PELMANISME

LE BUT

AVEZ-VOUS UN BUT ?

LEÇON

N° 2

AVIS

Les Manuels de l'Institut Pelman ne peuvent pas être légalement prêtés, donnés ou vendus.

Copyright
Tous droits réservés

PELMANISME

LEÇON II

INSTITUT PELMAN

POUR L'ÉDUCATION SCIENTIFIQUE DE L'ESPRIT
ET LA CULTURE DE LA MÉMOIRE

176, Boulevard Haussmann

PARIS (VIII[e])

LONDRES
DUBLIN
AMSTERDAM
STOCKHOLM

NEW-YORK
MELBOURNE
CALCUTTA
JOHANNESBURG

TABLE DES MATIÈRES

	Introduction	5
I.	**La Nécessité d'un But.**	7
	Avez-vous un But défini ?	8
	Vous qui ne Savez où vous Diriger	9
	Idéal ou Egoïsme	9
	Le Sentiment et le Plan de Vie	11
	Vous Avez une certaine Expérience de la Vie	12
	Comment Découvrir vos Buts Réels et Inconscients	13
	Le Goût du Risque	15
	Le But et l'Intérêt Mental	16
	L'Argent n'est pas un But, mais un Moyen ou une Conséquence	18
	But et Succès	18
	Le But et la Sécurité Matérielle. Etre Fonctionnaire	19
	Le But et l'Idéal	22
	Le Choix d'un Idéal	25
	Les Qualités de l'Idéal	28
	Conclusion	33
II.	**Intérêt et Harmonie Mentale.**	
	L'Intérêt Donne à l'Esprit l'Unité d'Action	35
	L'Intérêt Développe l'Attention	37
	Ayez des Buts Nombreux, peut-être, pour Commencer	39
	Mais des Buts trop Nombreux Dispersent l'Attention	40
	La Loi de l'Intérêt	43
	Les Formes Dangereuses de l'Intérêt	43
	Le Génie et l'Attention	44
	L'Intérêt Développe la Mémoire	45
	L'Intérêt fait Trouver des Idées	47
	La Naissance et le Développement des Idées	48
	L'Intérêt, Force Motrice	50
	Les Stimulants de l'Intérêt	51
	L'Intérêt Accroît la Confiance en Soi	53
	Le Caractère et ses Effets	55
	Doit-on Obéir à Son Caractère ?	57
	L'Intérêt Engendre le Succès	58
	L'Intérêt Accroît la Puissance de la Volonté	59
	L'Imagination Créatrice Régénère l'Intérêt	60
	Les deux Vies	62
	Le Plan, forme Positive de la Rêverie Surveillée	64
	Conclusion	64

III. **Comment se Créer un But ?**
Pourquoi bien des Gens Vivent sans But 66
Le But, pour Vous, « Commence » Aujourd'hui 68
But Immédiat et But Lointain 70
La Recherche du But 71
But Principal et But Secondaire 74
Nécessité de la Réflexion. Mûrir le Plan 75
La Vocation 76
Comment le But se Découvre 76
Questions qu'il Faut se Poser 79
L'Orientation Professionnelle 80
Comment Eveiller l'Intérêt 81
La Supériorité de celui qui Veut 82
Après le But, les Moyens 83
Gardez de la Curiosité d'Esprit 84
Le Regard en Avant 85
La Conscience de Sa Propre Personnalité 86
Echec et Demi-Succès 86
Conclusion 88

IV. **Comment Maintenir son But**
Vous voilà Parti... 89
L'Examen de Conscience 90
Le Livre de Bord. 91
Un Exemple d'Examen de Conscience .. 91
Questionnaire pour l'Examen de Conscience 92
Son Effet sur l'Emploi du Temps 97
Fréquence de l'Examen de Conscience 97
La Timidité 98
Conclusion 101

V. **Application à la Culture de la Mémoire**
L'Oubli 102
Le Prix d'un Oubli 103
La Mémoire et les Autres Fonctions Mentales 104
Les Degrés de la Mémoire 105
La Mémoire et l'Evénement Unique ... 106
Exercices d'Observation et de Mémoire (XI à XV)..... 107
Pas de Défaillances..... 112
A l'Œuvre ! 113
Conclusion 114
Culture Physique. 115

A L'ÉTUDIANT :

Nous faisons appel à votre sincérité.

Cette leçon est décisive : elle peut, elle doit transformer votre vie.

Embrassez du regard toute votre existence et posez-vous cette question :

QUEL EST MON BUT DANS LA VIE ?

Votre réponse est-elle prête ? Peut-être n'avez-vous pas de réponse à faire ? *Avez-vous vraiment un but* ?

Non ? Alors, vous allez *à la dérive*. Vous êtes le jouet des circonstances. Vous ne serez jamais pleinement vous-même. Votre développement spirituel et moral est impossible, ou livré au hasard.

Loin de vous décourager, cette affirmation doit vous forcer à réagir, car ce but que vous ne voyez pas, il est en vous. Sinon, que chercheriez-vous dans nos petits livres ? Si vous êtes insatisfait, incertain, si vous vous croyez indifférent à tout, cette gêne, cette lassitude dénotent le désir d'« autre chose », d'atteindre un but dont vous n'avez pas encore parfaitement pris conscience.

Vous n'êtes sûrement pas un « raté ». Mais, si vous ne vous proposez pas un but déterminé, vous resterez très inférieur à ce que vous pourriez devenir.

Etudiez cette leçon allégrement, même si elle vous montre en quoi vous avez échoué. Il n'est jamais trop tard pour prendre la direction de sa vie.

Vous êtes à l'aurore d'un jour meilleur : éveillez-vous !

Désormais, vous entrez d'une façon décisive dans la pratique du Pelmanisme.

