

LE MYTHE DU HÉROS

Une enquête sur la vertu

Le mythe du héros, bien qu'il soit systématisé par des auteurs tels que Joseph Campbell, est présent dans notre culture (au moins) depuis les récits d'Homère. Nous pouvons également le voir apparaître dans le mythe perse sur Gilgamesh (datant de 4000 ans) et dans le mythe hindou de Rama. Il se retrouve dans *Harry Potter*, *The Lord of the Rings*, *Star Wars*, *Dune*, *Game of Thrones*, *Aladin*, *The Lion King*, *Moana*, etc. Et n'oublions pas la presque totalité des films Marvel. Pourquoi sommes-nous obnubilés par ce mythe fondateur? Une part fondamentale de notre réponse : parce qu'il nous enseigne à devenir vertueux, à devenir nous-mêmes les héros de notre propre existence. D'ailleurs, les personnes que nous admirons dans nos vies n'ont-elles pas elles-mêmes les grands atouts du héros?

Dans cet atelier, nous allons décortiquer chaque étape fondamentale du mythe du héros pour en tirer des conclusions sur la vertu. Puis, nous analyserons la pensée de Carl G. Jung concernant l'archétype du héros et son importance psychologique pour quiconque qui se confronte au Soi.

1. Pour entamer votre périple, nous vous proposons de vous confronter à l'exhortation de Jung à l'égard d'une enquête éthique de soi. Pourquoi ne pas en profiter pour vous questionner sur votre propre vie? Jung vous pose lui-même une question essentielle : de quelle somme de bien et de quels actes honteux êtes-vous capables?
2. Ce court extrait est suivi d'un glossaire vous permettant de vous familiariser avec les concepts centraux de sa pensée.
 - En quoi les archétypes sont-ils liés à l'inconscient? Et quel(s) lien(s) pourrions-nous faire avec les instincts?
 - Dans l'individuation, quels seraient les éléments constitutifs du Soi?
 - Qu'est-ce que l'ombre que Jung cherche à décrire?
3. Finalement, nous vous invitons à consulter le résumé du schéma narratif du mythe du Héros proposé par Campbell. Concentrez-vous surtout sur les 12 étapes du « voyage » du héros. Afin de vous les approprier, nous vous invitons à les identifier dans votre récit héroïque favori (voir la liste présentée dans la colonne de gauche).

Au plaisir de vous retrouver dans notre atelier!

Sébastien Sicard Dequoy et Marc-Antoine Dubé

C. G. Jung

“Ma vie”

Souvenirs, rêves et pensées

(Pensées tardives, pages 516 à 519)

Mais l'individu est, en règle générale, tellement inconscient qu'il ne se rend même pas compte de ses possibilités de décision et c'est pourquoi il recherche toujours anxieusement des règles et des lois extérieures auxquelles, dans sa perplexité, il puisse se tenir. Abstraction faite des insuffisances généralement humaines, c'est l'éducation qui, pour une bonne part, est coupable de cet état de choses, éducation qui cherche exclusivement ses normes dans ce que l'on sait couramment, et qui ne parle jamais de ce qu'est l'expérience personnelle de l'individu. On enseigne ainsi les idéalismes dont, la plupart du temps, on sait qu'on ne pourra jamais y satisfaire, et ils sont prêchés ès [en matière de] qualités par des êtres qui savent qu'ils n'y ont eux-mêmes jamais satisfait et qu'ils n'y satisferont jamais. Cette situation est habituellement supportée sans y regarder de plus près.

Qui, par conséquent, désire trouver une réponse au problème du mal, aujourd'hui posé, a besoin en premier lieu d'une *connaissance approfondie de lui-même*, c'est-à-dire d'une

connaissance aussi poussée que possible de sa totalité. Il doit savoir sans ménagement de quelle somme de bien et de quels actes honteux il est capable, et il doit se garder de tenir la première pour réelle et les seconds pour illusion. L'une et les autres sont vrais en tant que possibilités et il ne pourra entièrement échapper à la première ni aux secondes s'il prétend vivre – comme cela au fond devrait aller de soi – sans mentir ni se flatter.

