

Inhoud

Voorwoord door Manfred van Doorn 7

Inleiding 9

Deel 1 De reis plannen en voorbereiden

Waarom we verhalen vertellen 15

Het DNA van verhalen 21

Helden en heldinnen 30

Wat neem je mee op reis? 40

Deel 2 De heldenreis in twaalf stappen

Stap 1 Proloog 51

Stap 2 De Oproep tot Avontuur 59

Stap 3 Weerstand en Weigering 65

Stap 4 De Ontmoeting met de Mentor 73

Stap 5 De Selectiedrempel 81

Stap 6 De Nieuwe Wereld 87

Stap 7 De Inwijding 95

Stap 8 De Crisis 103

Stap 9 De Dolk 110

Stap 10 De Terugkeer 117

Stap 11 Dood en wederopstanding 123

stap 12 Het Elixer 131

Bijlage 139

Bronnen 142

Voorwoord

DOOR MANFRED VAN DOORN

Ron Nansink was al van jongs af aan een opvallende verschijning in ons dorp Zandvoort: blond haar, blauwe ogen, een atletisch lichaam, een mysterieuze glimlach en een sierlijke tred. Ik zag hem voor het eerst toen ik twaalf was, en iets in mij zei: daar ga je ooit veel van leren.

Zeven jaar later was het zover. Ik had de zwarte band karate en zocht naar een zachtere en meer verinnerlijkte vechtsport. Het bleek dat Ron net terug was uit Japan, waar hij interne gevecht-kunst, taikiken, had gestudeerd. Het bestaat uit het maken van sierlijke, langzame cirkelvormige bewegingen, een beetje als tai-chi, maar dan meer gericht op het gevecht en op de afstemming van bewegingen, gedachten en energie.

Uiteindelijk zouden we twintig jaar samen trainen. Tijdenlang dagelijks. Ron gaf me dan gratis les, op voorwaarde dat ik bij zons-opgang bij het bos in Overveen zou staan.

Ron is geen gewoon mens. Hij is diep spiritueel en tegelijk dolkomisch. Een van de opmerkelijke gewoonten die hij heeft, is voorspelbare gedachten om te draaien. Op een zonnige dag stond er een lange file Zandvoort in en Zandvoort uit. Het zag eruit als zelfdestructieve waanzin: al die duizenden, oververhitte mensen die geen kant op konden. Ron zei olijk: 'Dat ziet er gezellig uit! Laten we een auto huren en meedoen...'

Een andere gewoonte die Ron had, was dat hij altijd schreef aan een of meer boeken. Ze gingen over de meest uiteenlopende onderwerpen: de kracht van het Nu, of de toekomst van het wereldwijde web. Het waren onderwerpen die hun tijd vaak jaren vooruit

waren. Uiteindelijk kwam er niet veel van de boeken terecht. Hij maakte ze net niet af. Als ik hem dan aanbood om ze te redigeren en af te maken, zei hij: ‘Het zijn eigenlijk “astrale boeken”: ik worstel met de gedachten, schep energetische vormvelden, en iemand anders op de wereld gaat het uiteindelijke boek maken.’

Vaak was dat zo. Over de onderwerpen waar Ron mee had gespeeld, werd – soms jaren later – wereldwijd gepubliceerd. En hij was niet teleurgesteld dat zijn boek nooit geboren was; hij was blij dat iemand het zo mooi had verwoord.

Ik weet niet wat er waar is van het schrijven van ‘astrale boeken’, of het gewoon toeval is of erg voorspelbaar dat de ontwikkelingen ooit die kant op zouden gaan. Maar ik moest aan Rons astrale boeken denken toen ik van Mieke Bouma hoorde dat ze een bondig en praktisch boekje had geschreven over de twaalfstappenreis van de held. Mijn eerste reactie was een gevoel van ongemak, want ik was bezig met hetzelfde idee. Rons houding hielp me de stap te maken naar blijdschap en dankbaarheid. Ik heb Miekés boek met belangstelling gelezen en ervan kunnen genieten.

Mieke en ik werken aan hetzelfde ‘astrale veld’ van archetypische beelden en patronen, en ze is erin geslaagd om een handzaam boek te schrijven over wat ik het belangrijkste onderwerp vind: de innerlijke transformatie die mensen – soms met veel pijn – kunnen doormaken en de inspirerende verhalen die dat kan opleveren. Ik bewonder Mieke om haar manier van schrijven: helder, praktisch en sierlijk. En ik ben dankbaar dat mijn lievelingsonderwerp weer wat verder op aarde gekomen is.

Inleiding

Hoe vaak stuit je in je leven op een bron van wijsheid die je voor de rest van je leven kunt benutten? Ik was een jaar of twintig en nog maar net met mijn theateropleiding begonnen, toen ik het boek *The Hero with the Thousand Faces* van Joseph Campbell in handen kreeg. Het was van mijn vader. Ik kende het niet, maar toen ik er eenmaal in was begonnen, voelde het alsof ik een geheime formule had gevonden waarmee ik de betekenis van alle verhalen voortaan kon ontcijferen. Ik voelde me de koning(in) te rijk.