Mais les idées et les conseils de la page 10

ou de la page 26 ne seront valables que si vous nous avez suivis, pas à pas, depuis la première phrase.

Ne vous croyez pas autorisé à dédaigner les exercices et travaux que nous vous prescrirons. Et il serait néfaste de brûler les étapes. Le Pelmanisme est, avant tout, une discipline.

Nos règles pourront vous sembler d'abord obscures, notre but multiple. Mais, leçon après leçon, vous acquerrez un esprit nouveau, et comprendrez l'urgence de vous transformer. Nous allons prendre votre personnalité « en main », et vous forcer à reconsidérer vos problèmes quotidiens selon vos buts.

Vous allez voir clair devant vous. Dès la fin de ce petit livre, votre intérêt sera réveillé, votre plan de vie réalisable, vos aspirations précises.

LE PELMANISME

Le Système Pelman
pour l'Education Scientifique de l'Esprit
et la Culture de la Mémoire.

LEÇON II

I. LA NÉCESSITÉ D'UN BUT.

1. Chacun espère confusément monter en grade ou gagner de l'argent ; chacun rêve d'un bien-être stable pour sa famille et pour soi-même. Beaucoup souhaitent se dévouer aussi à leur prochain, par orgueil ou par altruisme. Sans doute avez-vous quelque ambition lointaine au delà des préoccupations quotidiennes.

Maintenant, il s'agit de mettre tout cela au net.

Vous ne prendriez pas le train sans savoir où il vous conduit, et vous laisseriez passer les jours en ignorant ce que vous voulez faire ? Un souci de clarté réside en vous-même ; ne l'écartez pas, mais utilisez-le pour préciser ce que vous voulez.
Quels sont vos buts dans la vie ?

Ne lisez pas plus avant. Méditez, puis consignez immédiatement vos espoirs actuels sur une feuille de papier que vous pourrez nous envoyer avec votre feuille d'exercices.

Enfin, concluez en deux temps, par oui ou non :

1°) *Ai-je un plan efficace pour atteindre ces buts* ? Réponse :.....

2°) *Mes qualités et mon bagage intellectuel me permettent-ils ces ambitions* ? Réponse :.....

Maintenant que tout est clair, en avant !

Si vous voulez vraiment devenir tout ce que vous pouvez être, il vous faut un but précis : non pas un but général, mais un but particulier, non pas le simple et vague désir de réussir dans toutes vos entreprises, mais la ferme résolution de réaliser des projets bien définis. Sans un plan de vie soigneusement arrêté, *mais souvent accordé au rythme des circonstances*, votre puissance mentale ne se développera pas.

Avez-vous un But défini ?

2. Etes-vous de ceux qui se laissent ballotter dans l'existence ? Vous ressembleriez alors à un navire désemparé qui flotte au gré des vents et des courants, alors qu'au contraire vous devez être comme un vapeur qui a en lui-même ses sources d'énergie, et qui se dirige fermement vers le but qu'il s'est fixé.

Vous maintenez-vous seulement à l'endroit où les circonstances vous ont placé ? Ne résistez-vous aux événements qu'au hasard et par à-coups ? Ne soyez esclave ni des forces extérieures, ni des circonstances, ni de vos propres humeurs. Les yeux de la raison grands ouverts, la main de la volonté ferme, tenez vous-même la barre de votre navire.

Si vous vous bornez à votre tâche quotidienne sans plus, si vous ne prenez une initiative que forcé, vous ne pouvez pas répondre : « J'ai un but. »

Avoir un but, c'est être poussé par une idée précise et par un sentiment puissant à devenir

peintre ou grand commerçant, écrivain ou homme politique écouté, habile médecin ou industriel prospère, ingénieur-conseil ou « as » en mécanique, excellent chef d'entreprise ou employé supérieur ; bref, c'est arriver aux premiers rangs dans la *voie choisie*. Le but que vous vous proposez peut être plus ou moins élevé, mais quel qu'il soit, il a sa valeur s'il vous oblige à progresser.

Vous qui ne Savez Où vous Diriger...

3. Incertain, manquant de directives, qu'allez-vous devenir ? Divaguerez-vous à l'aventure, ou irez-vous dans une direction donnée, de toutes vos forces, comme lorsqu'on veut sortir d'une forêt où l'on s'est égaré ? Il faut tout perdre, ou vouloir quelque chose. *N'importe quoi plutôt que rien.* Mais y tendre obstinément jusqu'à ce qu'on ait trouvé mieux.

Rêvasser, vous laisser conduire par les circonstances, serait criminel ou absurde. Tentez quelque chose. On sort de la misère par un travail, quel qu'il soit, si l'on s'y donne. Ensuite, vous vous offrirez *le choix* qui est un luxe, mais quand vous serez sorti du dénûment ou de la fatale inertie.

Et, en attendant de pouvoir choisir, vous réfléchirez avec nous. Vous chercherez la voie qui vous convient le mieux.

Idéal ou Égoïsme ?

4. Le but initial et sacré de l'homme est à la fois le plus désintéressé et le plus impérieux. Ce but est de se survivre en plusieurs enfants. Nous avons reçu la vie, nous devons la transmettre. Sinon, nous trahissons nos ancêtres,

nous amoindrissons notre Patrie. Et puis, peut-être, ces générations auront-elles quelques chances d'être meilleures que la nôtre.

Mais, quels que soient votre métier et votre intelligence, vous devez avoir aussi d'autres aspirations. Nous voulons parler de cet instinct qui doit pousser l'homme le plus indifférent, le plus sceptique, le plus misanthrope, le plus égoïste, à laisser des traces de son passage ici-bas, comme un acquis à la Société.