Mais on est en général encore tellement éloigné d'un semblable niveau de conscience que cette attente paraît presque dénuée d'espoir, bien qu'existe chez beaucoup d'êtres modernes la possibilité d'une connaissance profonde de soi-même. Une telle connaissance serait également nécessaire parce que ce n'est qu'en fonction d'elle que l'on peut s'approcher de cette couche fondamentale, de ce noyau de la nature humaine au sein duquel on rencontre les instincts. Les instincts sont des facteurs dynamiques présents *a priori* dont, en dernière analyse, dépendent les décisions éthiques de notre conscience. Ils composent l'inconscient et ses contenus à propos duquel il n'y a pas de jugement définitif. À son sujet on ne peut avoir que des préjugés, car il nous est impossible d'embrasser par la connaissance la nature de l'inconscient, ni de lui assigner des frontières rationnelles. On ne peut parvenir à une connaissance de la nature que par une science qui élargisse le conscient et c'est

pourquoi une connaissance approfondie de soi-même requiert également la science, c'est-à-dire la psychologie. On ne saurait construire une lunette astronomique ou un microscope pour ainsi dire par un tour de main et par la seule bonne volonté, sans avoir de solides notions d'optique.

Glossaire – Les concepts de Jung

Archétypes.

« La notion d'archétype... dérive de l'observation, souvent répétée, que les mythes et les contes de la littérature universelle renferment les *thèmes* bien définis qui reparaissent partout et toujours. Nous rencontrons ces mêmes thèmes dans les fantaisies, les rêves, les idées délirantes et les illusions des individus qui vivent aujourd'hui. Ce sont ces images et ces correspondances typiques que j'appelle représentations archétypiques. Plus elles sont distinctes et plus elles s'accompagnent de tonalités affectives vives... Elles nous impressionnent, nous influencent, nous fascinent. Elles ont leur origine dans l'archétype qui, en lui-même, échappe à la représentation, forme préexistante et inconsciente qui semble faire partie de la structure héritée de la psyché et peut, par conséquent, se manifester spontanément partout et en tout temps. »

Individuation.

« La voie de l'individuation signifie : tendre à devenir un être réellement individuel et dans la mesure où nous entendons par individualité la forme de notre unicité la plus intime, notre unicité dernière et irrévocable, il s'agit de la *réalisation de son Soi* dans ce qu'il a de plus personnel et de plus rebelle à toute comparaison. On pourrait donc traduire le mot d'"individuation" par "réalisation de soi-même", "réalisation de son Soi". »

Ombre.

« L'ombre est cette personnalité cachée, refoulée, le plus souvent inférieure et chargée de culpabilité, dont les ramifications les plus extrêmes remontent jusqu'au règne de nos ancêtres animaux; elle englobe ainsi tout l'aspect historique de l'inconscient... Si l'on admettait précédemment que l'ombre humaine était la source de tout mal, on peut maintenant, si l'on y regarde de plus près, découvrir que l'homme inconscient, précisément l'ombre, n'est pas uniquement composé de tendances moralement répréhensibles, mais qu'il comporte aussi un certain nombre de bonnes qualités, des instincts normaux, des réactions appropriées, des perceptions réalistes, des impulsions créatrices, etc. »

– examens, méfiance des collègues lors d'une arrivée à un nouveau poste, le temps, les préjugés, l'oppression...

Fonctions dramatiques : il teste les forces du héros sur son chemin.

Fonctions psychologiques : il incarne les névroses, (troubles affectifs et émotionnels dont la personne est consciente). Il s'agit pour le héros d'apprendre à traiter avec les gardiens, une épreuve majeure (entendez là nos limites ou nos vices, petits ou grands.)

- **5. Le personnage protéiforme** : Protée est le fils d'Océan et de Thétys, le vieil homme de la mer. Pour échapper au piège que lui tend Ménélas dans l'Odyssée, Protée se transforme tour à tour en lion, serpent, panthère, sanglier, ruisseau et arbre. Il symbolise aussi les sorcières et ceux que l'on croyait nos alliés et qui s'avèrent être nos ennemis et *vice et versa*. C'est un personnage double, ce que nous sommes aussi avec nous-mêmes, tantôt ami, tantôt ennemi et ce, sans crier gare !

Fonctions dramatiques : il suscite le doute et le suspense.