Begin jaren negentig kocht ik de Nederlandse versie, en het boek heeft mij vanaf dat moment gedurende mijn loopbaan als dramadocent en scenarioschrijver steeds vergezeld en geïnspireerd. Het lezen, schrijven, dramatiseren en regisseren van verhalen vormt de rode draad in mijn leven en werk. Met Campbells boek had ik iets in handen waarmee ik het geheim van ieder goed verhaal kon ontsluiten en het ook nog kon uitleggen aan anderen. Bestaande toneelstukken, oude mythen en sprookjes kon ik beter duiden en doorgronden, maar ook hielp het me bij het construeren van nieuwe verhalen, scripts en toneelstukken, en kon ik deze dankzij het boek van voldoende lagen en diepgang voorzien. En iedere keer als ik het boek of passages eruit herlas, leek het wel of ik het anders las en op een ander niveau begreep.

Behalve als dramadocent werk ik ook als trainer en coach, en ik ben altijd weer verrast als blijkt dat de principes voor verhaalopbouw ook uiterst behulpzaam kunnen zijn bij de persoonlijke ontwikkeling van mensen. Ieder mensenleven kun je immers beschouwen als een verhaal. Loopbaanplanning en de zoektocht

naar zinvolle arbeid, maar ook verhalen over leiderschap kennen daarom veel overeenkomsten met de Reis van de Held zoals Campbell die uiteenzet. De Reis helpt ons ons te realiseren wat we ten diepste willen en wijst de weg naar een zinvolle bestemming. We leren ons eigen verhaal te ordenen en waardevolle plannen te maken voor de toekomst.

Om bij Campbell te blijven: het vinden van het boek was een ware ‘Ontmoeting met de Mentor’ (zie stap 4 van de Reis) en daarmee een belangrijke stap in mijn persoonlijke en professionele ontwikkeling. Het begrip ‘mentor’ verwijst naar alle raadgevers, gidsen, trainers en coaches, en in de Reis van de Held heeft deze figuur de functie om het verhaal op stoom te brengen en de held te voorzien van raad of benodigde instrumenten. Het boek werd mijn gids.

Ook in organisaties en in politieke en maatschappelijke bewegingen wordt steeds vaker teruggesproken op een goed en inspirerend verhaal als basis voor een sterke identiteit, een gezonde bedrijfscultuur en waardevolle toekomstscenario's. Leiders, merken en producten hebben zich op grote schaal laten inspireren door Campbells gedachtegoed.

De stappen die in dit boek behandeld worden en die in samenhang de Reis van de Held genoemd worden, zijn ook bekend als de Monomythe. Dit is een universeel model dat ten grondslag ligt aan heel veel goed vertelde verhalen, en dat een inspiratiebron voor verhalenvertellers is. Het model is niet zozeer ‘bedacht’ als wel door Campbell gedestilleerd uit alle grote klassieke verhalen, mythen en sprookjes die er bestaan. Het is een model dat ontroert, fascineert en inspireert omdat het een goddelijk model is, een ideale structuur die in eindeloze variaties kan worden toegepast, begrepen en ingezet. We zien het model terug in verhalen, sprookjes, mythen en films, maar we herkennen de reis ook in onze eigen ontwikkeling en in de ontwikkeling van volken, teams en organisaties.

Dit boek is bedoeld als praktische gids voor verhalenvertellers, als een routeplanner die herkenbare, menselijke en universele waarden en waarheden behandelt. Wat voor verhaal je ook wilt vertellen, of dat nu een roman, een serie columns, een *corporate story*, een toneelstuk of een filmscript is, met de Reis van de Held heb je een handzaam en praktisch model in handen. Maar let wel: het is geen kant-en-klaar recept, geen formules en pertinent geen invuloefening. Met deze gids in de hand kun je als het goed is weer verder met je verhaal, worden verhalen die in je sluimeren wakker gemaakt en krijg je hopelijk nieuwe ideeën en inspiratie. De Reis van de Held biedt je een schatkist aan verhaalmotieven en oerprincipes waarmee je je eigen schrijf- of verteltalent kunt bevrijden, of je nu toneelschrijver, filmscenarist, romanschrijver, acteur, producent of een andersoortige verhalenverteller bent.

Misschien zul je, net als ik, merken dat wanneer je de Reis van de Held gaat herkennen en toepassen in verhalen en films, deze je ook door je eigen leven en werk gidst en je de benodigde levenslessen leert.

Dit boek is behalve op het werk van Joseph Campbell ook geïnspireerd op *The Writers Journey* (1998) van Christopher Vogler, ook wel de 'Bijbel van Hollywood' genoemd, en op het werk van auteur, psychotherapeut en leiderschapstrainer Manfred van Doorn (auteur van onder meer *Het wiel opnieuw uitvinden*, 2009). Manfred, die ik in 2006 ontmoette, is erin geslaagd het gedachtegoed van Campbell met een schat aan filmfragmenten, beeldmateriaal en paradoxen uit te bouwen tot een algemeen en inspirerend model voor menselijke ontwikkeling en leiderschap, en noemt dit model 'Double Healix'. De website www.doublehealix.com biedt een overzicht van zijn werkwijze.