Nous croyons à l'irradiation d'une chose faite avec amour : cette commode rustique, ce viaduc, cet outil de précision, ce traité de chirurgie, ce jouet ingénieux, cet holocauste à une cause sacrée, ce poème, cette invention, et toute participation à un travail d'intérêt général.

Qu'importe la signature ? L'anonymat est, à ce point de vue, l'égal de la célébrité. Nous ignorons les noms des artisans de nos cathédrales, et cependant les cathédrales sont là, preuve d'espoirs affirmés.

C'est pourquoi, avant d'aborder le long chapitre de vos ambitions personnelles, vous devez intégrer, dans le cadre de votre plan de vie, et à la place d'honneur, ce souci constant d'enrichir, à votre mesure, notre patrimoine commun. Il faut savoir se passionner pour son pays.

Apprenez aussi à vous pencher sur votre prochain ; occupez-vous, si vous en avez le loisir, d'une œuvre sociale ; intéressez-vous au soulagement de quelques misères, au redressement de quelque injustice, même si cela vous coûte fatigue et déceptions. Ne végétez pas dans la grossièreté ; appréciez les poètes, jouissez des splendeurs de la nature ou de l'art, entendez de la belle musique, cultivez une vie spirituelle, modeste peut-être, mais personnelle et bienfaisante ; *voilà des idéaux qui enrichiront votre vie, et développeront au maximum votre personnalité.*

Ne craignez pas, Pelmanistes, que les raisons de vivre fassent défaut. Dites, montrez partout dans votre entourage qu'il fait bon de vivre, quand on est capable de goûter autre chose que des satisfactions grossières.

Quelles que soient l'attitude des autres et les difficultés que vous rencontrerez, vous n'avez pas le droit de renoncer aux valeurs spirituelles. Les joies qu'elles procurent sont si intenses et si rares que, lorsqu'on les a un peu éprouvées, on ne peut plus s'accommoder des plaisirs vulgaires.

Sachez que l'indifférence, qui prend souvent forme d'égoïsme, est ennemie de l'idéal. Cherchez à aimer les choses en étant curieux, les êtres en vous dévouant, en vous efforçant de les connaître par sympathie.

Le Sentiment et le Plan de Vie.

5. Vous nous demandez des « recettes » ?

Sans doute, nous pensons qu'il existe une infinité de moyens efficaces pour progresser. Mais si vous ne les mettiez pas au service de votre personnalité, vous ne feriez qu'appliquer sans enthousiasme des règles arides, des pensums dont vous ne tireriez aucun profit matériel ou moral.

Vous avez besoin d'abord d'une idée directrice claire et précise. Sachez qu'elle se trouve rarement du premier coup. La conception d'un but est une opération intellectuelle complexe : elle exige une réflexion soutenue et un jugement droit.

A elle seule, cependant, l'idée du but ne vous suffira pas, il faut qu'elle soit imprégnée d'une émotion forte, d'une passion, qu'elle vienne plus du *Cœur* que de l'*Esprit*. Sentez qu'un intense désir de se développer, d'atteindre, de dominer, de conquérir, d'achever, est la base de tout plan de vie et accroît fortement

les chances du succès. Nous l'avons dit dans la Leçon 1 : le sentiment est toujours la force motrice qui stimule l'intelligence et pousse la volonté à l'action.

Mais, prenez garde : il y a désir et désir. Un désir quelconque, vague et faible, ne vous portera pas au but. Désirer écrire un livre est facile ; l'écrire exige une activité méthodique et une connaissance exacte des faits et des idées qu'on veut exprimer.

Avoir un but, c'est donc mettre au service d'une tâche déterminée intelligence, sentiment et volonté. L'intelligence précisera la fin qu'on se propose en prévoyant sa réalisation ; le sentiment donnera l'élan nécessaire, et la volonté soutiendra les efforts, dans leur continuité. Nous retrouvons la loi de synthèse mentale, et le but nous apparaît comme un facteur d'harmonie, de force et d'équilibre.

Avoir un but, c'est donc concentrer toutes ses énergies sur le résultat précis qu'on veut atteindre, comme une lentille concentre les rayons lumineux et calorifiques sur un seul point qu'on nomme foyer.

Votre but est le foyer de vos énergies.

Vous Avez une certaine Expérience de la Vie.

6. Faites, pour votre édification, un retour sur vous-même, sans trop vous soucier de dates précises, mais par périodes générales.

Dessinez, de mémoire, schématiquement, la feuille de température de votre vie passée :

Un premier trait (noir) sera celui de vos gains matériels ;

Un second trait (rouge) marquera vos gains moraux ;

Un troisième trait (bleu) retracera votre condition sociale depuis votre naissance ;

Un quatrième trait (jaune) indiquera vos

périodes de bonheur, de stagnation et de malheur.

Et dans ces quatre lignes brisées que vous juxtaposerez, vous retrouverez le cliché symbolique de votre vie jusqu'à ce soir inclus.

Constatations surprenantes !

— Votre ligne de bonheur ne suit pas forcément votre ligne de gains dans ses ascensions.

— Votre bonheur ? C'est peut-être quelques mois passés à la campagne, sans gagner un sou ; mais en contact direct avec le vent, le ciel, la terre. C'est peut-être votre lune de miel, vos vols avant votre brevet de pilote, un voyage lointain entre deux périodes laborieuses, ou votre travail dans ses découvertes quotidiennes ; votre orgueil pour vos succès, votre fierté devant votre courage et votre ténacité...

Reprenez vos crayons, et faites un gros point de couleur sur vos courbes chaque fois que vous vous souvenez d'avoir été content de faire une chose déterminée ; même si cet acte n'a pas été suivi de réalisation systématique.

Fouillez votre vie. C'est dans cet examen impartial que vous allez, tout seul, apercevoir par déduction ce à quoi vous êtes destiné.

