

Michiel Rietveld

Inzicht in de mens

*Voeding voor de ziel*



cichorei

Rietveld, Michiel

Voeding voor de ziel. Inzicht in de mens / Michiel Rietveld –  
Amsterdam: Cichorei, Adrichemstraat 24, 1013 DS Amsterdam

ISBN 978 90 834865 4 3

NUR 743

Omslagontwerp en tekeningen: Stip.nl, Driebergen

Redactie en zetwerk: Henk Pel

Layout: Jaap Verheij

© 2025, Michiel Rietveld

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden  
verveelvoudigd en/of openbaargemaakt, in enige vorm of op enige  
wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

# Inhoud

Voorwoord	7
Houden van de aarde	10
Inleiding	11
<b>Deel 1 De voorbereiding</b>	<b>13</b>
Op zoek naar wereldinhoud	13
De salto	14
Het jaar 2024	19
Over de meditaties (spirituele samenvattingen)	29
Eerbied en devotie	36
De drie draken	44
Intermezzo, de schepping	46
De recapitulaties	58
Het etherlichaam	71
Recapitulatie 2	79
Recapitulatie 3	96
<b>Deel 2 De verlichting</b>	<b>99</b>
Zijn wij de moderne tempelbouwers?	123
Een hiërarchische ordening	129
<b>Deel 3 De inwijding</b>	<b>155</b>
Intro	155
De tweede dood	166
De vier machtig werkende uithangborden voor de ziel	167
Wat zegt jouw hart?	173
Literatuurlijst	175
Begrippenlijst	176
Dankwoord	178
Bijlage	180

## Voorwoord

Een levensboek. Een levenswerk. De weerslag van waarachtig leven, weten, studeren, pionieren en inspireren. Het verhaal en de levensinzichten van Michiel Rietveld aan het papier toevertrouwd. Voor je ligt een bijzonder boek dat jou vanuit alle liefde wil inspireren, begeleiden en verzachten in je persoonlijke ontwikkeling als mens.

Jaren geleden woonde ik een lezing van Michiel bij over de invloed van de planeten op het leven op aarde. Ik was geïnspireerd, maar bovenal werd er iets in mij geraakt, een diepe herkenning, alsof iets in mijn DNA tot leven werd gewekt. Mijn hart voelde ik stromen. Graag wilde ik meer weten. Michiel nodigde mij uit om een keer naar La Genête te komen waar hij naartoe verhuisd was met zijn vrouw TruuskaMaria en waar hij cursussen gaf.

Er gingen wat jaren overheen, maar in april 2024 reisde ik samen met mijn zus Ruth af naar Frankrijk, waar TruuskaMaria en Michiel een grotendeels zelfvoorzienend bestaan hebben opgebouwd. Een oase van rust en een bron van wijsheid. Met Michiel hadden we afgesproken dat hij ons gedurende een paar dagen mee zou nemen in een eerste verkenning van een aantal grote levensvragen: Waar komen we als mens vandaan? Waar zijn we nu? Waar gaan we als mensheid naartoe en wat hebben we daar als individu in te doen? En dit alles vanuit de wijsheid van de mens.

Ons verblijf in Frankrijk was voeding voor de ziel. Michiel nam ons mee in de ontwikkeling van de mensheid. Het gaf mij een nieuwe kijk op de wereld waarin we nu leven. Een wereld met grootse problemen, waarin we allemaal voelen dat het anders moet, maar ook zoekende zijn naar hoe dat vorm te geven. Dit zoeken geeft velen een gevoel van neerslachtig-

heid of uitzichtloosheid. Michiel daarentegen zette deze tijd in een ander licht. Het is juist de bedoeling dat 'ontwikkelingen in de wereld' niet meer kloppen voor jou. Alleen op deze manier kun je als mens stappen maken in je bewustzijnsontwikkeling.

Met andere woorden: we zijn er klaar voor. Een opbeurend gevoel. Klaar om naar binnen te keren en ons te verbinden met ons hart. Door ons weer te verbinden met ons hart en met de wereld om ons heen, kunnen we vanuit ons geweten en moraliteit nee zeggen. Een nee op ontwikkelingen waar we al zo lang 'ja' op gezegd hebben. Een diepgeworteld nee vanuit jouw menszijn in een wereld waar nog veel oppervlakkige, 'zo doen we het nu eenmaal, ja's' zijn. Een pakkend voorbeeld is de Oostenrijkse Leonore Gewessler die tegen de wens van haar eigen regering vóór de Europese natuurherstelwet stemde. Haar geweten leidde haar, niet haar politieke carrière.

