

Osobní příběh jako Cesta hrdiny

Cesta hrdiny je příběhová struktura, kterou vytvořil americký komparativní mytolog **Joseph Campbell** (1904-1987). Do 12 kroků ji přepracoval hollywoodský scénárista **Christopher Vogler**.

Převyprávějte nějaký svůj příběh podle této struktury a uvidíte, že **získá na síle a údernosti**. O čem vyprávět? Mluvte o tom, **jak jste se něco naučili, nebo kdy jste něco změnili a něco dokázali**.

1. **Výchozí “obyčejná realita”**. Jaké byly věci dříve, než jste se něco naučili nebo něco změnili? Jaký byl Váš život? O čem jste snili, ale okolí Vás od toho odrazovalo a sami jste o tom pochybovali? Co obyčejného jste dělali každý den?
2. **Volání dobrodružství**. Něco se změnilo a vy už jste nemohli dělat věci po staru. Něco jste se dozvěděli, něco si uvědomili, s někým se potkali.
3. **Váhání**. Nevěděli jste, jestli opravdu chcete něco změnit, protože věci po staru jsou přeci známé a bezpečné... Couvli jste.
4. **Pomoc od mentora (rádce)**. Někdo starší a zkušenější Vám možná pomohl. Nebo jste byli na inspirativní přednášce, nebo přečetli zajímavou knihu.
5. **Zlomový bod**. Sebrali jste síly a udělali krok do neznáma. Již nelze jít zpět, např. Přestěhovali se, dali výpověď, řekli někomu tajemství...
6. **Učení se jak fungovat v nebezpečí**. Museli jste se ohánět, učit se nové dovednosti, naučit se rozeznávat přátele od nepřátel. Získávali jste sílu, abyste se postavili největšímu soupeři.
7. **Setkání s největším soupeřem**, např. s vlastním strachem. Začínáte zjišťovat, na co jste se opravdu celou dobu připravovali.
8. **Utrpení, krize**. Byli jste na dně, byl to souboj o všechno. Sáhli jste si na dno.
9. **Výhra**. Zvládli jste to. Získali jste poučení, odměnu, novou dovednost, vlastnost...
10. **Návrat do běžného světa**. Ostatní Vás ještě možná zkoušeli, jestli jste se opravdu změnili a jestli jste opravdu “vyhráli”.
11. **Poslední zlomový bod**. Dobrodružství definitivně končí. Udělali jste tlustou čáru.
12. **Nový status quo**. Nová “každodenní realita”. Svět kolem je možná stejný, ale Vy jste se proměnili. Co se změnilo ve vašem každodenním životě?