of zielenkrachten. Hierover is nog veel meer te zeggen, maar ik beperk me tot het volgende. Het is de kracht die ons, mits we werkelijk stil zijn, inzicht geeft in de belangrijke waarden van jouw leven. En die jou vervolgens vraagt: 'gebruik mij, om ook daadwerkelijk vanuit die waarden te gaan leven'. Ik ben de zielenkracht die jou kan helpen, je leven zo vorm te geven, zo te 'hervormen' dat jij werkelijk kan leven vanuit jouw diepste waarden! (Zie verderop de Negen zielenkrachten).

Meesterschap over het ego...

Door het leren kennen van het ego, door eerlijk en kwetsbaar naar jezelf te leren kijken, het leren mediteren op specifieke vragen, worden we innerlijk bewust wat er aan het licht wil komen. En werken we aan het zo belangrijke transformatie proces van ego naar zelf. Zo gaan we de gehechtheid aan specifieke ego-overtuigingen loslaten en maken we ruimte voor de ontwikkeling van het bewustzijn van het Hoger Zelf (in de vierde fase).

Ego, Lucifer en Ahriman

Met ons ego kunnen we, zeker in de materie wereld, dingen vaak eenvoudig bereiken. Maar iedereen kent wel het verschijnsel, dat we ons in het ego een beetje verliezen of ontsporen; we denken, voelen en handelen anders dan we van onszelf verwachten of hadden voorgenomen. Bijvoorbeeld: we hadden ons voorgenomen nu eens niet zo boos te worden wanneer we ons weer zo onmachtig voelden!

Wat maakt dat ons ego vaak toch sterker is?

Op ons wezen, onze ziel en ego werken twee grote krachten in, te weten 'Lucifer en Ahriman'. Lucifer, de kracht aan de ene kant die ons o.a. (geestelijke) kennis en inzichten brengt en Ahriman, aan de andere, die ons de materie en zwaartekracht brengt.

Beide krachten, ook wel 'verleiders of verzoekers' genoemd, zijn deel van ons leven op aarde en we hoeven er niet bang voor te zijn. Hoe werken die krachten op ons in? Daar waar de ziel nog niet heel is, krijgen zij eenzijdig grip op het ego en gaan met ons 'aan de haal'.

Toen we nog onbewust waren, was er niets aan de hand, we merkten het niet op. Nu we echter groeien in bewustzijn, zien we steeds vaker hoe het ego meer opspeelt dan ons lief is. Het is de taak van Lucifer en Ahriman, om ons te laten inzien, hoe het ego ons voor de voeten loopt. Zij vergroten onze ego-trekjes een beetje uit.

Soms wordt het ons allemaal te veel en kiezen we ervoor om een beetje egoïstisch te zijn. “Ach, laat het allemaal maar zitten, zoek het allemaal maar uit ‘als ik maar gelukkig ben’ of we denken ‘ik weet het allemaal beter’ en voelen ons een beetje verheven boven de anderen”. De Luciferische krachten werken eenzijdig op ons in en maken ons hoogmoedig en plaatsen ons buiten de werkelijkheid.

Het kan ook zijn, dat we ons juist onzeker en bang voelen of twijfelen; Dan zijn het de Ahrimanische krachten die ons te pakken hebben en voelen we de angst. We sussen deze onrust door toevlucht te zoeken in ‘zekerheden buiten ons zelf, in materie, bezit, geld, opleidingen of relaties’. Of we rationaliseren alles met ons denken, maken ons zelf ongevoelig en verharderen van binnen.

Vrijheid & zelfstandigheid

In deze fase van ontwikkeling, word je je ook bewust welke karmische thema's, relaties en vraagstukken er 'spelen' in je leven. Lang niet altijd gemakkelijk en vaak zijn we er een langere tijd mee bezig, maar het onthechten aan de emotionele gebondenheid, schenkt ons waarlijk de zo verlangde innerlijke vrijheid en zelfstandigheid. Alleen zo, door werkelijk op eigen benen te leren staan, leren we trouw worden aan de eigen diepere zielsverlangens, plannen en/of roeping.

Negen zielenkrachten

Rudolf Steiner schrijft en spreekt geregeld over de drie grote Ik-krachten 'denken, voelen en willen'. In de afgelopen jaren zijn we tot een bijzonder inzicht gekomen: elk van de drie grote Ik-krachten, bestaat uit drie afzonderlijke zielenkrachten, die ook elk hun typische ego-afspiegeling kennen, zoals in het genoemde voorbeeld van 'de perfectionist'. Deze 3*3 zielenkrachten en hun ego-aspecten, zijn met een beetje gezonde inspanning en moed door ieder te herkennen en te ontwikkelen. Binnenkort zullen we meer publiceren over deze 3*3 zielenkrachten.