Dit vraagt moed, zachtheid en geduld, en dat kun je vinden in dit prachtige boek. Een boek dat gericht is op je hart en gelezen moet worden vanuit het hart. Ongetwijfeld staan er voor de 'niet-antroposoof' termen en achtergronden in die je niet kent. Maar er is ook een 'begrippenlijst'. Maar laat je daar niet door afleiden. Vertrouw erop dat jouw hart precies aangeeft wat voor jou relevant is op dit moment. Het gaat om de intentie en de kleine stapjes die je maakt.

Dit boek bevat de essentie van 'leven op aarde': het grote weten vertaald naar de dagelijkse werkelijkheid. Dat mag vanuit een zekere ernst, zoals Michiel in zijn boek beschrijft. Voor mij gaat het echter ook over diepgaande lichtheid en verstaanbaarheid. Juist om iedereen mee te nemen in deze mooie ontwikkeling die we te gaan hebben als mens. Precies zoals TruuskaMaria en Michiel ons meenamen daar op hun mooie plek in Frankrijk.

Ik gun jou als lezer dat dit boek ook jou meeneemt naar de essentie van je mens-zijn. De plek van waaruit je als mens onafhankelijke, zelfstandige beslissingen kunt nemen, vanuit een bezieling en met je voeten op aarde. Laat dit boek je vergezellen op je reis, je steunen op moeilijke momenten of als je de wereld even niet meer begrijpt. Zoals je in dit boek zult lezen, ligt juist dan het pad naar een dieper weten voor je open. Het pad naar een betere wereld.

Vanuit dankbaarheid,  
*Wieke van Dijken*  
*Youintheworld.nl*

## Houden van de aarde

*Een hedendaagse opbeurende spreuk*

Zoek het werkelijk praktische aardse leven.

Maar zoek het zo, dat het niet de geest verduistert die er  
in werkzaam is.

Zoek de geest, maar zoek hem niet in bovenzinnelijke  
wellust,

in bovenzinnelijk egoïsme.

Maar zoek hem, omdat je hem onzelfzuchtig in het aardse  
leven,

in de materiële wereld wilt aanwenden.

Gebruik de oude basisregel:

‘de geest is nooit zonder materie, materie nooit zonder  
geest’

op een zodanige wijze dat je zegt:

‘Wij willen al het materiële in het licht van de geest doen,

en wij willen het licht van de geest zo zoeken,

dat er in ons warmte ontstaat voor ons praktische  
handelen.’

*Spreuk van Rudolf Steiner*

*Vertaling Michiel Rietveld*

## Inleiding

Dit boek is bedoeld als stimulans voor diegenen die verdieping zoeken op hun weg naar inzicht in het wezen van de mens.

Gezien deze verdiepingsslag die door veel mensen gezocht wordt, zal het hier gaan om de inwijdingsweg die tot de wijsheid van de mens leidt. Inhoudelijk zal ik me sterk oriënteren op de esoterische uren die Rudolf Steiner in zijn esoterische cyclus heeft gegeven. Hij deed dat honderd jaar geleden (1924). Deze inwijdingsweg wil men tegenwoordig zelf als individuen gaan. Inhoudelijk is deze inwijdingsweg echter van alle tijden en van alle culturen op aarde, op wat vroeger genoemd werd de mysterieplekken. Doordat het in het weten van en over de onzichtbare wereld ging en gaat, is het geen cyclisch gebeuren, maar moet dit telkens vernieuwd worden met het in de mensheid gevorderde bewustzijn.

Met deze verdieping komen we op de diepste, centrale, algemeen menselijke vragen als 'wie ben ik in het diepst van mijn wezen?' en 'wat kom ik hier op aarde doen?', 'wat is mijn relatie met de goddelijke dan wel geestelijke wereld?'. Met deze actuele vragen als uitgangspunt wil ik een innerlijke ontwikkelingsweg voorstelbaar en mogelijk zelfs beleefbaar maken.

Die weg is bedoeld als aanzet voor een oefenweg die ieder individueel en binnen de eigen mogelijkheden kan gaan. Ik zal daartoe ook meditatie en spreken gebruiken die Steiner binnen een min of meer besloten gezelschap destijds gegeven heeft als kerninhouden van de inwijdingsweg.

De omstandigheden zijn in die honderd jaar sterk veranderd. De noden van de wereld zijn zo groot en de verleidingen zo sterk geworden, dat de bovengenoemde algemeen menselijke vragen niet alleen actueler dan ooit zijn, maar ook een



zwaar tegenwicht nodig hebben om je met niet aflatende innerlijke warmte voor de noden van de wereld te kunnen inzetten.