Comment Découvrir vos Buts Réels et Inconscients.

7. Votre expérience, si vous voulez bien réfléchir sur elle, vous renseignera sur les buts vers lesquels vous tendez, consciemment ou inconsciemment. Elle vous révélera vos tendances profondes. Vous serez peut-être étonné du vide, de la vanité ou de la médiocrité des intentions et des motifs réels qui inspirent vos actes. Au contraire, il se peut que vous découvriez en vous des intentions, des « poussées intérieures » supérieurement idéalistes, mais qui, faute de connaissance objective du réel, et d'une adaptation nécessaire, n'arrivent pas à avoir une prise

quelconque, une influence efficace et pratique sur le cours de votre existence. C'est comme un courant à haut voltage qui passe sur de solides pylones à côté de vous, mais qui ne parvient pas à faire tourner le plus modeste moteur, parce qu'il n'y a pas, entre la source d'énergie et l'instrument d'application pratique, le transformateur de courant qui les adapte l'un à l'autre.

Comment donc connaître ces courants qui vous poussent à telle ou telle action, en pleine conscience ou à votre insu ?

Choisissez un moment de calme et de solitude. Ecrivez sur une feuille de papier blanc vos principaux actes de la journée ou de la veille, en laissant un intervalle de deux ou trois lignes entre chaque acte. Faites d'abord cette liste, une simple énumération, où vous n'avez rien omis d'important. Ensuite, revenez sur chacun de ces actes isolément, et réfléchissez sur chacun d'eux, en vous demandant pourquoi vous l'avez accompli. Par exemple :

lever à six ou sept heures :

parce que je dois être à l'atelier à 8 h., ou au bureau à 9 h.

audition de la T.S.F., 15 minutes :

pour la leçon d'éducation physique : je tiens à ma santé, à ma ligne, etc...
ou pour les nouvelles : je m'intéresse aux sports, à la politique, aux spectacles, ou simplement j'aime à parler avec des amis des nouvelles du jour, j'aime à passer pour un homme bien informé.

leçon d'anglais au phonographe, 15 minutes :

j'ai besoin de me perfectionner dans cette langue, pour passer dans un service plus lucratif, pour faire un voyage, par ambition ou par curiosité.

départ pour mon travail :

pourquoi vais-je travailler ? Pour « gagner ma vie » seulement ? Mon travail m'intéresse-t-il profondément ? L'ai-je choisi ? ou est-ce le

hasard qui m'a conduit là ? Si je n'avais pas besoin de « gagner ma vie », quel travail ferais-je ? Est-ce que je travaillerais ?

Et ainsi de suite : après chaque acte, vous vous interrogez sur vos vrais motifs. Quand, pour chaque acte, vous avez achevé cette analyse, qui doit être aussi loyale et sincère que perspicace, vous écrivez à part ces motifs : santé, ambition politique, besoins d'argent, goût des affaires, désir de briller ou de dominer en société, etc..., mettant en face de chaque motif un chiffre correspondant au nombre d'actes qu'il a inspiré. Vous verrez ainsi, avec une rigueur presque mathématique, ce qui vous détermine le plus habituellement à agir. Dans la lucidité de votre conscience, vous pourrez alors vous juger réellement et, peut-être, par un choix volontaire d'un autre but déterminant, *infléchir* le cours de votre existence dans une direction plus délibérément adoptée et notifiée par votre raison, une direction qui, en tout cas, aura l'avantage d'être plus fermement suivie, étant plus clairement connue et plus fortement voulue, une direction, enfin, qui ne risquera pas de vous réserver de trop grosses et pénibles surprises.

Le Goût du Risque.

8. Il n'existe pas de catalogues de BUTS. Chacun de nous rencontre des carrefours, des croisements ; il lui appartient de choisir sa route.

Il lui advient de tâtonner, et de se retrouver quelquefois à son point de départ. Qui ne s'est jamais trompé ? Pelman préférera toujours les combatifs qui ne se rebutent pas, mais repartent, aux moutons de Panurge enlisés dans la médiocrité.

Un Pelmaniste a horreur de la médiocrité. Ne craignez pas l'aventure. Vous êtes vous-même

votre seul juge. Peu importe que vos idéaux ne soient pas ceux d'un voisin, d'un parent ou d'un supérieur.

Les collègues du Douanier Rousseau devaient assez peu apprécier sa peinture.

Bernard Palissy était-il compris de sa femme ?

Christophe Colomb de ses contemporains ?

Galilée de ses juges ?

Edison de ses voisins ?

Le Père de Foucauld de ses amis mondains ?

Le jeune Gandhi de ses joyeux condisciples Londoniens ?

Devait-on, au nom d'un conformisme aveugle ou d'un jugement superficiel, donner raison aux adversaires de ces grands hommes ?

Les générations françaises d'avant-guerre ont trop souffert de ces partis pris, de cette morale, où la crainte de l'inconnu tuait l'aventure.

Changer de direction, se jeter à l'eau exige de la réflexion, sans doute... et un calcul des possibilités et des chances. Mais quand tout a été pesé, quand les conseils désintéressés ont été écoutés, décidez aussitôt, et ne regardez plus en arrière.

Le But et l'Intérêt Mental.

9. Le Sentiment, ce moteur de votre activité, détermine *l'intérêt* que vous portez aux diverses manifestations de la vie. Nous prenons ici ce mot, non au sens d'*intérêt matériel*, mais dans son sens large. Pour réussir, il vous faut un intérêt pour certaines choses dont l'ensemble constitue votre but.