4^e fase:

De geboorte van het Hoger Zelf & zelfsturing

Weg van het midden

In de vorige fase werden we bewust van de eenzijdige inwerking van Lucifer, het egoïsme en de hoogmoed en aan de andere kant van Ahriman, de angst en verharding. Het zijn krachten die tegenover elkaar lijken te staan en polariseren. Door deze uitersten te leren kennen, werken we aan het genezen van het ego en het zuiveren van de ziel. We ontdekken iets bijzonders, er is 'een weg door het midden'. Een weg waarin we stevig met de aarde verbonden zijn (wat Ahriman ons aanreikt) en *tegelijk* met het geestelijke (wat Lucifer, de Lichtbrenger ons wil laten inzien). Door deze twee niet langer als tegengestelden te ervaren, verliezen zij de grip op het ego. Het lukt steeds beter om de weg van het midden, de weg van de Liefde, de Christusweg te gaan.

Door deze middenweg, vermindert de onzekerheid en de onrust in de ziel en groeit de gelijkmoedigheid. We voelen het geregeld 'stromen in het leven' en ons innerlijk sterker worden. En de eerder nog verborgen zielenkrachten manifesteren zich steeds regelmatig. We maken de overgang naar de vierde fase op onze scholingsweg.

Bron gaat open

En dan op enig moment, tijdens meditatie of een andere stil moment, groeit er een bijzonder inzicht, een voelend innerlijk zeker weten: 'ik ben meer dan mijn lichaam en ziel, er is iets hoger, iets groters' in mij. En dit grotere of hogere is niet buiten mij, maar juist in mij. Dat grotere of hogere dat ben ik, dat is wie ik echt ben, Ik Ben!

We noemen deze fase daarom ook 'de geboorte van het Hoger Zelf', het diepe besef dat je meer bent dan je lichaam en ziel. Het is het bewust worden van het geestelijke in jou, je ware Ik of Hoger Zelf. Er zijn vele namen voor: goddelijke Vonk, innerlijke Bron, Boeddhanatuur, de Geest, echte Zelf of de Christus in ons.

We noemen dit ook wel 'onze 2^e geboorte'. De eerste keer werden we geboren in het fysieke lichaam, de 2^e keer wordt 'de Geest in ons' geboren. Jij maakte dit mogelijk, door het leren kennen van en het stevige werken aan je zelf; de loutering en heling van het ego en zuiveren van de

ziel. In de Bijbel vinden we dit ook terug; in een bijzonder gesprek tussen de farizeeër Nicodemus en Jezus Christus: “Als iemand niet van boven her-boren wordt, kan hij het rijk Gods niet zien” (Johannes 3:4). Geboren of herboren worden betekent: het bewust worden van de Geest of het Hoger Zelf, die wij ten diepste zijn.

We spreken om nog een andere reden over ‘de 2^e geboorte’. Velen ervaren deze fase als een ware bevalling, met alle barensweeën van dien. Waarom is dat? Door omvorming van het ego naar zelf, maken we ons los van vele schijn-zekerheden, van materie, bezit en soms ook van relaties. We maken ons los van die ‘oude’ buitenkant gehechtheden. Dit gaat natuurlijk niet zonder slag of stoot; we komen ons ‘onzekere kleine ik’ geregeld tegen. Deze fase vraagt ook van ons om vrij te worden van oordelen. En de ander, maar vooral ook jezelf lief te hebben, met al het moois en ook al het onvolmaakts in je.

Misschien ten overvloede, al deze verlangens en ontwikkelingen komen niet van buiten naar ons toe, maar openbaren zich vanuit onze ziel. De ziel kent ons diepere levensplan en -doel.

Van hoofd naar hart!

Zo groeit het bewustzijn van het Hoger Zelf dat zich als de innerlijke bron van liefde en wijsheid aan jou openbaart. Geregeld ben je diep ontroerd: ‘dit ben Ik echt’ en voel je de verwondering over het mysterie van het leven.

Soms ook onwennig, zo nieuw en anders, als een pas geboren kind, jong en kwetsbaar, opnieuw leren leven met je Zelf. Stille verlangens komen vanuit de ziel aan de oppervlakte, nu het ego geleidelijk naar de achtergrond raakt. Er komt ruimte voor nieuwe keuzes, keuzes vanuit jouw eigen hart en ziel.

Meditatie

Ook je meditatie veranderen, ze worden intensiever en je leert op ‘vragen mediteren’ en je ontdekt tot welke ongekende inzichten en mogelijkheden je dat brengt.

Zelfsturing

In deze fase ontdekken we ook, hoe we de grote Ik- of zielenkrachten onder de leiding brengen van het Hoger Zelf. Niet langer worden je denken, voelen en willen bepaald door de automatismen van het ego. Stapje voor stapje wordt jij zelf de stuurman van je denken, voelen en willen. Je leert deze krachten nu afzonderlijk beter kennen. Het is nog niet altijd even eenvoudig om ze weer te laten samenwerken. Innerlijk groeit wel het vermogen om je diepere verlangens daadwerkelijk vorm te geven. Geregeld ervaar je al iets van dat je de 'regievoerder' van je eigen leven wordt; een nieuwe zelfsturing en op-je-Zelf-vertrouwen dienen zich aan.