Ik hoop dat *Storytelling in 12 stappen* een inspiratiebron en behulpzame gids zal zijn bij het vertellen, schrijven en construeren maar ook bij het begrijpen van allerlei soorten verhalen, en ik nodig je dan ook van harte uit mee op reis te gaan. Op zoek naar die mysterieuze bron van waaruit alle verhalen opborrelen.

Tot slot: de held is voor mij nadrukkelijk mannelijk én vrouwelijk. Ik hanteer soms de zij-vorm, maar toch meestal de hij-vorm. Ik vraag je als lezer naar eigen inzicht en waar nodig te switchen tussen het vrouwelijke en mannelijke, en de Reis van de Held vooral te beschouwen als iets universeel menselijks.

En dat geldt ook wanneer ik de term ‘lezer’ gebruik. Meestal bedoel ik daar ook de kijker, de luisteraar, de gamer mee, of ieder ander die het verhaal op een of andere wijze consumeert.

DEEL 1

DE REIS PLANNEN
EN VOORBEREIDEN

Waarom we verhalen vertellen

Verhalen genoeg... ze moeten alleen wakker gekust worden...

Mijn nichtje van negen weet feilloos hoe ze een verhaal moet opbouwen, hoe ze spanning kan creëren en grappige personages kan opvoeren. Tijdens een korte vakantie in Frankrijk zat ik samen met haar in de auto en om de tijd te doden begonnen we samen een verhaal te verzinnen. Ik deed een voorzet, zij borduurde erop door, en zo ontstond ons verhaal. Onze hoofdpersoon moest van haar een wild stromende rivier oversteken, een berg beklimmen, zevenmaal kloppen op de deur van een armoedig hutje, die pas bij de derde keer roepen werd opengedaan. En belangrijker: ze moest leren goed van kwaad te onderscheiden. Een mannetje dat zich aardig voordeed, bleek een grote schoft en een eng oud heksje bood onze hoofdpersoon uiteindelijk veiligheid. Moeiteloos bracht mijn nichtje geniale plotwendingen aan, terwijl ze tegelijk een herkenbaar universum tevoorschijn toverde. Het verhaal was bovendien ook nog erg grappig.

Verhalen verzinnen, vertellen en uitwisselen is iets magisch wat mensen met elkaar delen en waar ze over het algemeen groot plezier aan beleven. Zodra we iets beleefd hebben begint het al: we gaan verbanden leggen tussen het een en het andere, en ordenen daarmee onze indrukken. Door ze in een bepaalde (oorzakelijke) volgorde te plaatsen ontstaat een betekenisvol geheel.

De Azteken brachten iedere avond een mensenoffer omdat het verhaal ging dat anders de zon de volgende ochtend niet zou opkomen. Mijn broertje nam vroeger een grote aanloop om op zijn bed

te springen, zodat het monster dat onder zijn bed woonde hem niet kon grijpen. Verhalen maken is verbanden leggen. Kinderen houden ervan eindeloos voorgelezen te worden, om daarmee grip te krijgen op het leven en om angsten te overwinnen. Wellicht dat daarmee de kunst van het verhalen vertellen en het instinct voor verhaalopbouw worden geboren.

Verhalen hebben een orale traditie, maar bijvoorbeeld al in oude grottekeningen werden ze ook opgetekend. Verhalen vertellen (en schrijven) we om kennis over te dragen, om elkaar te vermaken, om te relativëren, om betekenis te geven, om te vertellen wie we zijn en wat we belangrijk vinden en om zo het mysterie van het leven te begrijpen. Ieder goed verteld verhaal, of het nu een film, een roman, een strip of een autobiografie is, licht een tipje van de sluier op en beantwoordt vragen over geboorte, dood, liefde, wraak, bedrog, macht en onmacht.

Een goed verhaal roept beelden, emoties en herinneringen op, en bouwt voort op onze collectieve wijsheid. Als iemand mij een verhaal over zijn leraar Duits op de middelbare school vertelt, roept dat bij mij ook verhalen (herinneringen, beelden en anekdotes) uit die tijd op. Al deze verhalen vormen samen een gigantische verhalenbank, en daarmee een deel van ons menselijk bewustzijn.

Storytelling

De Engelse term *storytelling* is langzamerhand een begrip geworden waar nog geen goede Nederlandse term voor is gevonden. Simpelweg 'het verhalen vertellen' dekt onvoldoende de lading, omdat *storytelling* inmiddels meer is dan alleen verhalen vertellen. Bij *storytelling* staat het ontwikkelen, schrijven, vertellen en delen van verhalen centraal. Vaak gaat het daarbij ook om toepassingen in onderwijs, therapie en bedrijfsleven. Wellicht kunnen we daarom beter over 'narratieve praktijk' spreken.

Narratief heeft betrekking op de 'verhalende' manier waarop samenhang en betekenis worden aangebracht in een verloop van menselijke handelingen en gebeurtenissen. Door ordening en