## Deel 1

### De voorbereiding

#### Op zoek naar wereldinhoud

Met dit boek beginnen we aan een groot avontuur. De mensheid is overal op zoek naar wereldwaarheid. Het gaat om onnoemelijke bedragen voor ruimtereizen van kosmonauten tot het minutieuze CERN-onderzoek bij Genève.

Hoe zit de wereld in elkaar, hoe hangt alles samen? Onze geest bedient zich daarbij van het wakkere bewustzijn dat zich scherpt aan de met de zintuigen waarneembare wereld. Gelukkig hebben we voor onze zintuigen ook versterkende prothesen: voor het oog, van bril tot elektronenmicroscop, voor het oor, van gehoorapparaten tot ingenieuze af luisterapparaatuur.

Maar in dit boek gaan we op zoek naar wereldwijsheid, zelfs wereldwaarheid. De wetenschap is nu zover ontwikkeld dat er op zintuiglijk niveau al barsten ontstaan, de kwantumtheorie heeft daar stevig aan bijgedragen. Hier gaan we een moedige stap verder: we gaan op zoek naar wereldwaarheden en we leggen ons niet bij voorbaat vast bij een nauwsluitend paradigma zoals dat vaak in de natuurwetenschap gehanteerd wordt: alleen wat weegbaar, meetbaar en telbaar is, is waar – sterker nog: altijd en overal.

Voor velen in onze tijd van bewustzijn vraagt het enige soupllesse om het vasthouden aan de zintuiglijke waarneming los te laten en, zoals ik dat graag noem, in het denken een salto te maken. Er doet zich thuis of op het werk een probleem voor, je loopt er innerlijk mee rond en terwijl je de hond uitlaat of een strandwandeling maakt, zie je de oplossing, of de weg

waarlangs de oplossing gevonden kan worden. Maar in de wereld is dan nog niets gebeurd.

Bij mij thuis kwamen er vroeger architecten langs. Toen ik vroeg wat de mooiste fase in hun werk was, was het meestal: ‘Het beeld dat je voor je zag in de geest, als ik thuiskwam tekende ik, al was het achter op een lucifersdoosje, wat ik “gezien” had. Dan snelde ik naar mijn werkkamer en maakte een grove schets. Daarna liet ik de tekenaars op de tekenafdeling het uitwerken en op papier zetten.’ Pas als het bouwwerk gegund was aan een aannemer kon er aan de slag worden gegaan. Dan pas wordt in de wereld zichtbaar dat er gebouwd gaat worden.

Als je een beetje lenig in je denken bent zie je dat proces overal om je heen: de geplande feestmaaltijd gaat een lange weg tussen het zien in de geest en het aanschuiven van de gasten.

## **De salto**

Hier gaan we de salto in ons denken aan dat de hele wereld is ontstaan uit de geest. Het is dus heel belangrijk om als mens, met je hier op aarde ontwikkelde wakkere bewustzijn, in de geestelijke wereld ‘rond te wandelen’, en uiteindelijk zelf daar onderzoek te doen in de geestelijke wereld.

In alle culturen, niet alleen in het verre verleden, zijn er ingewijden te vinden die zich zover hadden ontwikkeld, dat zij dat onderzoek goed konden doen. Vroeger, in de oud-Griekse tijd en zelfs de oud-Egyptische tijd, was de grote opgave van deze ingewijden dat zij in het allerheiligste van de tempels, waar alleen zij mochten komen, van de geestwezens hoorden wat er gebeuren moest. De Pythia in de Apollo-tempel te Delphi had die taak. Zij verkeerde in een soort trance-toestand om de wil van de goden, van Apollo dus, uit te drukken in klanken. De ingewijde hogepriester vertaalde die

wezenlijke klanken dan tot een boodschap in de gebruikelijke taal.

Het is hier niet aan de orde om de kunde van de Pythia te evenaren! Ontwikkeling is nooit een terug naar vroeger, maar gaat altijd weer een spiraal hoger in het bewustzijn. Een van de belangrijkste, zo niet de belangrijkste leidende ingewijde van deze tijd is mijns inziens Rudolf Steiner. Hij was een meester in het waarnemen en ontmoeten van geestelijke wezens en kon de grootsheid van de geestelijke wereld tot uitdrukking brengen in mensentaal.

Dat is ook de reden dat Steiner veel zelfstandige naamwoorden tot werkwoorden omtoverde. Even terzijde: de Oostenrijkse ziel gaat van huis uit speels om met de Duitse taal. Steiner als Oostenrijker was daar dan ook zeer bedreven in.