Pourquoi restez-vous des heures à regarder un match de football ? Parce que le jeu vous intéresse, et que vous désirez voir gagner votre équipe préférée. Pourquoi vous réservez-vous quelques heures de loisir afin de faire du sport, d'apprendre les langues étrangères, ou de secourir votre prochain ? Parce que vous vous y

intéressez. Chaque homme a ses propres intérêts — artistiques, moraux, pécuniaires — qui déterminent ses actions. Ce qui est tragique : n'avoir aucun intérêt, ne pas s'intéresser à quelque chose fortement ; n'avoir ni passion, ni désir. Rien n'entraîne si sûrement l'infériorité mentale, les déboires, et ne s'oppose plus fortement à toute réussite.

Un intérêt passionné fut toujours le mobile des penseurs et des hommes d'action.

1° Ils avaient en vue un objet précis ; 2° ils ont cherché les plus sûrs moyens de l'atteindre.

Ces hommes étaient *ambitieux*.

Ne préjugez pas que l'ambition soit réservée aux conquérants qui rêvent d'asservir le monde, aux rois du pétrole ou des chemins de fer, aux politiciens qui aspirent à diriger les destinées de leur pays. Non, elle est un levier à la disposition de chacun ; nous sommes tous ambitieux, ou devrions l'être si notre ambition est légitime. Le bachelier qui prépare sa licence pense déjà au doctorat ; le poète, le littérateur rêvent d'imposer leur nom à l'attention du public ; le savant espère se signaler par une découverte ou une méthode nouvelle ; le journaliste anonyme qui « fait les chiens écrasés » compte bien devenir rédacteur en chef. Aussi légitime est l'ambition de l'ouvrier et de l'employé qui espèrent s'établir à leur tour comme patrons ; du petit commerçant et du petit industriel qui travaillent à devenir des magnats.

Du bas en haut de l'échelle sociale se manifeste un mouvement perpétuel d'ascension. Croupirez-vous en bas ? Vous arrêterez-vous à mi-chemin ? Vous contenterez-vous de regarder les autres monter et occuper la place confortable à laquelle vous pourriez aussi prétendre ?

On s'installe dans la médiocrité comme dans l'abondance, et sans doute avec un égoïsme plus féroce.

L'Argent n'est pas un But, mais un Moyen ou une Conséquence.

10. Nous ne sommes pas de ceux qui ne voient un succès que là où il y a du gain. L'argent n'est pas toujours la mesure du succès. Ainsi, réussir une expérience qui ouvre à la science et à l'industrie des voies nouvelles ne se traduit pas souvent pour le chimiste par un profit pécuniaire. Le résultat, fruit de pénibles labeurs, est pourtant un succès.

Nous évaluons la réussite d'après le mérite et l'effort. Encore la notion de but et celle de succès ne sont-elles que relatives à l'esprit qui les conçoit. Un commis épicier rêve de devenir, dans dix ans, le patron d'une belle épicerie ; il y travaille assidûment. Innombrables sont les connaissances qu'il devra accumuler pour élaborer et diriger son entreprise. Activité comparable à celle de l'astronome qui cherche l'explication des taches du soleil, ou du médecin qui s'efforce de trouver le remède du cancer. Les points de départ et d'arrivée sont autres, l'énergie humaine déployée est la même.

Elle est due à l'exaltation que produit le désir de la réussite, avec ou sans gain pécuniaire. Ce gain est un élément appréciable, disons même agréable. Mais, nous l'avons déjà vu, il existe des formes supérieures d'intérêt, des « intérêts désintéressés ». On les englobe sous le nom d'*idéal.*

But et Succès.

11. Qu'est-ce qu'avoir du succès ? C'est le fait de s'imposer à un milieu donné. Une personne a du succès quand elle domine par sa beauté, son tact, sa parole, son intelligence. Un artiste a du succès quand il oblige le public à s'occuper de son œuvre. Un commerçant, un industriel

ont du succès quand la clientèle achète leurs produits. *Le succès est donc une relation heureuse qui s'établit entre une personne et un milieu ; c'est le fait d'une sage et habile adaptation.*

Le succès est d'autant plus étendu et plus durable qu'il s'explique par des éléments psychologiques et des faits sociaux plus essentiels. Par exemple, les succès dus à la seule beauté corporelle passent avec l'âge, les succès de certains produits de remplacement passent avec la période de pénurie, les succès des trafiquants du marché noir cessent quand l'abondance revient, les succès d'une mode par trop fantaisiste sont aussi fugitifs que le caprice, etc... Visons donc à des succès fondés sur des valeurs solides. *Si notre but est d'obtenir un succès durable* – comme il est normal – *il faut donc qu'il se concrétise en des biens eux-mêmes durables.*

Le But et la Sécurité Matérielle. Être Fonctionnaire.

12. Le but doit-il se réduire à « mettre de l'argent de côté » ? L'épouvantail de la misère, des maladies improbables, doit-il obnubiler le but au point de lui faire préférer une thésaurisation aride et sans joie ?

N'est-ce pas cette crainte confuse qui pousse une jeunesse amorphe vers le fonctionnariat, ce mirage d'une molle sécurité, prometteur d'une « retraite » en fin de compte misérable ?

Spéculer, à dix-huit ans, sur 30 années d'appointements fixes, suivis d'une retraite dont la moitié sera versée à la veuve, est-ce le fait d'un ambitieux, ou tout au moins d'un homme dynamique ? Nous ne le pensons pas.

Toutefois faut-il faire exception des « vocations impérieuses » de ceux qui entrent dans les carrières administratives, non pour leur tranquillité, mais pour la grandeur du service.

