

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, pourquoi la somme du Soi est-elle plus vaste que la conscience du moi?
 - Qu'est-ce que l'ombre que Jung cherche à décrire?
3. Finalement, vous nous invitons à consulter le résumé du schéma narratif du mythe du Héros proposé par Campbell. Un survol des 7 archétypiques est suffisant, 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 à 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)

Rien ne peut nous épargner le tourment de la décision éthique. Mais aussi rude que cela sonne, il faut, dans certaines circonstances, avoir la liberté d'éviter ce qui est reconnu pour moralement bien, et celle de faire ce qui est stigmatisé comme mal, si la décision éthique l'exige. En d'autres mots, il ne faut pas succomber à l'un ou l'autre des termes contraires. En face d'une telle unilatéralité nous avons sous une forme morale le *neti, neti*¹ de la philosophie hindoue. Dans cette perspective, le code moral sera, le cas échéant, irrémédiablement abrogé et la décision éthique dépendra de l'individu. Cela ne comporte en soi rien de nouveau, mais se manifestait déjà au cours des temps prépsychologiques sous forme de conflits de devoirs.

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

¹ « Pas encore, pas encore », parole que se répète le méditant tandis qu'il traverse les différents niveaux de l'être à la recherche de la réalité inconditionnée. Cette notion est donc, à l'origine, épistémologique et non morale. (N. d. T.)

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.

C. G. Jung écrit : « 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. En raison de sa nature instinctuelle, l'archétype est situé en dessous des complexes* affectifs et participe à leur autonomie. »

« Je retrouve toujours ce malentendu qui présente l'archétype comme ayant un contenu déterminé; en d'autres termes, on en fait une sorte de "représentation" inconsciente, s'il est permis de

s'exprimer ainsi; il est donc nécessaire de préciser que les archétypes n'ont de contenu déterminé; ils ne sont déterminés que dans leur *forme* et encore à un degré très limité. Une image primordiale* n'a un contenu déterminé qu'à partir du moment où elle est devenue consciente et est, par conséquent, empli du matériel de l'expérience consciente. On pourrait peut-être comparer sa forme au système axial d'un cristal qui préforme, en quelque sorte, la structure cristalline dans l'eau mère, bien que n'ayant par lui-même aucune existence matérielle. Celle-ci n'apparaît qu'à la manière dont les ions et les molécules se groupent. L'archétype en lui-même est vide; il est un élément purement formel, rien d'autre qu'une *facultas praeformandi* (une possibilité de préformation), forme de représentation donnée *a priori*. Les représentations elles-mêmes ne sont pas héritées : seules leurs formes le sont; ainsi considérées, elles correspondent en tout point aux instincts qui, eux aussi, ne sont déterminés que dans leur forme. On ne peut pas plus prouver l'existence des archétypes que celle des instincts, tant qu'ils ne se manifestent pas eux-mêmes de façon concrète. »

« On ne doit point un instant s'abandonner à l'illusion que l'on parviendra finalement à expliquer un archétype et ainsi à le "liquider". La tentative explicative la meilleure, elle-même, ne

sera jamais rien d'autre qu'une traduction plus ou moins réussie dans un autre système d'images. »

Conscience.

C. G. Jung écrit : « Quand nous nous demandons ce que peut bien être la nature de la conscience, le fait – merveille d'entre les merveilles – qui nous impressionne le plus profondément c'est que, un événement venant à se produire dans le cosmos, il s'en crée simultanément une image en nous où, en quelque sorte, il se déroule parallèlement, devenant ainsi conscient. »

« En effet, notre conscience ne se crée pas elle-même, elle émane de profondeurs inconnues. Dans l'enfance, elle s'éveille graduellement et, tout au long de la vie, elle s'éveille le matin, sort des profondeurs du sommeil, d'un état d'inconscience. Elle est comme un enfant qui naît quotidiennement du sein maternel de l'inconscient. »

Individuation.

C. G. Jung écrit : « J'emploie l'expression d'individuation pour désigner le processus par lequel un être devient un "in-dividu" psychologique, c'est-à-dire une unité autonome et indivisible, une totalité. »

« 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". »

« Mais je constate continuellement que le processus d'individuation est confondu avec la prise de conscience du moi et que par conséquent celui-ci est identifié au Soi, d'où il résulte une désespérante confusion de concepts. Car, dès lors, l'individuation ne serait plus qu'égoïsme ou autoérotisme. Or, le Soi comprend infiniment plus qu'un simple moi... L'individuation n'exclut pas l'univers, elle l'inclut. »

Ombre.

