



# HEROS

Voor gezonde masculiniteit

## Brief #1

Welkom bij jouw reis naar pure mannelijkheid  
Ontdek wat je kan doen om een krachtige en liefdevolle leider  
te zijn in je leven. En hoe je het leven kan indelen volgens jouw  
voorwaarden.

# De waarde van de halfgoden

Hey halfgod,

Geweldig dat je deze brief aan het lezen bent. Dit betekent namelijk dat je hebt gekozen voor jouw HEROS-reis. De reis start nu en gaat over de essentie van echt man zijn.

Deze brief is speciaal voor de mannen die er klaar voor zijn om de reis naar hun pure, authentieke mannelijkheid te maken. Vanaf nu ontvang je elke maand een brief die je gaat helpen om stappen te zetten op jouw pad. Het door jou gekozen pad, is er voor jou om te bewandelen. Want je hebt een unieke gave die je mag uiten en waarmee je de wereld mag verblijden.

Zodra je deze gave gaat inzetten, zal je de vruchten plukken die het leven je te bieden heeft. Je gaat je ware essentie tegenkomen, de authenticiteit die je uniek maakt. Omarm je authenticiteit en de wereld zal volgen.

Vroeger werden heros vereerd, aanbeden. Dit waren mannen die vanuit hun puurste intentie en essentie in contact stonden met de masculiene energie. Een heros (meervoud: heroën; Grieks: ἥρως / hērōs) is in de Griekse mythologie een dappere en geweldige man, die als god werd vereerd en daarom een goddelijke vader of moeder werd toegedicht. Heroën werden opgewaardeerd tot halfgoden.

Het is nu aan jou om deze status te verkrijgen. Voor je partner. Je kinderen. Je vrienden. Je vader. Je moeder. Maar vooral... voor JEZELF!

Als jij jezelf eert vanwege je uniciteit en authenticiteit dan is dat goed. Krachtig en vol vertrouwen de wereld ingaan, is waar het om gaat. Een sterk lichaam. Een krachtige mindset en rust in je kop. Richting en structuur in je leven. Je missie na jagen, liefhebben en zorgen zoals alleen een man dat kan.

Deze eigenschappen vormen samen de HEROS/halfgod. Het is aan jou om deze eigenschappen te ontwikkelen in het leven. Ik wil je op het hart drukken dat echt elke man, groot, klein, dik, dun, oud, jong een HEROS is.

En als hij er nog niet volledig mee in contact staat, kan hij deze verbinding versterken en zich vervolgens aansluiten bij de club van halfgoden.

Want de waarde van de halfgod die een man aan zichzelf hangt, staat gelijk aan de waarde die hij voor de mensen in zijn leven en de wereld vertegenwoordigt.

Jij bent gestart met je HEROS-reis omdat je wellicht hebt gemerkt dat je meer van waarde voor jezelf en voor anderen kan en wilt zijn. Deze maandelijkse brieven vormen een leidraad en begeleiden je van start naar finish. Van jongen tot man. Van volger tot leider en van gevangene naar held.

Er wordt elke maand een onderwerp uitgelicht. Je ontvangt vragen en opdrachten die je in de online omgeving kunt maken. De inloggegevens staan verderop in de brief. Als je de antwoorden online invult en opstuurt, ontvang je elke week feedback en op/aanmerkingen. Oftewel je krijgt 1-op-1 coaching erbij.

Maak gebruik van de mogelijkheden die je nu krijgt aangeboden, zodat je jouw authenticiteit en interne kracht naar buiten kan brengen.

Groeten,  
Paul

## De kracht van echte mannen

Wat maakt een man, een echte man? Welke keuzes liggen hier ten grondslag aan? En over welke onderdelen in het leven zou een man leiderschap moeten hebben?

Voordat ik hier op in ga, wil ik eerst het volgende met je delen: iets 'moeten' is niet iets slechts. Het brengt je verder en dichterbij het volgende, nieuwe checkpoint.

'Moeten' is het gevolg van iets willen en komt voort uit een gedachte. Specifiek jouw gedachte. Dus de volgende keer dat je iets van jezelf 'moet', wees dan blij, opgewekt, vol motivatie en passie om aan de slag te gaan. De keuzes die je maakt, leiden tot in actie komen.

Kiezen. Gekozen worden. Resultaat! Of laat jij je leiden door een ander? Met als gevolg dat je moet leren omgaan met de consequenties. Is dat wat je wilt?

Ik gun het jou om zelf de touwtjes in handen te nemen en je lot te bepalen. Je eigen koers uitstippelen en zelf voor de wind in je zeilen zorgen. Je ogen gefocust op het doel dat je al langere tijd in je hoofd hebt. Wat dat ook mag zijn.

Doelen waar je voor kan strijden zijn bijvoorbeeld: een lichaam dat lijkt op dat van Arnold Schwarzenegger. Een fijne relatie met een supermooie vrouw. Een beestachtig seksleven en een baan waardoor je alles wat je wilt kan kopen.

Is dat het? Wat het leven inhoudt?

Is dat wat je echt wilt?

Of is er meer en sta je ervoor open om dat te onderzoeken?

Ik hoop oprecht dat je nee zegt tegen leegheid in je leven en JA zegt tegen inhoud, zingeving, betekenis, liefde, verbondenheid en kracht.

Het is aan jou om in deze tijd, waarin je als man constant getest, uitgedaagd en bekritiseerd wordt, krachtig met een rechte rug te blijven staan. Waarbij je je armen spreidt en zegt: "kom maar op, ik kan het dragen."

Dit betekent niet dat je over je heen moet laten lopen of dat je de controle verliest over dat wat er is. Het betekent dat je de steunpilaar bent waar anderen op kunnen bouwen.

Maar wat heb je nodig om die stevige steunpilaar te zijn?

Wat mag je nog meer eigen maken, waardoor je nog steviger kunt staan?

De oplossing ligt in je KERN.

En de KERN bestaat uit vier ELEMENTEN.

Word heer en meester in en over deze elementen en je bent in staat om je leven te leven op jouw voorwaarde(n). Invulling te geven aan en liefde te zaaien, met als resultaat dat je krachtige relaties en succes kan oogsten.

De KernElementen voor ons als man zijn samen te vatten in;

Positieve **Mindset**, een goede **Gezondheid**, oprechte **Relaties** en **Zingeving** (een missie).

Met deze vier in topconditie kan jij als man de wereld aan.

Breng deze vier in topconditie en wordt een krachtige man. Aantrekkelijk voor het vrouwelijke en een rolmodel voor anderen en je (toekomstige) kinderen.

Jouw keuzes bepalen de uitkomst van wie jij bent als man. Als je kiest om een leider te zijn, ga dan vooraan staan. Wees het voorbeeld en stuur jezelf een gerichte kant op.

Een man leert door voorbeeld en resultaat. Als jij beide niet of minder hebt ervaren, dan ligt er een uitdaging voor je. Vanuit het diepste van je hart komt een handreiking om je te helpen aarden en je leven te voeden.

Als jij die hand krijgt toegereikt, neem jij hem dan aan?

Durf jij in het diepe te springen? Te gaan voor het onbekende en te vechten voor die hand uit het hart?

Je kan denken dat deze hand niet van jou is. Toch is dat wel zo. Iedere man heeft een koning in zijn hart en rijkt je de hand om samen op pad te gaan.