Car c'est une chose admirable de servir son

pays dans les grands Corps de l'Etat, comme on disait jadis. Si l'on condamne l'esprit bureaucratique, routinier, sans initiative, ce n'est point pour méconnaître le rôle des fonctionnaires dans la Nation. Bien compris, il a quelque chose d'exaltant, digne d'être choisi comme idéal, soit qu'on travaille dans des services techniques, chemins de fer, postes, ponts-et-chaussées, armée, air, marine ; soit qu'on appartienne à la Diplomatie, aux Finances, à la Magistrature, à l'Enseignement, etc... Les membres de ces corps d'élite ont souvent un dévouement merveilleux au bien public, ils aiment leur métier, ils « l'ont dans le sang » ; il arrive qu'ils se le transmettent de père en fils, comme les artisans du Faubourg Saint-Antoine ou de certaines industries de province.

Ne tombons donc pas dans les lieux communs, si souvent injustes et démoralisants, qui consistent à mépriser les carrières de fonctionnaires. Elles offrent aux plus humbles toute une échelle hiérarchique, depuis le poste d'agent ou de commis en province, jusqu'à celui de Directeur Général à Paris, qui peut stimuler leur ambition, s'ils acceptent de travailler et de passer des concours. Il y a sans doute, comme partout, des passe-droits et des influences injustifiées, mais il y a aussi des possibilités d'avancement régulier et « au choix », que peuvent favoriser un zèle prudent, un caractère droit, une compétence indiscutable, *un noble attachement à la notion de service public, et un continuel perfectionnement technique.* Il nous paraît souhaitable que des hommes de valeur viennent renforcer les grands Corps de l'Etat. Un Etat bien administré ne peut qu'être utile à l'ensemble de la Nation.

Il y a aussi les carrières internationales, plus brillantes peut-être, mais beaucoup moins stables. On peut y entrer avec un esprit de « bureaucrate » ou avec l'idéal d'un « grand commis »,

d'un fonctionnaire qui, sans oublier sa patrie, se met au service de *la paix du monde*. Les avantages matériels ne sont négligeables dans le choix d'aucun métier ; mais, en aucun cas, ils ne seront, pour vous, décisifs. Ils sanctionneront seulement une vocation, une mission de servir la Société à un poste déterminé, conforme à nos meilleures aptitudes.

Et qu'on ne s'y trompe pas. Si impératifs que soient les besoins de tels fonctionnaires, la question du gain demeure presque toujours au second plan.

Le tempérament de chasseur chez le contrôleur principal des Indirectes s'apparente étrangement à celui du bibliothécaire qui a toujours une compilation en chantier.

Le professeur, l'inspecteur des Finances se savent comptables de l'avenir du Pays.

Ce qu'il faut retenir, c'est que *tous les métiers sont magnifiques pour qui s'y adonne avec amour*.

L'appât du gain peut être à la base de ce zèle. D'un point de vue élevé, c'est dommage ; mieux, toutefois, que la résignation des salariés accrochés à une table de bureau comme coquillages au rocher.

Un de nos élèves, tripier-détaillant, avoue gagner des sommes considérables. — « Mais, dit-il, si mon métier est « bête comme chou » du moins faut-il se remuer et, dans l'ambiance des Halles, je nage comme poisson dans l'eau ! — A bénéfice égal, je ne voudrais changer d'état sous aucun prétexte ».

Critiquerons-nous le thésauriseur passionné par son travail ? — Non. Mais nous ne pouvons admettre que le plus petit employé de banque ne se passionne pas, lui aussi, pour les problèmes monétaires ou l'économie internationale ; qu'il ne possède pas les rudiments d'une documentation spécialisée ; qu'il ne sente pas le désir de se mêler un jour, pour y jouer un rôle

responsable, à la vie économique de son Pays.

Comment faire ? dites-vous.

D'abord, avoir l'instinct de curiosité, pour l'étude objective de ces problèmes.

Les moyens d'investigation abondent : bibliothèques, revues, journaux, cours, conférences, information étrangère. Un jour viendra où vous *dominerez* le problème. Quand vous écouterez ou lirez les augures, vous serez en mesure de dire : « Celui-ci se trompe. Celui-là a raison ».

Vous éprouverez alors le besoin de faire, vous aussi, entendre votre voix. On écoute toujours un homme compétent, quand il apporte des idées. Parlant et écrivant, vous vous ferez des relations ; et la progression matérielle suivra mathématiquement le progrès intellectuel.

Le Pelmaniste sait, cependant, qu'une réussite matérielle n'a pas besoin d'être démesurée, tandis qu'on ne doit jamais donner de « plafond » à ses progrès mentaux et moraux.

Le But et l'Idéal.

13. Nous avons parlé indifféremment, jusqu'à présent, du but et de l'idéal, parce que ce que nous avions à vous dire d'abord s'appliquait aussi bien à l'un qu'à l'autre. Mais nous allons maintenant étudier les rapports pratiques qui doivent exister entre l'idéal et le but ; il importe donc de les distinguer avec précision. Il en résultera une plus grande clarté dans votre jugement, et une plus grande fermeté dans la conduite de votre vie.

Voici quelques-uns des points qui permettent de les distinguer :

a) LE BUT est généralement concret, intéressé, matériel : réussir dans sa profession, donner de l'essor à son entreprise, diriger une

usine plus vaste, s'imposer socialement ou en politique, obtenir un diplôme, apprendre une langue, s'instruire.

