

De Reis van Drakenvechten – van comfortzone naar zelfrealisatie

Werkelijke groei ontstaat wanneer we bereid zijn onze comfortzone te verlaten, onze innerlijke draken onder ogen te zien en de verschillende niveaus van ons mens-zijn te integreren: instinct, emotie, ratio, zelfbewustzijn en spiritualiteit. Dit proces, dat zowel psychologisch, neurologisch als spiritueel te begrijpen is, leidt tot transformatie, veerkracht en zelfrealisatie. Het volgende schema toont hoe deze lagen met elkaar verbonden zijn.

1. Instinctief niveau

- **Brein:** Reptielenbrein
- **Psychologie (Freud):** Id
- **Thema:** Overleven, veiligheid, comfortzone
- **Valstrik:** Stagnatie, vermijden van groei
- **Kans:** Bewust worden van automatische reacties

2. Emotioneel niveau

- **Brein:** Limbisch systeem
- **Psychologie:** Ego-regulatie
- **Spiritueel beeld:** Draken = angsten, schaduwkanten
- **Thema:** Relaties, emoties, hechting
- **Valstrik:** Verstrikt raken in emotionele patronen
- **Kans:** Ontwikkelen van emotionele intelligentie (EQ), compassie

3. Mentaal niveau

- **Brein:** Neocortex
- **Psychologie:** Ego, redeneren en plannen
- **Thema:** Denken, strategie, keuzes
- **Valstrik:** Rationaliseren, controle willen houden
- **Kans:** Inzicht, creativiteit, visie (IQ benutten)

4. Zelfbewustzijn

- **Brein:** Integratie van rationeel en emotioneel
- **Psychologie:** Balans tussen id, ego en superego
- **Spiritueel beeld:** Alchemie – lood → goud
- **Thema:** Patronen herkennen, innerlijke strijd aangaan (drakenvechten)
- **Kans:** Transformatie van schaduw naar kracht

5. Spiritueel bewustzijn

- **Brein:** Coherentie van verschillende hersengebieden
- **Psychologie:** Superego als moreel kompas
- **Spiritueel beeld:** David vs. Goliath, kruisiging & wederopstanding
- **Thema:** Verbinding, compassie, zingeving
- **Kans:** Christ Consciousness, lichtwerker worden

6. Non-duaal bewustzijn

- **Brein:** Volledige integratie (harmonie)
- **Psychologie:** Ego overstegen
- **Spiritueel beeld:** Eenheid, verlichting
- **Thema:** Geen scheiding meer tussen zelf en ander
- **Kans:** Vrede, liefde, zelfrealisatie (Maslow's topniveau)