La partie inférieure de la personnalité; somme de tous les éléments psychiques personnels et collectifs qui, incompatibles avec la forme de vie consciemment choisie, n'ont pas été vécus; ils s'unissent dans l'inconscient en une personnalité partielle relativement autonome avec tendances opposées à celles du conscient. L'ombre, par rapport à la conscience, se comporte de façon compensatoire, aussi son action peut-elle être aussi bien

positive que négative. Dans le rêve, le personnage de l'ombre est le plus souvent du même sexe que le rêveur. En tant qu'élément de l'inconscient personnel*, l'ombre procède du moi; mais en tant qu'archétype* de l'éternel « antagoniste » il procède de l'inconscient collectif*.

C. G. Jung écrit : « L'ombre personnifie tout ce que le sujet refuse de reconnaître ou d'admettre et qui, pourtant, s'impose toujours à lui, directement ou indirectement, par exemple les traits du caractère inférieurs ou autres tendances incompatibles. »

« 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. »

Les six grandes étapes

Elles regroupent les trente et une fonctions (pour les apprécier, pensez à un conte que vous connaissez bien, *le Petit Chaperon rouge* ou *Blanche-Neige*, par exemple) :

1. **Situation initiale.** Un problème est posé, présentation du héros dans son décor* habituel ;
2. **Apparition d'un manque, d'un besoin.** Le héros va devoir partir pour combler ce manque... répondre à ce besoin ;
3. **Départ** du héros ;
4. **Épreuves**, combats, obstacles à surmonter s'il veut conquérir ce qui lui permet de combler ce manque, répondre à sa mission ;
5. **Aides magiques** éventuelles ;
6. **État final**, dénouement, le manque est comblé.

À l'intérieur de cette structure*, les personnages*, figure* du monstre, de la marâtre, de la princesse, de la fée... sont archétypiques. Ils vont chacun remplir des fonctions précises pour que s'accomplisse la quête du héros.

Les trente et une fonctions :

1. Éloignement ;
2. Interdiction ;
3. Transgression ;
4. Interrogation
5. Information (délation) ;
6. Tromperie ;
7. Complicité ;
8. Méfait (ou manque) ;
9. Médiation ;
10. Début de l'action (acceptation du héros) ;
11. Départ du héros ;
12. Première fonction du donateur (le héros mis à l'épreuve) ;
13. Réaction du héros ;
14. Réception de l'objet magique ;
15. Déplacement du héros ;

16. Combat entre le héros et l'antagoniste ;
17. Le héros marqué ;
18. Victoire sur l'antagoniste ;
19. Réparation du méfait (ou manque) initial ;
20. Retour du héros ;
21. Poursuite (persécution du héros) ;
22. Secours (le héros est sauvé) ;
23. Arrivée incognito du héros ;
24. Prétentions mensongères (du faux héros) ;
25. Tâche difficile imposée au héros ;
26. Tâche accomplie ;
27. Reconnaissance du héros ;
28. Découverte (le faux héros ou l'antagoniste est démasqué) ;
29. Transfiguration du héros ;
30. Puniton (de l'antagoniste) ;
31. Mariage du héros.

Un conte ne remplit pas forcément les trente et une fonctions ; de plus, celles-ci peuvent se cumuler.

La structure* d'un récit selon Campbell : la force des archétypes

Comme on l'a vu précédemment, tout récit* a pour origine les grands mythes, c'est-à-dire « des histoires fabuleuses qui mettent en scène des êtres incarnant sous une forme symbolique des forces de la nature, des aspects de la condition humaine » (cf. définition du *Petit Robert*). Ainsi, dans toutes les histoires*, nous retrouvons toujours quelques éléments structurels universels présents dans les mythes, les contes* de fées, les rêves (cf. C.G. Jung). Partant des travaux de Propp, s'appuyant sur ceux de C.G. Jung et étudiant des mythes du monde entier, Joseph Campbell, mythologue américain, a montré que « leur force et leur permanence étaient dues à la répétition d'une même histoire déclinée à l'infini sur des variations multiples » : le voyage du héros, dans un ouvrage intitulé *The Hero With The Thousand Faces* (*Le héros aux mille visages*).

Nous retrouvons ainsi sept types* communs de personnages* ou de fonctions psychologiques communes à chacun d'entre nous.

Selon une lecture psychanalytique junguienne, ces sept personnages sont la métaphore d'une seule et même figure*, l'homme et ses différentes facettes.

