

Meine Heldenreise

Ich bin seit einiger Zeit im Austausch mit einigen Männern, die rückblickend die Entwicklung ihres bisherigen Lebens beschreiben. Geschichten in denen wir mitunter auch Aspekte unseres eigenen Lebens wiederfinden, mit denen wir uns gegenseitig unterstützen und ermutigen unseren Weg zu gehen.

Was das mit der Heldenreise zu tun hat erschließt sich im Laufe meines Artikels, wenn ich euch neugierig machen kann bis zum Ende zu lesen...

Geschichten vom Leben anderer begleiten uns seit je her.

Von Sagen und Mythen, von Abenteurern, Königen und Helden, die große Taten und Wunder vollbracht haben. Geschichten die uns insbesondere als Kind mitnahmen, in eine Welt einzutauchen, die unseren Innenraum für Phantasien geöffnet haben, die wir damals noch für möglich hielten. Wie sicher viele andere, habe ich mich mit den Helden meiner Zeit identifiziert, wie Tarzan, der an Lianen durch die Lüfte schwingt, Robin Hood, der sich für die Gerechtigkeit der Unterdrückten einsetzt, mutige Patrioten und Rebellen die für die Freiheit kämpfen, oder Superman der die Welt rettet...



Als Kinder und auch noch als Erwachsene träumen wir von Abenteuer und einem spannenden Leben, wie es in unserer Traumwelt hinterlegt ist.

Wie oft habe ich davon geträumt, dass ich fliegen kann, oder kämpfen wie Bruce Lee, und später, dass ich vor Menschen stehe, und sie einen authentischen und wertschätzenden Umgang miteinander lehre...Aber Träume sind Schäume habe ich nur allzu früh



verinnerlicht. Phantastische Geschichten gibt es wohl nur in virtuellen Welten und auf der Leinwand zu sehen. Du musst mit beiden Füßen auf den Boden stehen habe ich gehört,...sei kein Träumer. Metaphern wie: „Träume nicht dein Leben - lebe deinen Traum“ waren für mich später eine ebensolche beliebige Redensart, die in mir keinen abenteuerlichen Funken entzündet

hat. Also mein lieber Held, halt mal den Ball flach, und hör auf die Sterne zu zählen.

Nach dem amerikanischen Mythenforscher Joseph Campbell gibt es eine archetypische Aufgabenstellung für einen „Helden“

Um diese zu meistern durchläuft er verschiedene Phasen. Seine Reise beginnt mit einem Ruf oder einer Herausforderung, dann folgt der Aufbruch ins Ungewisse. Anschließend trifft er einen Begleiter, Helfer oder Mentor. Schließlich gelangt er in ein magisches Land, in dem innere Aufgaben zu bestehen sind. Nach Lösung dieser Aufgaben kehrt der Held in die reale Welt zurück.

Ich schätze meine Heldenreise begann, als ich in der Reife meiner Entwicklung vor knapp fünf Jahren einen „sicheren“ Job gekündigt habe, der für mich 24 Jahre meine berufliche Heimat war.

Eigentlich hatte ich einen Traum Job, aber ich konnte mich mit der Philosophie meines Unternehmens nicht mehr identifizieren. Das Universum hat mich seinerzeit unterstützt und ermutigt mich auf ein Abenteuer einzulassen, und eine Begegnung mit einer Frau arrangiert, der ich nach Österreich gefolgt bin. **Ich habe mich sozusagen vom Ruf meines Herzens führen lassen,** mich von einem sozialen Umfeld gelöst, in dem ich mich getragen, aber immer weniger verstanden gefühlt habe. Ich bin eine Reise ins ungewisse angetreten, neues Land, neuer Job, neue Kontakte,...eine aufregende und lehrreiche Zeit. Also im Kontext einer Heldenreise hat mir in der gewohnten Welt etwas gefehlt. Ich bin meinem Ruf gefolgt, bin aufgebrochen, habe mich den Herausforderungen gestellt, bin Mentoren und Lehrern auf meinem Weg begegnet,...doch zwei Jahre später war der Traum vorbei. Die Frau gabs nicht mehr und den Job auch nicht.



Eine Rückkehr nach Deutschland war für mich aber keine wirkliche Option, obwohl mir dieser Weg sehr schmackhaft gemacht wurde. Mir war klar, dass das wohl der einfachste, aber nicht der richtige Weg ist.