L'IDÉAL est d'essence plus pure, d'un niveau plus élevé. Il est d'ordre moral, artistique, scientifique, religieux. Il domine la vie, l'éclaire, parfois même la spiritualise. *Il imprègne les buts choisis et les ennoblit* souvent jusque dans leur aspect matériel. Il apprend le dépassement de soi.

b) L'idéal est la fin supérieure vers laquelle doivent tendre toutes nos actions ; le but, c'est le moyen pratique par lequel nous nous acheminons vers cette fin. Par exemple : votre idéal, c'est le bonheur familial ; un de vos buts, à cette fin, sera d'assurer l'aisance aux vôtres, par conséquent de gagner assez d'argent, par conséquent de travailler avec initiative, par conséquent de monter telle affaire qui, tout bien considéré, promet de vous rapporter de gros bénéfices. Dans ce cas, votre idéal n'est pas de faire des affaires, c'est d'assurer le bonheur des vôtres, mais, comme il exige certaines conditions matérielles, vous vous assignez pour but de développer votre commerce. Tout acte, dans la vie bien ordonnée d'un Pelmaniste, s'accomplit en vue d'un but déterminé, et en s'inspirant d'un idéal.

c) L'idéal est en nous (les philosophes diraient : il est intérieur, subjectif) : par exemple, l'idéal familial, l'idéal de la paix, l'idéal de la probité. Il est l'idée supérieure qui dirige notre vie, il est la plus haute intention qui inspire nos actes, il est le sens librement choisi dans lequel s'oriente une tendance élevée.

Le but est hors de nous (les philosophes diraient : il est extérieur, il est objectif). Il représente, en effet, ce que nous devons atteindre matériellement : placer le ballon entre deux poteaux dans une partie de football, réussir dans une affaire ou un concours, s'élever en grade.

d) Les buts changent à mesure qu'on avance, qu'on y parvient, qu'on les dépasse ; l'idéal reste le même, étant placé très haut, visant à une perfection de qualité jamais atteinte, déterminant, à la manière d'un principe et d'une inspiration, la recherche perpétuelle des buts, mais les orientant tous dans leur successive diversité, vers la même direction finale. On « réalise » partiellement un idéal dans la mesure où nos actes l'incarnent, mais on ne l'atteint jamais ; au contraire, on *atteint* un but, mais on ne le « *réalise* » pas, puisqu'il existe hors de nous.

e) L'idéal est une source de dynamisme. Il engage toute la personne, il est à la fois une idée et une force.

L'idéal n'est jamais placé trop haut, car il vise à une perfection en morale ou en art ; et plus il est élevé, plus il donne de dynamisme à la pensée, de ténacité dans l'effort. Le but doit être toujours proportionné aux moyens dont on dispose. Mais ces deux notions qui se distinguent, ne les opposez pas.

f) En réfléchissant à la manière de réaliser son idéal, on doit déterminer les buts qu'il faudra successivement atteindre. Ces buts peuvent parfois être ceux de la profession. Souvent ils en diffèrent. Mais en vivant au maximum d'après son idéal, on découvre dans la vie quotidienne l'occasion de « spiritualiser » son effort, et d'accroître ainsi la valeur morale de chacun de ses buts professionnels ou privés.

Lorsqu'un ouvrier cherche à devenir contremaître, il n'a pas à défendre son idéal, mais à augmenter sa compétence technique pour devenir « l'homme qu'il faut à la place qu'il faut ». Avoir un idéal, ce n'est point, cependant, manquer de réalisme. Au contraire, il s'agit de donner à chacun de ses actes sa portée précise dans une recherche du bien.

Si cet ouvrier a un idéal, il comprendra,

certes, l'importance matérielle de son emploi, pensera aux avantages financiers, mais ne considérera pas ceux-ci comme son but essentiel. Ce qu'il recherche avant tout, c'est à bien accomplir sa tâche, mais il ne lui viendra pas à l'idée de demander à son employeur de le prendre comme contremaître parce qu'il a de la valeur morale ; il se dira : « C'est mon intérêt de parvenir contremaître ; ce sera aussi celui de mon patron si je deviens suffisamment compétent ». Il se placera spontanément sur le plan pratique, parce que l'idéal qui est en lui — s'il ne se contente pas de le rêver — mettra de la clarté dans son esprit, du dynamisme dans son action.

Pour notre commis épicier de tout à l'heure, s'il a un idéal, la création d'une grande épicerie ne sera qu'un échelon vers un but plus vaste et plus élevé ; il devra s'intéresser peu à peu à l'art, à la science, à la politique générale, bref, à un but plus large.

L'idéal qui ne se traduit pas en une ou plusieurs étapes précises, n'est qu'un rêve. D'autre part, le but qui ne tient pas compte de l'idéal, soit dans sa fin, soit dans les moyens pour le réaliser, risque fort d'entraîner des inconvénients majeurs, voire le désastre.

Le Choix d'un Idéal.

14. En général, on commence par choisir des buts intéressés, égoïstes.

Quand on passe au plan du perfectionnement personnel, on a déjà un idéal ; de même lorsqu'on agit pour ceux qu'on aime, sa famille, ses amis.

La conscience professionnelle est déjà un idéal ; on ne se limite plus à soi-même ; on aborde le domaine social et collectif. Un commerçant pose comme idéal d'être toujours honnête. Un professeur s'intéresse avec le *même* zèle, *tout le long de l'année*, à *tous* ses élèves. Un in-

génieur voudra que l'auto issue de ses épures soit une source de gloire pour sa firme.

Nos adeptes comprennent tous ce qu'est un *but*, mais quelques-uns se demandent comment ils peuvent choisir un *idéal*.

Or, il est important, cher Pelmaniste, que vous en ayez un sans trop tarder puisque, « mouvement naturel de la pensée vers la vie toute harmonieuse » (Séailles), il mettra de l'unité dans votre vie ; puisqu'il enrichira et épanouira votre personnalité ; vous fournira un solide point d'appui ; et vous approvisionnera d'enthousiasme, d'ardeur, de force d'âme (résistance aux épreuves). Il est un constant encouragement.

Nous vous présenterons donc ci-dessous divers idéaux susceptibles de renforcer votre tonus (1) psychique, de vous « dynamiser ».

Bien entendu, l'échelle des valeurs progressives que nous adoptons peut différer quelque peu selon les individus.

