

ALEGRIA INTERIOR

Jordi Soler / jordi@alegriainterior.com

El viatge de l'heroi

Sempre m'han captivat les històries d'herois. El primer còmic d'en Tintín que va arribar a les meves mans em va fascinar, i encara que només era capaç de mirar els dibuixos i construir la meua fantasia a partir d'ells, això va ser suficient per començar a sentir quelcom especial dins meu cada vegada que encetava una nova història d'aventures.

Dels còmics vaig passar als llibres i a les pel·lícules i en Tintín va donar pas a una llarga llista de personatges fantàstics. Recordo l'estiu que vaig llegir tres vegades seguides la primera aventura d'Indiana Jones quan anava a la recerca de l'arca perduda. Va ser com fer la volta al món tres vegades sense moure'm de l'habitació. En el fons, aquestes històries que el cinema ha sofisticat amb productes com Star Wars o Matrix tenen una essència comuna que l'antropòleg Joseph Campbell descriu en el seu llibre *L'heroi de les mil cares*. Aquesta obra ens explica les 12 etapes que ha de passar l'heroi si vol arribar al seu objectiu i ens ajuda a entendre el recorregut que s'ha de seguir quan som nosaltres els protagonistes de la història i aquesta passa en el nostre interior.

La primera fase s'anomena "El món ordinari" i reflecteix la situació prèvia a l'inici del viatge, on el protagonista gaudeix d'una seguretat i una comoditat que ha d'estar disposat a sacrificar si vol aconseguir quelcom més. Aquesta comoditat es pot veure amenaçada quan arriba "La crida de l'aventura", on es planteja un desafiament o un problema al qual cal donar resposta. Si entenem aquesta crida com una simple opció de vida es pot respondre amb un cert "Rebuig o reticència", ja que tots els canvis venen acompanyats de dubtes i una certa dosi de por al desconegut. Per superar aquesta por és fàcil que es produeixi "La trobada amb el tutor o ajuda sobrenatural", que és qui fa de guia i prepara l'heroi per afrontar el nou escenari que se li presenta. Un cop entrenat i preparat cal fer "El pas del primer llinar", que és quan es traspasa del món ordinari al món especial o màgic i ja no hi ha volta enrere. En aquest nou món, el valent personatge s'enfronta a unes noves regles on "Els enemics i els aliats el posen a prova" constantment i si tot va bé es produeix un "Acostament" al propòsit desitjat. El següent pas és una "Prova difícil o traumàtica" i sol plantejar la crisi més gran de tot el viatge, és la lluita a vida o mort i on el protagonista cau o s'engrandeix. Si s'aconsegueix matar el drac (dificultat) s'obté la "Recompensa" i s'inicia "El camí de tornada", on es deixa el món màgic per retornar al món ordinari o punt d'origen. Abans de concloure el recorregut i ja dins el món ordinari, l'heroi ha d'aplicar tot el que ha après en una última prova i experimentar la seva "Resurrecció", això li permet el "Retorn amb l'elixir" a casa seva, on pot descobrir aspectes d'ell mateix que abans desconeixia. Ha obtingut noves amistats i se sent més segur i més fort.

El més rellevant de tot plegat és que aquesta estructura metafòrica que ens mostra Campbell tant ens pot servir per escriure un llibre d'aventures com per afrontar les nostres pors interiors o dimonis particulars. De fet, si al final no aconseguim rescatar la princesa i derrocar el malvat sempre ens quedarà el més valuós: "L'elixir del coneixement i l'experiència obtinguda".



CREIXEMENT PERSONAL

www.juanjuncosa.com

Reis Mags

I si... et converteixes en rei mag? Si poguessis portar alguna cosa als teus éssers estimats que no es pogués comprar. Si poguessis portar-los alguna cosa que fos emocional. Una cosa no genèrica. És a dir, no alegria o felicitat. Un fet o acció que provoqui aquests estats. I si... li portes a un ésser estimat que fa temps que no veus una abraçada, i si... demanes perdó, i si... ajudes emocionalment a algú. Fa pensar, veritat? Què pots donar a una altra persona per millorar la seva vida sense que sigui res palpable. Si t'has animat a pensar què voldries donar als altres ara és el moment de realitzar un exercici encara



més important. És pràcticament el mateix exercici. Has de regalar una cosa no material, alguna cosa que millori la vida a un ésser molt especial i aquest ésser ets tu. Pensa tot el temps que necessitis què pots fer per millorar la teua vida. Què pots fer per tu i per a tu sense que sigui res material. Què et regalaràs que puguis usar durant la resta d'aquest any o, millor encara, de la teua vida. Tan important és donar a la resta com donar-te a tu mateix. Converteix-te en un rei mag molt especial, que portes uns regals sorprenents i immaterials a tots els teus éssers importants i volguts. Porta'ls aquest regal que els millorarà la vida. I sobretot no oblidis guardar un d'aquests regals tan importants per a tu.