Fonctions psychologiques : en analyse jungienne, il incarne l'*animus* et l'*anima*, (l'énergie masculine et féminine), les fantasmes, le pouvoir et l'assurance de soi qu'il faut (re)trouver pour être le plus fort.

- **6. L'ombre** : elle est le côté obscur, inexprimé, non réalisé. Elle symbolise les « méchants », les antagonistes, les ennemis, ceux qui nous barrent la route tout au long de la quête. Pour rendre crédible le personnage de l'ombre, il faut l'affubler toujours de quelques touches d'humanité, de vulnérabilité. C'est ainsi plus difficile de combattre cet ennemi-là. Songez au conte de *la Belle et la Bête*.

Fonctions dramatiques : elle permet de défier le héros, de lui offrir un adversaire de qualité. N'importe quel personnage peut porter le masque de l'ombre. Sachant aussi que notre plus grand ennemi est d'abord nous-même.

Fonctions psychologiques : elle incarne le pouvoir des sentiments refoulés, les personnages de nos cauchemars, la psychose (le malade sort du monde réel).

- **7. Le trickster** (du verbe anglais *to trick*, faire une farce, jouer un tour, être malin – quelqu'un à qui rien n'échappe) : il représente à la fois le compagnon, le bouffon, le faire-valoir. Il est le catalyseur, celui qui attire l'attention sur l'absurdité parfois de certaines situations (songez aux valets des comédies de Molière, au Sancho Pança de Don Quichotte)... Il entraîne

des changements sains lorsque le héros commence à s'embourber dans un surplace stérile.

Fonctions dramatiques : il permet le soulagement comique.

Fonctions psychologiques : il facilite la remise des ego à leur place.

Ces sept personnages, que vous avez sans doute pu reconnaître et transposer, vont vivre une intrigue en trois grands actes et douze étapes. Une structure dont la chronologie n'est pas figée. Ainsi, selon le point de vue*, le style de l'auteur..., l'histoire peut commencer par la fin, le milieu, revenir en arrière, etc.

Quoi qu'il en soit, toute histoire* commence toujours par un déplacement. Quitter le monde familier pour un autre, inconnu, à apprivoiser, et ce pour trouver l'objet de la quête : pensez au conte*, à chaque fois le héros doit partir de chez lui comme chacun d'entre nous. Au moment venu, nous avançons vers de « nouvelles aventures », mus par un manque, un désir, une nécessité... à combler. Ce peut être la recherche de l'amour, l'ambition ou la reconnaissance sociale, l'argent, le travail, une maladie grave... Ce voyage est aussi symbolique, nul besoin de faire des kilomètres, tout peut basculer soudain du « monde ordinaire » au « monde extraordinaire » : ainsi, dans *la Métamorphose* de Kafka, le héros se réveille un matin transformé en cafard.

Le voyage commencé, il sera long et périlleux pour pouvoir rapporter, ou non, l'objet de la quête.

Le voyage du héros : douze étapes en trois actes

ACTE I

Étape 1 – le monde ordinaire : présentation du héros dans son quotidien, le monde ordinaire.

Étape 2 – l'appel de l'aventure : confronté à des problèmes intérieurs et/ou extérieurs qu'il doit combattre, le héros va devoir se préparer à quitter le monde ordinaire pour entrer dans le monde extraordinaire (celui de l'aventure).

Étape 3 – le refus de l'appel : le héros peut refuser momentanément la proposition d'aventure qui lui est faite (freins à sa vie qu'il va devoir bouleverser, volontairement ou non).

ACTE II

Étape 4 – la rencontre avec le mentor : pour le préparer à l'inconnu, le « Mentor » lui apporte sagesse, expérience, conseils... C'est au cours de cette étape que le héros obtient tous les éléments nécessaires au voyage.

Étape 5 – le passage du premier seuil : c'est là que le héros s'implique vraiment dans l'aventure, les gardiens du seuil vont entraver sa route, le monde extraordinaire demande à être apprivoisé.

Étape 6 – les tests, les alliés, les ennemis : le héros vient de rentrer dans le monde extraordinaire, un monde inconnu, généralement sous la domination du méchant ou d'une ombre qui vont l'entourer de pièges. Des changements d'ordre émotionnel vont se manifester, de nouveaux domaines sont explorés. C'est une période d'ajustement pendant laquelle le héros va se faire des alliés et des ennemis.

