

## Le voyage du héros

Les 8 étapes du « Voyage du héros » sont tirées des travaux de Joseph Campbell, « *Le Héros aux mille visages* », eux-mêmes issus de l'observation suivante : des thèmes se répètent dans de nombreuses cultures et apparaissent être le fil le plus profond connectant l'humanité, illustrant le chemin général que nous adoptons de la naissance à la mort, quelques soient les circonstances individuelles. Le voyage du héros est le voyage vers une identité affirmée. En un mot, ce voyage permet de mettre plus de ce qu'on est dans ce qu'on fait. Tout un programme !  
Et si nous partions en voyage ?

### Première étape : Entendre l'appel

Que ce soit Jeanne d'Arc, Pinocchio, ou Luke Skywalker, il y a, au début du voyage, un appel qui se réfère à notre identité, nos buts de vie, notre mission.

Entendre l'appel, c'est déjà écouter un peu différemment de d'habitude.

### Seconde étape : le héros répond à l'appel

Il se confronte à une frontière, une limite un seuil... Il va choisir (ou non) de quitter le village... Il choisit soit de répondre à l'appel soit de l'ignorer. Le village a ses attraits, c'est connu, identifié. Partir, ça n'est pas simple...

### Troisième étape : Franchir le seuil

Ça y est, c'est le départ. La décision est prise. Une fois sorti du village, le héros ne peut retourner en arrière. Il sort de sa zone de confort, découvre des territoires inconnus qui vont mettre son centrage, ses certitudes, ses croyances à l'épreuve. Du coup, bon gré, mal gré, il va découvrir de nouvelles façons de faire, de penser, d'être.

### Quatrième étape : Trouver des gardiens

Une fois le seuil passé, des rencontres se font. Elles sont parfois surprenantes, inattendues et des mentors apparaissent. Ce sont ces relations clés qui vont soutenir le héros dans sa construction. Elles vont lui permettre d'affirmer ce qu'il veut et ce qu'il est, de rester focalisé sur ses buts. Le voyage s'effectue seul, mais le héros, dans un environnement qu'il ne connaît pas, va être disponible à des rencontres qui vont le guider.

Il peut y avoir des rencontres malicieuses, questionnantes, qui permettent à notre héros d'envisager les choses sous un nouveau jour.

### Cinquième étape : Affronter ses peurs, son dragon

Les peurs sont des formes d'énergie que le héros va devoir contenir, accepter, rediriger. Le héros va expérimenter et découvrir que ses dragons sont à l'intérieur de lui et que ses peurs sont sources d'apprentissage. Si il arrive à les accepter, elles ne sont plus une menace pour lui et il parvient alors à vaincre son dragon.

Le dragon est présent dans une multitude de contes, de récits, de mythes... Dark Vador ou la baleine de Pinocchio, le dragon que tue Siegfried dans la légende des Nibelungen ou la Sphinge que défie Œdipe...

### Sixième étape : Le héros développe de ressources nouvelles pour mieux gérer l'incertitude, la complexité, les résistances

Se rapprocher de ce qu'il est, enrichir sa propre carte, c'est l'essence de son voyage. Cela peut se décliner en plusieurs moments et demander du temps. Les nouvelles ressources du héros vont lui permettent d'accomplir sa tâche en étant ce qu'il est vraiment, dans toute son épaisseur. Une des choses que découvre le héros au cours de son voyage, c'est qu'il est beaucoup plus que ce qu'il fait et ce qu'il croit.

Le héros sort de l'illusion. Cela peut être une révélation, une évidence. Cela peut être plus douloureux. L'idée est d'aller explorer les profondeurs.

### Septième étape : Réaliser la tâche pour laquelle il a été appelé

Le héros voit maintenant les choses sous un angle différent et cela lui permet d'accomplir des choses qui auraient pu lui paraître inaccessibles voire impensables au début du voyage. Dans les contes, la tâche peut consister, en toute simplicité, à sauver le monde... mais cela peut prendre aussi bien d'autres facettes... devenir parent, jouer, oser...

### Huitième étape : Retourner chez soi

Le héros est transformé et il rentre chez lui avec son identité nouvelle.

Pour qu'elle existe vraiment, il doit être vu et reconnu dans sa nouvelle identité. Il apporte, dans son village, les ressources nouvelles acquises au cours de son voyage.