Sept figures de nous-mêmes que nous arborons comme un masque selon les circonstances. Chacune, selon sa fonction dans le récit, est emblématique : ainsi, les loups, les vampires et autres monstres ne sont que les avatars d'un seul et même personnage, *l'ombre* par exemple, qui s'oppose au héros.

Quand nous lisons une histoire, ce sont ces sept figures archétypiques que nous rencontrons, celles qui nous emmènent toujours plus avant dans la quête de nous-même, et ce tout au long de notre vie.

En découvrir la richesse vous permettra de donner plus de force et de vérité humaine à vos personnages, et donc à vos histoires.

Sept personnages, sept fonctions dramatiques et psychologiques

Chaque personnage remplit une fonction précise dans l'avancée d'une histoire, à lire sur deux plans : le plan dramatique (celui du récit, de son ressort narratif) et le plan psychologique.

À noter cependant, comme le mentionnait déjà Propp*, un personnage archétypique peut remplir à lui seul plusieurs fonctions, c'est-à-dire jouer plusieurs rôles.

De même, ces sept personnages ne sont pas nécessairement tous présents dans un récit.

Pour en connaître toutes les subtilités, indissociables de la structure sur laquelle ils se déplacent et évoluent tout au long de l'histoire*, je vous renvoie au livre de Christopher Vogler*, que j'utilise ici. Il donne une explication complète, claire et concrète des théories de Joseph Campbell*.

Enfin, si vous connaissez le film et/ou l'album de *Kirikou et la sorcière*, de Michel Ocelot, vous pouvez en découvrir aussi l'analyse dans *Écrire pour la jeunesse*, 2010.

Voici donc, très succinctement, l'interprétation « générale » de ces sept archétypes.

- **1. Le héros** : le mot « héros » signifie, étymologiquement, celui qui protège, qui doit servir le groupe. Sa fonction sacrificielle est importante.

Fonctions dramatiques : il est le personnage principal de l'histoire et c'est autour de lui, de sa quête, que le récit va s'organiser. Parmi les sept personnages, c'est lui qui va connaître le plus grand nombre

de transformations, d'évolution, au cours de ce voyage. Son parcours symbolise les différentes étapes de la vie, des désirs à assouvir, des manques à combler... que l'on doit accomplir parfois malgré soi. Le héros ne part jamais spontanément à l'aventure, il est poussé par une force intérieure plus forte que lui, mû par une ou deux valeurs profondes sur lesquelles il a fondé inconsciemment le plus souvent sa vie, et ce à tous les niveaux. Qu'il s'agisse de l'affectif, du professionnel, du matériel... Cette valeur peut venir de loin, bien avant sa naissance, portée par ses grands-parents ou ses parents. Mais elle peut aussi avoir grandi de son expérience d'enfant. Ce peut-être la liberté, la justice, le besoin de transparence, la reconnaissance... Elle va fonder une partie de notre personnalité. Toute quête est par définition identitaire. Ce qui nous porte, c'est cette valeur à laquelle nous répondons. C'est elle qui crée la motivation.

Fonctions psychologiques : le héros représente le « moi », cette partie de soi-même séparé de la mère, qui se sent différent et étranger au reste du monde et doit trouver sa place et son identité.

- **2. Le mentor** : c'est le nom du précepteur de Télémaque, le fils d'Ulysse. C'est aussi le donateur, (rôle que l'on retrouve chez Propp), le vieux sage ou la bonne fée des contes, celui qui nous indiquera le chemin, nous fournira des « armes » pour pouvoir avancer.

Fonctions dramatiques : il enseigne, conseille le héros.

Fonctions psychologiques : il est le « soi », le meilleur de nous-mêmes, celui qui nous veut du bien, la conscience qui nous guide.

- **3. Le messager** : appelé Mercure chez les Latins, Hermès chez les Grecs, il symbolise l'appel de l'aventure : coup de téléphone, lettre, personne, rêve, idée... Tout ce qui nous fait quitter notre « monde ordinaire » pour entrer dans « le monde extraordinaire de l'aventure ».

Fonctions dramatiques : il incarne la motivation, ce qui fait sortir le héros de son monde habituel.

Fonctions psychologiques : il annonce la nécessité d'un changement.

- **4. Le gardien du seuil** : c'est le sphinx, Tirésias, Cerbère... Chacun veillant au seuil du nouveau monde dont il faut pouvoir et savoir ouvrir les portes. Les gardiens du seuil ne sont pas forcément hostiles, même s'ils sont les sous-fifres des ennemis. Ils remplissent leurs devoirs et peuvent aussi devenir vos alliés. Le gardien du seuil symbolise les obstacles quotidiens

– 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 cicatrifier 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.