5^e fase:

De verbinding met de geestelijk wereld

In alle bescheidenheid groeit het bewustzijn; 'ik ben zelf een geestelijk wezen in een aards, fysieklichaam'. Eenvoudig gezegd: mijn fysieke lichaam, draagt mijn ziel, is de tempel van de ziel. En mijn ziel draagt het Hoger Zelf.

Ondanks al het mooie dat je toevallt, ervaren velen deze periode als een heel eenzame tijd; "ik kan het met niemand delen, ik sta er zo vaak helemaal alleen voor".

Ja, een lange tijd ervaren we dat we er alleen voor staan, totdat ons een nieuw en groter inzicht ten deel valt; 'ik maak, als geestelijk wezen op aarde, tegelijk deel uit van een veel grotere geestelijke wereld. Mijn geest, het Hoger Zelf maakt deel uit van die grotere wereld.

Dit valt ons ten deel in de vijfde fase.

De moderne inwijdingsweg en het esoterisch Christendom schenken ons de inzichten, dat wij werkelijk één zijn met die grotere geestelijke wereld. Dat wij aards zijn met een fysieklichaam, en dat we meerdere geestelijke lichamen hebben (het etherisch of levenslichaam, het astraallichaam of ziel en het Hoger Zelf, het Ik).

Door de Antroposofie van Rudolf Steiner, reikt hij ons vele inzichten en ontwikkelingen aan, die ons in staat stellen ons blijvend te verbinden met die grotere werelden. Niet alleen als een inzicht, maar waarneembaar, voelbaar als een nieuwe leefbare realiteit.

In deze fase groeit ieders bewustzijn, dat het geestelijke net zo'n werkelijkheid is als het aardse. Dat het één niet beter is dan het ander,

maar dat het doel is deze twee in ons eigen wezen te verenigen. Dat wij burgers zijn van twee werelden en het onze opgave is hemel en aarde te verbinden, opdat we de hemel op aarde brengen.

Dit bewustzijn krijgt een stevige impuls door de ontmoeting en de verbinding met de engelen en onze eigen (bescherm) engel. Engelen zijn voor ons allemaal heldervoelend, -ziend en/of -horend waar te nemen. Je hoeft niet in hen te geloven, maar wel is het nodig je twijfel over hun bestaan om te vormen tot verwondering en de ontkenning over hun bestaan volledig los te laten. Zo, door je weer te leren verwonderen, verwonderen met de onbevangingheid van een kind, word je weer gevoelig voor hun aanwezigheid.

En wees ook niet bang om je engel te ontmoeten. Wie voor het eerst zijn of haar engel ontmoet is onder de indruk van het grootse dat zij is. Maar de engel zal er altijd bijzeggen: wees niet bevreesd, wees niet bang. Zo leren we in deze fase daadwerkelijk samenleven én -werken met deze lichtwezens van louter liefde. Het alleen en eenzaam voelen, maakt plaats voor een warme verbondenheid en directe nabijheid van onze engel, onze geestelijke broeder of zuster. Zij opent vele nieuwe perspectieven op onze weg van geestelijk en aards groeien. Zij kent ons beter dan wie dan ook, zij weet waar we door heen moeten en bewaart onze levensopdracht tot het tijd is deze aan ons te openbaren. Onvoorwaardelijk is zij in al haar steun, liefde, inspiratie, zorg en medeleven.

Zij wacht, met engelengeduld tot wij haar Zelf vragen.

Door bijvoorbeeld in je meditatie of voor het slapen gaan, je vragen voor te leggen aan je engel en opmerkzaam te zijn in de dagen erna, welke antwoorden er op je pad komen, versterken we het samenwerken met dit bijzondere lichtwezen.

Onze engel doet nog meer. Door haar bemiddelende rol, verbindt zij ons met de hogere geestelijke werelden zoals de aartsengelen en in het bijzonder met Michaël, de grote engel die de mensheidsontwikkeling in deze zo spannende tijd begeleidt.

Ook in deze fase gaat het leren om je Ik-krachten te plaatsen onder de leiding van je Hoger Zelf gestaag door. Het is, zoals we eerder al beschreven, werkelijk opnieuw leren leven met je echte Ik, je ware Zelf. Maar wat een grote vreugde, wanneer het je steeds beter lukt, om je

eigen verlangens ook werkelijk te leven. Positieve veranderingen treden op in het contact en de omgang met je relaties en wanneer je ook in je werk werkelijk jezelf kunt zijn. Je gaat zien dat nieuwe mogelijkheden en creatieve ontwikkelingen zich aandienen en je Zelfvertrouwen groeit.