Nach der Beschreibung von Campell kam dann die Stufe 7 und 8 - *das Vordringen zur tiefsten Höhle (zum empfindlichsten Kern)...der Held schreitet auf seiner Reise immer weiter voran, stellt sich seinem größten Gegner und nähert sich seinen größten Ängsten* - und wer kennt sie nicht, die Angst zu versagen, mit dem kompletten Gefühlschaos,...enttäuscht, in erster Linie von mir selbst, traurig, beschämt, hoffnungslos, alleine in einem fremden Land, Selbstmitleidig, ich bin nicht richtig wie ich bin,... warum scheitern meine Beziehungen...wie solls mit dem Job weitergehen,...also voll in der Opferrolle,...Selbstwert und Selbstachtung total im Keller. Keinen Bock mehr auf dieses Leben, keinen Lebensmut, und keine Ahnung wie es weiter gehen soll.



In dieser dunklen Phase hat mich eine gute Fee, alias eine gute Freundin ermutigt an einen inneren Kind Kurs teilzunehmen, der mir einen Zugang und ein Verständnis zu meinem empfindsamsten Kern, und meinen tiefsitzenden Ängsten verschafft hat. **„Das innere Kind“ Der Persönlichkeitsanteil, in dem alle Erfahrungen und Geschehnisse, die uns emotional geprägt haben abgespeichert sind.** Sinnbildlich die 90% des Eisberges, der sich unter der Wasseroberfläche befinden, welches wir als

unser Unterbewusstsein verstehen. Der Anteil der gelernt hat sich vor Verletzungen zu schützen, der entgegen meinem Wissen und Wollen Vermeidungs-, und Schutzstrategien entwickelt hat, nur das zu zeigen und zu leben, dass „ungefährlich“ erscheint, und das zurückhält und kontrolliert das in mir lebendig ist, dass jedoch mit Ablehnung und Kritik empfindsam geprägt ist.

Ich habe wie sicher viele andere verinnerlicht, dass erwachsen sein bedeutet sich anzupassen, zu funktionieren, vernünftig zu sein, kein Kind mehr zu sein, und somit sind alle Träume und tollkühne Heldenphantasien unter der Oberfläche konserviert.

In vielen Familienaufstellungen habe ich in unterschiedlichen Stellvertreterrollen miterlebt, wie es sich auf ein Leben auswirkt, wenn sich das innere Kind vom Persönlichkeitsanteil abspaltet. Das Leuchten in den Augen versiegt, wenn die Begeisterung, die Neugierde, der Mut, die Abenteuerlust, und die Leidenschaft, von einer Strategie des sich Anpassens, sich zurückhalten, aushalten und es recht machen wollen überlagert ist. **Augen können nur leuchten, wenn innerlich ein Feuer brennt für das was wir tun, wenn das innere Kind Freude hat, an dem was wir tun.** Diesen authentischen Anteil, der staunen kann, der aufrichtig und offen ist, der glaubt und die Hoffnung nicht aufgibt, dass alles möglich ist, was das Herz begehrt zu Vertrauen und Aufmerksamkeit zu schenken, ist für mich eine der erstrebenswertesten Herausforderungen auf meiner Heldenreise.

Das ist meine Heldenreise bis heute. Die Seminarleiterin des inneren Kind Seminars ist seit gut drei Jahren meine Partnerin. Ein Geschenk für den erwachsenen Peter, und ein Geschenk für mein inneres Kind, das lernt sich den Fügungen des Lebens und dem Ruf meines Herzens anzuvertrauen. **Ich erlaube mir wieder zu träumen, insbesondere träume ich in mir Frieden und entspannte Lebensfreude zu finden, und dafür zu gehen, meinen Beitrag zu leisten Vorbild für die Liebe und den Frieden in dieser realen Welt zu sein.**

Jedenfalls haben meine Erfahrungen auf meiner Reise durchs Leben einen unerschütterlichen Glauben in mir hinterlassen, dass für jeden von uns viel mehr möglich ist, als das was wir zu glauben wagen.



Mit meinen Gedanken, die ich hier öffentlich teile, will ich mir und euch Mut machen an unsere schöpferische Fähigkeit zu glauben, sein Leben selbstverantwortlich in die Richtung zu lenken, die sich jeder wünscht.