

## In ieders leven zit een heldenreis verborgen



*'Wij allen, of we nu al dan niet krijgers zijn, hebben een kubiek centimeter kans die zich zo nu en dan plotseling aan ons voordoet. Het verschil tussen een doorsnee-mens en een krijger is dat de krijger zich daarvan bewust is- een van zijn taken is dan ook om waakzaam te zijn, met een opzettelijke afwachtende houding, zodat hij, wanneer zijn kubiek centimeter kans zich voordoet, de noodzakelijke snelheid en durf heeft om daar adequaat op te reageren.'* (Carlos Castenada)

Soms ervaar je in het leven volmaakte momenten waarop de dingen op een ongelooflijke manier samenkomen. Dat ongelooflijke moment kan je aansporen tot een proces van innerlijke transformatie. Dit is jouw kans om je leven op een hoger plan te brengen, om je eigen lotsbestemming te vervullen.

Een krijger of een held(in) grijpt deze kans aan. In ieder van ons zit ergens een krijger of een held, echter weinigen hebben de durf om de aansporing op te volgen. De reden hiervoor is dat je een heroïsche tocht moet gaan ondernemen.

Een heroïsche tocht zoals we die ook kennen uit sprookjes, verhalen en mythen. Cultuurfilosoof Joseph Campbell ontdekte een universeel patroon in deze verhalen, verhalen en mythen in alle culturen. Er lijkt een grondpatroon in te zitten, een blauwdruk. Een patroon van fasen waarlangs zo'n tocht verloopt. Hij noemde het 'The hero's journey', de reis van de held(in).

Als je inzicht hebt in de fasen van deze heroïsche tocht kan het je helpen om door te gaan in jouw proces van innerlijke transformatie, daar waar het moeilijk wordt.

Met een innerlijke transformatie bedoel ik echte fundamentele veranderingen die je perspectief op jezelf en de wereld om je heen diepgaand verandert. Tot op het gaatje gaan. Het gaat veel verder dan wat uiterlijke aanpassingen aan omstandigheden. Het hoeft bovendien geen eenmalige reis te zijn, je kunt hem op verschillende tijden in je leven (moeten) doormaken.

In ieders leven zit een heldenreis verborgen. Het doel van deze reis is dat je meester wordt over twee werelden, over de wereld van binnen en buiten. Dat je binnenkant en je buitenkant in overeenstemming zijn met elkaar. Dan leef je als wie en wat je diep van binnen in wezen bent.

Dit zijn de fasen die je tegen komt op deze heldenreis:

### **De roep tot avontuur of het ontwaakt verlangen**

De roep tot avontuur of het ontwaakt verlangen kan komen in de vorm van een helder inzicht, een fluistering van je ziel, maar ook als een mokerslag. Het kan voortkomen uit een crisis in je leven zoals bijvoorbeeld bij ziekte, een scheiding of een ander soort verlies. Iets wat je normale leven op zijn kop zet.

Misschien voelt het wel als een roeping. Je wordt geroepen naar een ander leven, naar een betere versie van jezelf. Een roeping misschien tegen wil en dank.

Een of andere gebeurtenis kan een verlangen opwekken. In ieder van ons schuilt ergens een diep verlangen zichzelf te zijn.

### **Overwinnen van weerstanden**

Je ontmoet zeker weerstand in deze fase. Je roep tot avontuur vraagt je om je veilige weggetjes te verlaten. Dat roept angst voor eenzaamheid op. Dat is vaak reden voor mensen om geen persoonlijke transformatie aan te gaan.

Je ontmoet dus allereerst je eigen weerstand tegen verandering. Je weet wat je hebt, ook al is het onbevredigend en niet vervullend, het is voorspelbaar en daarmee ook op een bepaalde manier veilig.

Ook de omgeving komt in verzet. 'Wie denk je wel dat je bent', 'het is toch goed zo', 'dat kun je niet maken' enzovoorts.

Als het ontwaakt verlangen groot genoeg is of als je diep van binnen weet dat dit jouw weg is, helpt dit verlangen jou op weg te gaan ondanks de weerstand.



### **Hulp en magische helpers**

Als je besloten hebt om je verlangen te volgen, ondanks weerstand of angst voor eenzaamheid of als het leven je een zetje daartoe gegeven heeft, verlaat je de comfortzone. Sta er niet van te kijken dat er wonderlijke dingen kunnen gebeuren. Dingen die je voor die tijd niet had kunnen zien aankomen.

Dit kan een tijd zijn waarin je veel synchroniciteit ervaart in je leven. Je ontmoet helpers in wat voor vorm dan ook, je maakt dingen mee die je nog niet eerder meegemaakt hebt, je ontdekt eigenschappen van je zelf waarvan je je eerder niet zo bewust was.

Er openen zich deuren waar eerst een muur voor je was, er opent zich een nieuwe wereld. Je staat aan de rand van het bos en er is geen pad te bekennen.

### **Beproevingen**

Die hulp heb je hard nodig voor deze etappe. Je bent op weg gegaan, weg van het oude en het nieuwe is nog niet aangebroken. Het is donker, je bent onzeker, er is geen pad. Dat moet je zelf gaan maken. Hierin kom je grote angst tegen en beproevingen. Dit is de fase waarin veel mensen toch weer omdraaien en terug gaan.

Angst heeft de vorm van een monster dat je in de ogen moet kijken. In verhalen vaak gesymboliseerd als de draak die verslagen moet worden. Deze draak moet overwonnen worden om verder te kunnen komen.

Deze beproevingen doorstaan zijn de stappen naar je bestemming. Joseph Campbell zei hierover dat jouw juweel in die grot ligt waarvoor je het meest bang bent, bang om naar binnen te gaan.

Er wordt in deze fase moed van je gevraagd. Moed om ondanks angst door te gaan.

### **Heling en vervulling**

Je bouwt kracht op door stap voor stap aan je angsten voorbij te gaan. Het vertrouwen in jezelf stijgt. Het waarden van jezelf met alles erop en eraan heeft een diepe helende werking. Je bent gelouterd uit de strijd met je eigen schaduwzijden en angsten gekomen. Je bent sterker en evenwichtiger geworden. Je voelt je completer dan ooit. Je binnenkant en je buitenkant zijn meer met elkaar in overeenstemming.

Je nieuwe zelf, als geschenk, neem je mee de wereld in. Je leven kan er behoorlijk door veranderen. Met jouw verhaal en de manier waarop je leeft inspireer je vervolgens anderen om ook stappen te zetten in hun leven. Daar hoeft je niets extra's voor te doen dan alleen maar jezelf te zijn.

Wie meer wil lezen en zien over deze reis van de held(in) kan mijn E-book downloaden via mijn website [‘De reis van je leven. Reisgids in tijden van Grote Veranderingen’](#)

Patricia Akkermans

[www.dankh.nl](http://www.dankh.nl)