Aartsengel Michaël

De verbinding met de hogere geestelijke wereld en de engelen laat zich niet zomaar even aanleren, ook al wordt dat soms beloofd in menig 'snelle engelen cursus'. Het is de oogst van het zuiveren en rijpen van de ziel. Een grote hulp, bemoediging en inspiratie wacht op ons, tot wij ons hart weer openen voor de engelen.

De grote aartsengel Michaël bemoedigt ons om werkelijk in vrijheid te leren leven en anderen van hart tot hart te leren ontmoeten door afscheid te nemen van gebondenheden die ons onvrij maken en oppervlakkigheden los te laten.

Hij brengt het donker in onze samenleving, zoals de haat tussen bepaalde bevolkingsgroepen en religies aan het licht. En ook dat wat niet zuiver is in de politiek, in de organisatie van de samenleving, in bedrijven en instellingen. En wat dichterbij: het niet-hele of onzuivere in onze eigen relaties en in ons denken, eigen hart en ziel. Hoe confronterend dat soms ook is, alles dat gezuiverd mag worden, brengt Michaël in deze tijd aan het licht en bereidt ons voor op het grote Licht en de Liefde van Christus Zelf.

Michaël laat ons, net als alle andere engelen, volkomen vrij tot wij hem zelf toenaderen. Alleen door vanuit ware vrijheid te leren leven, bereiden we ons voor op de volgende fasen en de ontmoeting met Christus en met God. Michaël inspireert ons onafgebroken, maar wacht tot wij hem zelf vragen.

6^e fase:

Op de laatste drempel

Ontmoeting met het ego-wezen

In de vorige fase is een sterk vertrouwen in de aanwezigheid van de bovenzinnelijke of geestelijke wereld gegroeid. Door de inzichten die je ontving en door je eigen ervaringen, ben je je bewust geworden dat de

geestelijke wereld jou en anderen helpt. Waar je toeval ziet of synchroniciteit, weet je; hier zijn geestelijke wezens aan het werk. En ook is het contact met je eigen engel gegroeid, zij is je nabij, ze inspireert, draagt en steunt je. En ook ontdekte je, dat je engel niet alleen is, maar dat Michaël achter haar staat. Dat door jouw engel heen, het Michaël is die jou aanmoedigt en de kracht geeft door je stevige levensthema's en karmische lessen heen te groeien en door deze los te laten je je eigen ziel zuivert en sterkt. Je weet je werkelijk gedragen en voelt je geregeld vrij van de twijfel. Ja, God bestaat.

Vaak mogen we een tijdlang in deze bijzondere fase groeien en bloeien.

Nog één drempel

Tot we aankomen bij de volgende belangrijke fase. Deze is, net als de laatste fase van de moderne inwijding, niet zo eenvoudig te beschrijven omdat iedereen deze op zo'n heel eigen wijze kan ervaren. Maar de grote lijn is deze:

Op een onverwacht stil moment, staat daar een heel ander wezen voor je. Vaak schrikken mensen bij het zien van dit wezen, ook al kennen ze het wel, het doet zo donker aan.

Dit wezen brengt ons vaak volledig aan het twijfelen aan wat je hiervoor hebt mogen ontdekken en ervaren. Rudolf Steiner noemt deze ervaring: 'de kleine wachter op de drempel'; voor ons staat jouw eigen ego-wezen.

Het ego is zeker niet een soort 'bedenksel', zoals sommige 'snelle spirituele scholen' ons voorhouden, zij zeggen: 'het ego is iets dat jij zelf hebt bedacht, dus als je het nu loslaat, ben je voor eeuwig verlicht'. Deze zienswijze wil ik betitelen als een typisch eenzijdig Luciferische kijk. Het ego is een waarlijk wezen, dat al velen levens geleden (in de tijd van Lemurië), met ons is geschapen. Het schonk ons het vermogen om, ondanks dat we nog niet compleet waren, ons te handhaven op aarde. Het ego is een gevolg van de inwerking van Lucifer en Ahriman op de ziel. Zij hebben ervoor gezorgd, dat wij nu een 'individualiteit' zijn geworden. Echter al hielp het ego ons overleven, tegelijkertijd verbergt het nog een belangrijk deel van onze zielenkrachten, waardoor we vaak nog zo twijfelen. We hebben dus slechts een deel van onze zielenkrachten beschikbaar, dat maakt ons zo onzeker en krijgt de angst ons in zijn greep.

Nu je in de afgelopen periode zo sterk gegroeid bent, is de laatste grote fase aangebroken, 'de ontmoeting met het ego-wezen'. Die ontmoeting wordt door een ieder weer op een volkomen eigen wijze beleefd. Mensen die dit meemaakten vertellen: "ik schrok vreselijk, ben ik dit? Is dat lelijke, ook ik? Het is eigenlijk zo bekend, maar ook zo vreselijk donker, het is het donkere deel van mij!" Bekomen van de eerste schrik, weet iedereen wat hem/haar te doen staat. Hun hart (lees hun Hoger Zelf) weet dat: het is alsof ze het ego horen vragen: "wil je als laatste belangrijke stap, mij van mijn donker verlossen. Wil je mij leren liefhebben, naar het Licht brengen en mij zo helen.