Étape 7 – l'approche du cœur de la caverne : lorsqu'il est adapté aux nouvelles conditions, le héros cherche à pénétrer au cœur du monde extraordinaire. En chemin, il découvre une autre zone encore, mystérieuse, avec ses propres gardiens du seuil, leurs rituels, leurs gestes : c'est l'approche au cœur de la caverne où l'attendent émerveillement et terreur maximale. Il ne peut plus reculer.

Étape 8 – l'épreuve suprême : les voyages s'organisent généralement autour d'un événement central : atteindre le sommet d'une montagne, le fond de la caverne, le cœur de la forêt, la partie la plus secrète de votre âme... Le héros, au cœur de la caverne, va affronter le plus grand défi qu'il ait jamais vécu, celui où il peut tout gagner ou tout perdre. Il doit défier la mort (la sienne, celle d'un être cher, achever une relation...). Mourir pour renaître, transformé. L'épreuve suprême est une confrontation avec une force opposée : force de la nature, ennemi, antagoniste, archétype de l'ombre et, au-delà, représente les facettes négatives du héros, son plus grand opposant, sa propre ombre, ce que nous n'aimons pas de nous. Confrontation avec notre âme et les multiples facettes de notre personnalité (*anima, animus*).

Étape 9 – la récompense : la crise de l'épreuve suprême surmontée, le héros va en connaître les conséquences. Le triomphe d'avoir survécu à la mort peut être éphémère mais pour l'instant, il savoure l'accalmie en attendant de partir sur la route du retour où l'attendent encore d'autres épreuves. C'est pendant cette étape que le héros s'empare de ce qu'il est venu chercher (l'épée, le St Graal...), ou l'élixir qui rend la vie.

ACTE III

Étape 10 – le chemin du retour : « Facile est la descente dans le monde inférieur, mais revenir sur ses pas et s'échapper vers les couches supérieures de l'atmosphère, là est la véritable tâche à accomplir. » La sibylle à Enée - *l'Enéide*.

Une fois la victoire de l'épreuve suprême célébrée, la récompense obtenue, les leçons apprises, le héros doit faire un choix : rester dans le monde extraordinaire ou retourner dans le monde ordinaire. Il va devoir déployer une nouvelle énergie pour remonter jusqu'au monde des vivants, jusqu'à la lumière. Le chemin du retour détermine la frontière entre l'acte II et l'acte III. Comme lors de la traversée du premier seuil, l'objectif de l'histoire peut changer. Une étape déterminante, semée de crises et d'embûches, dans lequel le héros s'implique de nouveau complètement, une étape où les forces opposantes, si elles n'ont pas été détruites durant l'épreuve, se relèvent encore plus fortes et se regroupent pour poursuivre le héros.

Étape 11 – la résurrection : pour que l'histoire soit bouclée, le héros doit expérimenter une dernière fois la mort et la renaissance, un moment similaire à celui de l'épreuve suprême mais subtilement différent. C'est le « climax » (mot qui signifie « échelle »). Le climax doit engendrer une sensation de catharsis (« se purger » en grec), une libération des émotions, des tensions. Le climax n'est pas « la crise », l'ultime rencontre avec la mort, la plus dangereuse. Le héros doit se purifier avant de réintégrer le monde ordinaire.

Étape 12 – le retour avec l'élixir (ou « dénouement ») : Après avoir survécu à la mort et à toutes les épreuves, le héros revient à son point de départ ou continue le voyage. Grâce au chemin parcouru, il ne sera plus jamais le même, une nouvelle vie va commencer. Revenir avec « l'élixir » signifie changer sa vie quotidienne et utiliser les acquis de l'aventure pour cicatriser ses blessures. Jusqu'à la prochaine quête...

À la lecture de cette structure, vous avez sans doute pu identifier certains personnages de films et de récits cultes, par exemple, ceux de *la Guerre des étoiles*, d'*Harry Potter*, voire ceux, par exemple, du grand roman classique *le Rouge et le Noir*.

Vous avez pu aussi vous retrouver... vous, le héros de votre propre histoire.