Wat een helderziende of heldervoelende ingewijde waarneemt in de geestelijke wereld is zo hoogdimensionaal dat het weten dat zo verkregen wordt in geen enkele taal in een paar woorden beschreven kan worden.

De grootsheid van de waarneming moet dan ook altijd in het nauwe korset van een aardse taal uitgedrukt worden. Hoe dat beschreven wordt hangt af van het bewustzijn van de gewone mens op dat moment.

Aan de 'kleur' van dat bewustzijn en de leidende kracht daarbij (het trillingsgetal) wordt binnen een cultuurperiode, die voor de hele aarde geldt, afwisselend door hoge spirituele leiders bijgedragen.

Er zijn in de geestelijke wereld zeker zeven van dat soort energetische entiteiten. Zo'n entiteit wordt wel een tijdgeest genoemd.

De cultuurperiode waar we nu in zitten staat onder leiding van de Michaëlswijsheid. Michaël heeft tot taak het wakkere bewustzijn van de mens een stapje verder te brengen. Daarmee wordt het begrip geesteswetenschap duidelijker. Met de geesteswetenschap krijgen we de wijsheid van de mens over

het ware zijn van de mens. Dat is ook de inhoud van het begrip antroposofie: de wijsheid (sofia) over de mens (antropos).

De verhouding van de mens tot die inhoud verandert met de voortgaande bewustzijnsontwikkeling. Door ons sinds ongeveer 1500 na Christus toegenomen zelfbewustzijn is het belangrijk dat de inhoud van alle tijden met een wetenschappelijke gestrengheid geleerd kan worden. De vier basisboeken van de antroposofie, waar ik hieronder op in zal gaan, ademen dat ook uit.

Het was tot voor kort geen sinecure om ingewijd te worden, net zomin als het een sinecure is om vakdocent aan een universiteit te worden. Die weg begint gewoonlijk met de kleuterklas en de lagere school. Daarin worden de cognitieve en zielsmatige voorwaarden geschapen. De havo- en vwo-scholing is de voorbereiding. Daarna is een gang naar een hogeschool of universiteit mogelijk, waar je inzicht krijgt in hoe het 'echt' zit. Je zou kunnen zeggen dat hier de fase van de verlichting bereikt kan worden. Na een eventuele doctoraalstudie ben je ingewijd in jouw vakspecialiteit.

Een vergelijkbare weg is te gaan in de geesteswetenschap. Geesteswetenschap is eigenlijk een doctoraalstudie. Maar er is een groot verschil! In de natuurwetenschappen word je ingewijd in de kleinste en nog kleinere details, en je ziet vaak dat een superingewijde vakspecialist op andere gebieden nog moet leren knikkeren.

In de geesteswetenschap is dat precies omgekeerd. Hoe dieper je erin duikt, hoe breder je inzicht wordt. Dit boek is dan ook bedoeld om de geestelijke dimensie van elk regulier vakgebied te doorgronden en zo uit te breiden in de geestelijke dimensies.

De basisinhouden van Rudolf Steiner die nu als opmaat gelezen en verinnerlijkt kunnen worden zijn achtereenvolgens:

– *Theosofie* (dat hij geschreven heeft voor hij de antroposofie introduceerde);

- *De wetenschap van de geheimen der ziel*;
- *De weg tot inzicht in hogere werelden*;
- *De filosofie van de vrijheid*.

Een korte toelichting.

Het boek *Theosofie* van Rudolf Steiner beschrijft wat vroeger in de mysteriescholen werd geleerd. Het tot je nemen van die inhoud is te vergelijken met de ‘voorwaarden’.

Het boek *De wetenschap van de geheimen der ziel* is de eigenlijke ‘voorbereiding’: in de ziel kan een innerlijke warmte ontstaan.

Het boek *De weg tot inzicht in hogere werelden* zou je de fase van de ‘verlichting’ kunnen noemen. Het heeft een heel persoonlijke inhoud, die de lezer raakt in het hart en is bedoeld om vooral het hart als betrouwbaar waarnemingsorgaan te ontwikkelen.

In voorchristelijke tijden werd je door ‘scouts’ (een voetbalterm) uitverkoren om naar een mysterieplek te komen. De scouts konden dat zien aan de kleur van je aura. Maar sinds het begin van onze jaartelling begon de fase van het zelf leren doen. Dat geldt zeker voor de lange en moeilijke weg naar het ingewijd zijn.

Pas na het begin van onze jaartelling, toen de rol van de mysterieplekken voorbij was, begon het groeiproces in de mens naar de bloeifase van het bewustzijn waarin we nu zitten.