Maar zo verbonden met ons eigen donkere Ik, voelen we tegelijkertijd opnieuw, nu komt het erop aan, nu sta ik er echt helemaal alleen voor. Zo met het duister van mijn astrale Ik verbonden, is de hulp van de geestelijke wereld ver weg. Waar dit in de vorige fase zo vanzelfsprekend dichtbij was, voel je je nu verlaten. Rudolf Steiner zegt: 'het is de grote beproeving. Nu komt het er echt op aan, of je diep van binnen blijft vertrouwen op die grote hulp van de bovenzinnelijke wereld. Ook al voel je volkomen afgescheiden, blijf je dan toch diep vertrouwen: De geestelijke wereld, de engelen, Michaël, Christus ze zijn mij allen nabij.

Het is de fase waarin je het met jezelf moet leren uithouden, met alles wat van jou is, het moois en het onvolmaakte, het lelijks. Liefdevol met jezelf uithouden en blijven vertrouwen, in een weten, dit is de laatste grote drempel die ik overga.

We worden beproefd in jezelf werkelijk lief kunnen hebben. Vrij te worden van elke veroordeling, in een diep weten, God schiep mijn tot zijn beeld. Ik ben nu nog niet volmaakt, maar alles wat er nu van mij is, 'is de mens in wording' zoals God dat met mij voorheeft. Wie ben ik dan om dit te veroordelen. Alleen liefhebben van het moois én het lelijks in mij, met al mijn kwetsbare kracht, is wat mij verder zal brengen.

Het zal je duidelijk zijn: de laatste drempel, de ontmoeting met het ego-wezen is voor velen een zware beproeving. Het is wat genoemd wordt 'de donkere nacht van de ziel'. Maar wees gerust, deze beproeving treedt ons pas tegemoet wanneer de liefde die in ons hart is ontwaakt, sterker is dan het donker van het ego.

En natuurlijk, ook dit is weer een daad, waartoe wij in vrijheid mogen besluiten.

Maar wat een stroom van genade en zegen valt ons toe, wanneer we zelf ontdekken, wat er met het ego gebeurt, wanneer we haar werkelijk aandacht, warmte en liefde schenken en leren het onvolmaakte in onszelf lief te hebben. Het is de grote opmaat naar de laatste fase.

7^e fase:

De ontmoeting met Christus

Over de grote drempel

Lukt het je om het met jezelf in liefde uit te houden. Heb je 'de kleine wachter', het ego-wezen leren aanvaarden, met alle nukken en escapades. Het wezen dat, zoveel op ons lijkt, dat het ook wel onze dubbelganger of personae wordt genoemd.

Eerder in ons leven, mogelijk recent nog, ontkenden we het geregeld of schaamde ons ervoor, door wanneer er weer iets misging, te zeggen: "O, sorry zo ben ik nu eenmaal, kan er ook niets aan doen". Of: "O, sorry, daarin ben ik zo onhandig". Eigenlijk zeggen we dan: "sorry voor mijn ego".

In de vorige fasen werden we ons bewust van de bijzondere rol en het belangrijke werk van het ego voor de ontwikkeling van heel ons wezen. Zo groeide het inzicht dat je het volledig zal moeten accepteren en aanvaarden; het werkelijk omarmen en met al je aandacht en liefde bekleden. Zo kan het ego helen en genezen en wordt het werkelijk rustig en stil.

Door dit proces bereiden we onze geestelijke lichamen, in het bijzonder het etherisch lichaam, voor op de volgende fase. Op deze wijze maken we het etherisch lichaam los uit het fysieke lichaam (zonder te gaan zweven). Dan kan ons op enig moment dat toevallen, het grote wonder, dat steeds meer mensen in onze tijd mogen beleven: de ontmoeting met Christus. Door het lossere etherisch lichaam, ontmoeten we Christus in de etherische wereld, de etherische laag om de aarde.

Deze ontmoeting is zo intens, zo ontroerend en soms zo groot, dat ze zich niet eenvoudig laat beschrijven, onze taal en woorden zijn ontoereikend

om dit werkelijk goed weer te geven. Mensen die dit kennen, vertellen dat er niets mooiers en groters in hun leven is (geweest) dan deze ontmoeting met Christus; de ontmoeting die hun leven voor altijd veranderde.

Wie zijn/haar eigen engel heeft leren kennen, weet 'zij die mij zo nabij is, mij altijd helpt, inspireert en tegelijk volkomen vrijlaat, zij is een bijzonder goddelijk wezen. Onvoorwaardelijk schenkt zij al haar liefde aan mij en zelfs als ik niet aan haar denkt, haar vergeet, zij is er altijd voor mij. De engel schenkt haar liefde aan ons alleen, voor onze eigen geestelijke groei en bewustzijnsontwikkeling.

