

# Krachtdieren: gidsen naar geluk

Focus op het goede, blijf niet vastzitten in oude patronen.

Krachtdieren hebben bijzondere boodschappen voor jou.

Je hoeft er alleen maar naar te vragen.

TEKST RACHELLE ROBBE

*Ik vind mijn weg naar de onderwereld via een holletje in de grond, ik ga steeds dieper in de aarde, voorbij de dunne wortels met glinsterende druppels. Door de modder naar een donkere plek waar een spin een groot web heeft geweven, met in het midden haar prooi ingewikkeld in spinrag. De spin is niet mijn krachtdier, zegt ze. Ze wil dat ik me verder ga 'ontwikkelen'. Ik bedank haar voor deze les. Hij komt op het moment dat ik moet kiezen voor vasthouden aan een vaste baan of zelf ondernemen. Het bevestigt me om mijn hart te volgen.*

*Tijdens een volgende reis ontmoet ik een beer. Ja, zij is mijn krachtdier. Ze is moeder, net als ik. Ze zegt me dat ik mijn aandacht meer moet richten op wat goed gaat en dat ik meer kan, dan ik denk. Een les die past, want soms kan ik te veel doemdenken.*

Droom je vaak over dieren? Of kom je in de natuur steeds dezelfde dieren tegen? Wie weet wil dit dier jou iets duidelijk maken.

### **Beziel**

Krachtdieren, of totemdieren, hebben hun oorsprong in het sjamanisme. Het sjamanisme komt op elk werelddeel voor en kent vele rituelen en zienswijzen. Het is waarschijnlijk een voorloper van vele magische tradities. Sjamanen gaan er vanuit dat alles om ons heen beziel en aan elkaar verbonden is. De mensen, de bomen, de dieren en zelfs de stenen zijn gelijkwaardig. Dieren hebben een speciale rol. Ze zijn een gids en beschermen jou op jouw levenspad, vergelijkbaar met beschermengelen.

Elk dier heeft bijzondere eigenschappen. Zo staat de beer bekend om introspectie. Zij doet een winterslaap en neemt tijd voor bezinning. De beer leert je dat het belangrijk is om je geest tot rust te brengen en in stilte op zoek gaan naar antwoorden in jezelf.

### **Contact maken**

Een sjamanistische healer kan jou helpen om jouw krachtdier te vinden, door een trancereis te maken. Bij een trancereis kom je in een andere staat van zijn. Je gedachten zijn helder, maar andere dingen verdwijnen naar de achtergrond. Het klinkt ingewikkelder dan het is. Vergelijk het met dromen of meditatie. Herhaalde monotone geluiden, zoals razende auto's op de snelweg, kunnen je al in een trance brengen. Binnen het sjamanisme wordt vaak een drum of een ratel gebruikt om gemakkelijker in een trance te komen.

### **Krachtdier of niet?**

Tijdens de trancereis kun je meerdere dieren ontmoeten, je kunt ze vragen of ze jouw persoonlijk krachtdier zijn of helpers. Een persoonlijk krachtdier, werkt een leven lang met jou samen. Daarnaast zijn er andere gidsen, die een poosje bij jou blijven om bepaalde levenslessen te leren. Zo kan een wolf jou duidelijk maken dat het evenwicht tussen jouw behoefte en die van anderen verstoord is en vraagt de spin om de toekomst die je 'weeft' te heroverwegen.

### **Spirits**

Tijdens de trance kun je vragen om hulp van je krachtdier. Je kunt een specifieke vraag stellen en jouw krachtdier kan jou iets laten zien. De rol die het dier voor jou vervult, is op jou afgestemd, op wat jij nodig hebt op dat moment.

Verder kunnen er andere spirits, zoals dierbare overledenen aanwezig zijn. Zo nam mijn krachtdier mij mee naar mijn overleden oma die zei dat ik door moest gaan met schrijven, zij kon dat zelf ook goed. Wanneer je de trancereis eng of spannend vindt, kun je je krachtdier om hulp vragen of een oplossing visualiseren.

### **Antwoorden in jezelf**

Misschien vraag je je af of de inzichten in een trancereis, niet gewoon hersenspinsels zijn of ingevingen vanuit jouw eigen binnenwereld. Dat zou kunnen. Het gaat erom dat je andere manieren leert zien, om jouw problemen op te lossen. Dan maakt het niets uit of je gelooft in een spirituele wereld of dat de antwoorden in jezelf besloten liggen.

Wanneer je voortaan beren op de weg ziet, kun je met een gerust hart jouw (innerlijke) krachtdier om hulp vragen.

### **Meer lezen**

Over krachtdieren? Als de dieren spreken konden. In dit boek Christiane Beerlandt worden het karakter, de psyche en symbolische betekenissen van de diersoorten blootgelegd inclusief belangrijke boodschappen voor ons, Uitgeverij Beerlandt Publications via [bol.com](http://bol.com)

Over sjamanisme? De boeken van Alberto Villoldo zijn een goede bron, zoals 'De sjamanistische weg van verlichting' waarin de auteur er vanuit gaat dat moeilijke levensgebeurtenissen een kans zijn voor persoonlijke ontwikkeling en tot verlichting te komen.

## ZELF DOEN

De eerste trancereis waarin je jouw krachtdier ontmoet, kun je het beste doen onder begeleiding van een sjamanistisch healer, zodat je geholpen wordt om naar de spiritwereld te gaan en om weer uit de trance te komen. Daarna kun je zelf trancereizen maken, met een ratel of drummuziek (bijvoorbeeld via youtube).

Zorg dat je geen afleiding hebt en ga ontspannen zitten of liggen. Ervaring met mediteren helpt om makkelijker in een trance te komen.

Je start zo met een visualisatie van de wereld van spiritdieren. Focus op de vraag die je wilt stellen, bijvoorbeeld dat je graag je krachtdier wilt ontmoeten.

Adem een paar keer diep in en uit. Stel je voor dat je aanwezig bent in een landschap, heuvelachtig, groen. Je ziet een grot en je loopt naar binnen. Via deze grot kun jij naar de spiritwereld. Wat zie je? Vraag in gedachten of je jouw krachtdier mag ontmoeten. Je kunt (open) vragen stellen aan jouw krachtdier. Wat zegt hij? Wat laat hij je zien? Nadat je je krachtdier hebt ontmoet en je vraag hebt gesteld kun je je krachtdier bedanken en terugkeren naar het hier en nu.

## KRACHTDIEREN

### Slang

De slang symboliseert de wedergeboorte. Wanneer de slang uit zijn eigen vel is gegroeid, laat hij het achter. De slang vraagt jou of je bereid bent om mensen, relaties en andere zaken, die geen plaats meer hebben in jouw leven los te laten.

### Dolfijn

Dolfijnen zijn in harmonie met hun omgeving, ze gedragen zich liefdevol naar elkaar en helpen de jonge, de oude en zieke dolfijnen spelenderwijs om deel uit te blijven maken van hun gemeenschap. De dolfijn nodigt je uit om je niet te richten op de verschillen, maar te vieren dat wij in wezen allemaal gelijk zijn.

BRON: CatharinaWeb vof. Klaas Russchen, totemdieren.nl