Nu zijn we in onze bewustzijnstoestand toe aan: het leren op eigen houtje, of samen met anderen, tot aan een fase te komen waarin we op eigen kracht zelf leren in de geestelijke en spirituele wereld binnen te komen.

In het boek *De filosofie van de vrijheid* vind je al een aanduiding van de inwijdingsweg, maar volgens veel mensen spreekt dit boek vooral het intellectuele denken aan.

Dit boek dat je nu leest is een werkboek en bedoeld om vooral het hart als betrouwbaar waarnemingsorgaan te ontwikkelen.

Al decennia heb ik het prachtige boekje *De Kleine Prins* van Antoine de Saint-Exupéry bij me. Daar zegt de vos tegen het prinsje: 'Alleen met het hart kun je goed waarnemen.'

Feitelijk is *De filosofie van de vrijheid*, dit esoterische werktraject, te zien als een reisvoorbereiding. Wat kom ik tegen als ik de geestelijke wereld binnenga? Kan ik met mijn huis-tuinen-keuken-hoofd de weg in hogere gebieden al voorbereiden in mijn ziel? Net als met een prachtige reis naar Florence, Thailand of Stonehenge is de goede voorbereiding het halve werk!

Goed voorbereid ergens heengaan vraagt om een investering: bestuderen, en dat vraagt altijd tijd. Haast en oppervlakkige nieuwsgierigheid remmen een goede voorbereiding.

Op weg gaan in een onbekend gebied, zeker als dat gebied sterk afhangt van je meditatieve activiteiten, vraagt erom een grondhouding in je te laten groeien van 'geduld'. Je kunt zelfs zeggen dat nieuwsgierigheid en haast je tegenhouden van het doel waarnaar je streeft.

De tweede grondhouding is 'eerbied' voor de wijsheid in de geestelijke wereld – de geestwezens die scheppend hebben gewerkt voor al dat moois om ons heen. Deze tweede grondhouding volgt eigenlijk direct nadat je als levensgevoel hebt ontwikkeld dat de hele uiterlijke zintuigwereld, waar ook ter wereld, vanuit de geestelijke wereld is ontstaan. Verder zal ik dat de 'salto' noemen.

De derde grondhouding ontstaat als je je verdiept in het ongelofelijke scheppingsproces van aarde en mens. Een op je knieën gaande grondhouding van 'ernst, heilige ernst'.

Rudolf Steiner ging met deze grondhoudingen heel zuiver en gedisciplineerd om. Hij moest deze bewust verkregen geesteswetenschap, deze inzichten met grote kracht beschermen. Hij, als spreekbuis van de geestelijke wereld, bracht de geestelijke inhoud in een taal die voor het eerst sinds Descartes,

Francis Bacon en Comenius enzovoort te begrijpen, te vatten was. Dat is terug te vinden in de bovenvermelde vier antroposofische basisboeken.

Maar toen hij als kroon op zijn levenswerk, zijn levensmissie, de esoterische cyclus gaf in 1924, waren de tijden radicaal anders – radicaal bedreigend geworden voor dit piepkleine en tere ‘kiemplantje’. Het was immers de tijd na de Eerste Wereldoorlog waar de krachten, die later in 1933 maatschappelijk naar boven kwamen, al aan het werk waren. Steiner wierp in zekere zin een morele ‘firewall’ op.

De esoterische cyclus was het centrale epicentrum van de met de Kerstbijeenkomst in 1923 opgerichte Hogeschool voor Geesteswetenschappen. Het doel van Rudolf Steiner was om deze Hogeschool de inhoudelijke bron te laten zijn van waaruit de antroposofie in de wereld kon werken.

## **Het jaar 2024**

Nu, na honderd jaar, zal steeds meer erkend worden dat de esoterische cyclus steeds sprankelender zal werken als kern voor de verdere mensheidsontwikkeling.

Maar sinds 1924 is er heel veel in de wereld gebeurd. De krachten die tot de Tweede Wereldoorlog hebben geleid, zijn nog steeds onder ons en komen telkens weer in de samenleving bovendrijven. Rechts-extremisme valt mijns inziens daaronder.

In 2024 is de vertaalslag voor een modern, wakker bewustzijn honderd jaar onder ons. Zelf zei Steiner daarover: ‘We weten niet hoe de wereld er over honderd jaar uitziet en of de mensheid dan nog in staat is deze inhoud in zich op te nemen.’ Het is dus een spannende tijd voor ieder van ons.

Voor mij is de esoterische cyclus blijvend een enorme inspiratiebron! Ik begrijp heel goed dat de ‘firewall’ van 1924 toen nodig was.