In de ontmoeting met Christus ervaren we iets veel groters; de Liefde die Hij ons in hart legt, is niet voor ons alleen, niet voor ons eigen geluk. Christus, als het wezen en de bron van Kosmische Liefde, schenkt ons Zijn Liefde voor heel de mensheid. Dit maakt de ontmoeting met Christus tot zo'n alles bepalende ontmoeting.

Wie iets van die grote Liefde in het eigen hart en ziel heeft ervaren, wordt voor altijd een ander mens. Het is een Liefde zoveel groter dan welke liefde de mens op aarde maar kan ervaren. En in deze onuitwisbare indruk ervaart de mens 'ik heb deel aan de Liefde van Christus, ik ben een deel van Zijn Liefde';

'Hij leeft in mij en ik in Hem'.

Stromende Liefde

Innerlijk voltrekt zich nog een grote gebeurtenis, met ons gewone denken nauwelijks te bevatten; vanaf de eerste ontmoeting met Christus weet de ziel 'er bestaat geen dood, ik ben eeuwig, ik leef voor altijd en eeuwig'. En zo wordt ook je levensopdracht hier op aarde duidelijk: 'het doel van mijn bestaan is, om de Liefde die Hij in mijn hart legt, uit te laten stromen naar iedereen, naar alles dat groeit, dat leeft en Liefde nodig heeft. En door zo zijn Liefde en wijsheid te laten stromen, zal zij zich ook in mij vermeerderen en ook mijn hele wezen helen, genezen en omvormen tot de ware mens, tot de mens naar Zijn beeld en gelijkenis.

Hoe wij Christus ontmoeten, ervaart ieder weer op haar of zijn eigen wijze. De één ziet of ontmoet Zijn liefdevolle ogen en gezicht, de ander hoort Zijn stem. Weer een ander aanschouwt de grote Lichtgestalte van

Christus. Anderen nemen Hem waar als de mens Jezus. Maar hoe verschillend we die ontmoeting ook ervaren, het kenmerkt zich door 'het was zo intens, zo groots en in alles weet ik Hij is de Christus'.

In het boek "Wegen naar Christus", lezen we hoe Rudolf Steiner, ruim 100 jaar geleden aangaf hoe belangrijk het is om 'de moderne inwijdingsweg' begaanbaar te maken als voorbereiding op de ontmoeting met Christus. Maar in dit zelfde boek voorspelt hij ook, dat er mensen zullen zijn, die net als 'Paulus bij Damascus' in de Bijbel, een onverwachte en spontane Christuservaring zullen hebben.

Opnieuw leren leven

Het zal je duidelijk zijn, dat je na deze ervaringen niet zomaar gewoon verder gaat met je leven. De gevolgen van de ontmoeting met Christus, is in zekere mate te vergelijken met de vele verhalen, die bekend zijn van de Bijna Dood Ervaring (BDE); wanneer mensen, veelal aan het eind van de donkere tunnel, het grote Licht gewaar worden.

Na deze gebeurtenis, hebben zij een flinke tijd (aantal jaren) nodig, om het nieuwe leven-na-deze-ervaring, weer op te pakken en opnieuw vorm te geven. De ontmoeting met Christus betekent veelal ook het opnieuw leren leven, met het grootse in je hart. Je bent als de mens, in de oude mysterie-tijd 'een opnieuw geborene', die weer stap voor stap het leven zelf vorm mag geven.

Krijgt iedereen deze ervaring? Ja, zegt Rudolf Steiner: "wie de moderne inwijdingsweg gaat, wie zich voorbereidt, zal in dit leven of in het leven na dit aardse leven, in de geestelijke wereld, Christus mogen ontmoeten".

Kan je meevoelen, door dit alles in jezelf op te nemen, dat er dan zo'n diepe stille dankbaarheid in jezelf opwelt. Dankbaarheid voor het leven en deelgenoot te zijn aan dit mysterie, maar nu bevrijd van angst en onzekerheid. In een groeiend vertrouwen én vermogen om Zijn Liefde en wijsheid op een bij jouw passende wijze in de wereld te brengen.

Enkele bijzonderheden over de moderne inwijdingsweg

Geen marsroute

De zeven fasen hebben we wat 'schematisch' beschreven, alsof we ze stap voor stap van één tot zeven afleggen. In werkelijkheid gaan we kriskras door die fasen heen. Door de afzonderlijke fasen beter te leren (her)kennen, verlossen we onszelf van die alsmaar optredende verwarring en het gevoel dat er geen vordering is. We horen zo vaak mensen zeggen: "het is alsof ik helemaal niet verder kom op mijn pad van geestelijke groei, telkens val ik weer terug, het schiet niet op". De zeven fasen geven ons het inzicht, dat het juist is dat we af en toe weer terug stappen in voorgaande fasen, om op een diepere zielen-laag te groeien en daar met innerlijke winst weer uit te komen. Op afwisselende momenten in je (verdere) leven, ga je geregeld weer opnieuw door de verschillende fasen van inwijding.

De overgangen

Iedere afzonderlijke fase brengt ons nieuwe inzichten en bewustzijn. Je zou elke fase als een volgende etappe naar een hoger platform kunnen zien, zoals we dat ook in de bergsport kennen. De klimmers verplaatsen zich van het ene basiskamp naar het volgende op grotere hoogte. Het lagere kamp is de voorbereiding om straks op het hoger gelegen kamp te kunnen verblijven. Het zwaarste deel van de tocht is het klimmen zelf tussen de kampen in. Zo is het ook met de fasen van inwijding. Zowel innerlijk als in de buitenwereld waarneembaar, voltrekken zich veranderingen. Hieronder in het kort iets over die overgangen, (die uiteraard ieder op eigen wijze in het dagelijks leven zelf invult).

Overgang van de 2^e naar de 3^e fase:

Kan je invoelen hoe groot het verschil is in energie tussen deze fasen? De 2^e fase gaat over 'inkeer en de stilte in jezelf vinden' en de 3^e fase over het actieve werken aan het transformeren van ego naar zielenzelf. Dit vraagt om een heel doelgerichte keuze: "ja, ik ga ervoor". Ja, ik verlang en ik wil die omvorming zelf ter hand nemen. Een keuze die je in de loop van je verdere ontwikkeling nog geregeld tegen zal komen. Het gaan van de moderne inwijdingsweg, volstaat niet bij één keer die keuze maken, maar vraagt telkens opnieuw "Ja, ik ga ervoor". Zo leer je zelf heel doelgericht richting geven aan je leven.

Tussen de 3^e en de 4^e fase:

In de overgang ontdekken we zelf, we gaan het vanzelf voelen, waar we nog vastzitten aan teveel ego-gebondenheid, aan materie en zekerheden. Het zijn deze gehechtheden aan het buitenkant-leven, die ons belemmeren in onze verdere ontwikkeling. Soms gaat het over ons bezit, ons werk, inkomen, hypotheek of zekerheid voor later het pensioen. Soms ook over relaties, bijvoorbeeld een familie-, kinder- of partner-relatie, wanneer we ons bewust worden dat we die relaties als 'ons bezit' zijn gaan zien. Of wanneer we merken dat de ander ons als 'bezit' beschouwt en ons geen werkelijke vrije keuze laat. En zo lang wij iets als 'bezit' beschouwen, is er altijd ongelijkwaardigheid of afhankelijkheid. Het bewustzijn van het Hoger Zelf kan pas geboren worden, wanneer we niet langer afhankelijk zijn van uiterlijke zekerheden en bezit.

Tussen de 4^e en de 5^e fase:

In samenhang met deze twee fasen, vinden verschillende omvormingen plaats. De ene omvorming is die van de grote Ik-krachten. De Ik-krachten verliezen hun automatismen en gewoontes. Het ego heeft niet langer de leiding en de dingen gebeuren niet langer meer vanzelf. We ontdekken ook, dat bepaalde Ik-krachten sterker zijn en andere zwakker. Zo is bij de ene mens het denken meer ontwikkeld en bij de ander het voelen of het willen. In deze periode leren we, door de dagelijkse levenslessen, die Ik-krachten gelijk aan elkaar te maken. Om ze daarna onder leiding te plaatsen van het Hoger Zelf. Wat ik hier beschrijf in een paar zinnen, is in het dagelijkse leven het werk van enkele maanden tot wel een jaar of langer. In het boekje 'het zesvoudig pad' van Joop van Dam, vinden we de nodige aanwijzingen om die Ik-krachten in gelijkwaardigheid te beoefenen.

In deze overgang voltrekt zich nog een tweede omvorming, die 'van angst naar vertrouwen'. Zolang we stevig in het ego leven, hebben we niet zoveel last van angst. Maar nu we onszelf beter kennen, wordt duidelijk 'hoe angst ons leven nog geregeld beheerst' en waar we nog innerlijk werk te doen hebben. Het laat zich echter niet door de ene of andere therapie oplossen, we zullen deze angst 'zelf in de ogen moeten leren kijken' en overwinnen.

Depressie en burn-out

Gezondheids- en psychische klachten

Veel mensen die werken aan hun spirituele ontwikkeling, kampen met klachten als chronische vermoeidheid, onrust, overspannenheid, burn-out of depressie. Dit hangt samen met de innerlijke groei en ontwikkeling waarin op enig moment, veelal onvermijdelijk, een onbalans optreedt. Zo is ook bij ons de laatste jaren het inzicht gegroeid, hetgeen ook door Antroposofische artsen wordt herkend, dat er sprake kan zijn van een onvoldoende aarding en gronding (een verwaarloosd wortelchakra) en een verstoorde samenwerking van de drie grote Ik-krachten 'denken, voelen en willen'. Iemand raakt daardoor dan 'vast' (gevangen) of in eenzijdig denken (overspannenheid) of een eenzijdig voelen (beleeft haar gevoelens als chaos) of in een eenzijdig willen (je wilt of gaat te hard, wat op de lange duur leidt tot burn-out).

Rudolf Steiner benadrukt, dat het uiteenvallen van de automatische samenwerking van de drie Ik-krachten, lees de ego-automatismen, onvermijdelijk is; alleen zo zullen we leren om die ego Ik-krachten om te vormen tot zuivere Ik-krachten.

Hierover bestaat helaas nog veel onwetendheid, ook onder artsen en psychologen. Nogal eens leidt dit tot langdurige gezondheidsproblemen, gebrek aan levensvreugde, kracht en energie. Houden deze klachten lange tijd aan, dan leidt dit vaak tot (gevoelens van) depressie of burn-out.

Weer gezond worden!

Door voldoende beweging, een gezonde balans aan te leren tussen in- en ontspanning, veel de natuur in te trekken, gezonde biologische voeding en op de juiste wijze mediteren (met primair aandacht voor aarden en gronden), komen velen uit dit soms uitzichtloze dal. We geven dit proces een stevige impuls, door te ontdekken, hoe we de drie grote Ik-krachten in een hernieuwde en gezonde balans met elkaar laten samenwerken. Zo vonden velen in de afgelopen jaren de weg naar herstel, ook na een langdurige periode van depressies, overspannenheid of burn-out.

Over gezondheid en het ziek (mogen) zijn is nog veel meer te zeggen. We zullen in de nabije toekomst op een nieuwe wijze met deze thema's moeten leren omgaan. Wil je hier meer over weten kijk dan op de website van de Nederlandse vereniging voor antroposofische artsen

<http://nvaa.nl/geneeskunde/achtergronden/>

Roeping en verlangen

Velen zijn in onze tijd zoekende naar 'waartoe ben ik op een aarde' en 'wat is mijn roeping'. Iedereen kan, mits je geduldig bent, de antwoorden op deze grote levensvragen vinden. Maar veelal pas dan, wanneer je werkelijk een vrij-mens bent geworden, onafhankelijk en op eigen benen staat. En daarmee innerlijk de voorwaarden hebt verworven om trouw te zijn aan je eigen diepere verlangens en dat wat in je hart leeft. Dit is één van de kernthema's in beide jaarprogramma's in ons centrum.

Het jaarprogramma: 'de zeven fasen tot leven brengen'

Al een aantal jaren geven wij workshops en opleidingen rondom het thema: 'Mijn leven als de moderne inwijdingsweg'. Daarin staan zeven fasen van innerlijke ontwikkeling centraal.

In dit boekje hebben we geprobeerd deze fasen zo beeldend en invoelend mogelijk weer te geven; we hopen natuurlijk dat je één of meerdere fasen herkent in de weg die jij zelf gaat.

We hebben gepoogd om per fasen, de meer universele thema's die we innerlijk doorwerken, weer te geven. Maar natuurlijk in het besef 'de moderne inwijdingsweg' een individuele geestelijk/aardse scholingsroute, die ieder op zijn of haar eigenwijze doorwerkt, doorleeft en haar geestelijke winst op behaalt.

In het genoemde jaarprogramma behandelen we deze fasen uitvoerig en brengen we met elkaar die verschillende fasen tot leven. Opdat een ieder deze leert herkennen in zichzelf, verdiept en verder tot leven en ontwikkeling brengt. Ieder op zijn of haar eigen tempo, met zijn of haar eigen levensthema's als 'scholingsweg'.

Wil je meer weten, heb je vragen of belangstelling, neem dan gerust contact met ons op.

Geraadpleegde bronnen:

Wegen naar Christus, Rudolf Steiner

Weg tot inzichten in hogere werelden, Rudolf Steiner

Oude en nieuwe mysteriën Bastiaan Baan

Verschillende lezingen, Hans Stolp

De moderne inwijdingsweg & Christus in ons, Hans Stolp

Het zesvoudige pad, Joop van Dam

De vele ervaringen die mensen mij hebben toevertrouwt en ook mijn eigen levenservaringen op deze zo bijzondere weg.

Steun ons werk

Deel dit boekje (in z'n geheel) met andere belangstellenden.

Ook met een vrijwillige bijdrage help je ons werk verder uit te bouwen.

Stort op NL38ASNB0708604005
t.n.v. W. de Zeeuw ovv Gift

Hartelijk dank



Walter de Zeeuw,
De Innerlijke Werkplaats
spirituele ontwikkeling | geestelijk bewustzijn | menswording
Lezingen | workshops | opleidingen | individuele begeleiding

Fré Cohenstraat 6
7425RL Deventer
0570-652505
www.walterdezeeuw.nl
info@walterdezeeuw.nl