Quelques Exemples d'Idéaux.

1) *La Perfection Personnelle.*

S'améliorer : s'efforcer d'augmenter ses qualités et d'éliminer ses défauts ; rendre sa vie intérieure plus active ; équilibrer sa personnalité, même physiquement.

Cela suppose la connaissance exacte de soi, des moyens dont on dispose, et des fins qui peuvent être atteintes. Nous avons tous un chef-d'œuvre à réaliser : notre vie, notre personnalité. C'est plus qu'un beau poème, plus qu'une belle statue. Or ce chef-d'œuvre qui est nous-même, nous sommes très capables de le réaliser. Mais il faut l'envisager en gardant les deux pieds sur la terre, et non en s'embar-

(1) *Tonus :* vigueur et vitalité dues à la cohérence interne, par analogie avec le tonus musculaire.

quant pour le royaume d'utopie ou en enfourchant une chimère.

L'idéal, c'est la juste idée de ce que nous devons devenir, et que nous devons toujours garder devant les yeux comme l'inspiratrice de nos actions. Or, ce que nous deviendrons dépend, en partie, de ce que nous sommes : d'où la nécessité de bien connaître nos possibilités.

Les trois facteurs de la vie psychique, analysés dans la précédente leçon : le sentiment, l'intelligence et la volonté, nous aideront à fixer notre voie. Il faut donc les mettre en œuvre, pour choisir un idéal qui réponde à nos désirs profonds (sentiment), à une appréciation des réalités (intelligence), et à notre puissance d'action (volonté). Comme vous le voyez, cet idéal existe en nous avant tout, à l'état de projection sur l'avenir, pour pouvoir ensuite s'incarner dans une réalité qui n'est autre que *nous-même amélioré, perfectionné.* Nous sommes de ces matières précieuses dont Michel-Ange écrivait à un ami : « Sache que les statues les plus belles existent dans le marbre ; il suffit de les en faire sortir avec le ciseau. »

2) *Le Dévouement Familial.*

Produire des efforts pour le *bien-être* et le *bonheur de sa famille.*

a) Travailler mieux, pour gagner plus.

b) Quand on revient fatigué de son travail, prendre sur soi afin de « sympathiser » même dans les petits ennuis, les petits intérêts des siens. Accepter sans mauvaise humeur le bruit des enfants.

c) S'imposer de développer ses enfants au maximum, parfois dans une direction qui contrarie ses désirs personnels.

d) Donner à ses enfants une éducation et une instruction aussi bonnes et poussées que possible, même au prix de sacrifices.

e) Faire quelques efforts pour se hausser au niveau où l'on a voulu les hausser. (Ce n'est pas difficile, car il n'est pas nécessaire de les égaler.)

3) *L'Altruisme.*

a) S'améliorer dans ses rapports avec autrui, qu'il soit agréable ou non.

Etre bien disposé pour le Chef, les Collègues, les Subordonnés (préjugé favorable). Mettre de l'huile dans les rouages. Aider ceux qui vous entourent, non seulement dans leur tâche, mais pour alléger leurs soucis si on le peut. *Rendre service.*

b) Faire effort pour *comprendre les gens qui ne sont pas du même milieu.* S'informer de leurs problèmes et sympathiser avec eux. Exemple : le patron pour l'ouvrier, l'ouvrier pour le patron.

c) Se dévouer pour les autres.

Action sociale : aider moralement et matériellement les jeunes, les vieux, les déshérités, les isolés, etc... S'intéresser à une œuvre.

d) Se dévouer à un Parti (en s'efforçant de rester impartial et tolérant), à sa Patrie (sans oublier l'Humanité), à l'Humanité (sans oublier sa Patrie), à un idéal Scientifique ou Religieux.

Les Qualités de l'Idéal.

15. Un Idéal doit satisfaire à de certaines conditions générales.

L'idéal est une puissance réelle qui ne se confond pas avec n'importe quelle création de l'esprit ou du cœur. Il n'est cette force immense que s'il revêt certaines qualités. Lesquelles ?

1) *Il ne doit pas être une utopie.*

Il est déraisonnable de vouloir que tous les

hommes soient égaux ou absolument libres, ou parfaits. On ne peut que travailler à supprimer le plus possible d'inégalités, à donner le plus possible de liberté personnelle, etc...

2) *Il doit être bon et beau.*

Les Grecs avaient un seul mot pour désigner ce qui était à la fois bon et beau, et ce mot exprimait tout leur idéal de l'éducation : former un esprit pleinement épanoui dans un corps superbement développé, unir une sorte de perfection morale et mentale à un équilibre physique pour constituer une harmonie spécifiquement humaine. Sans épiloguer sur la pédagogie platonicienne, disons seulement que *l'idéal que nous choisirons devra toujours respecter les valeurs humaines* de dignité, de justice, de moralité. Dans un langage terre à terre, on peut dire que la grandeur et la noblesse d'âme, qui appellent aussi une prudence très clairvoyante, sont des valeurs qui paient. Toutes les idées que nous portons en nous ont tendance à se traduire dans nos actes : elles sont des commencements d'actes. Mauvaises, elles nous entraînent vers les gouffres : laideur morale, échec social, ruine matérielle, désagrégation de la personne. Certains exemples contraires, comme ceux que les amis de Job citaient autour de la couche de vermine de ce Juste, ruiné malgré ses vertus, ne sont jamais arrivés à prouver que la méchanceté, la malhonnêteté, les vices quelconques tournaient en définitive au bénéfice des personnes et des Sociétés. Tout le monde pâtit du mal de quelques-uns. Mais il nous arrive de montrer quelque indulgence à l'égard de l'idée d'un mal, dont nous condamnerions l'action. Il est important d'avoir à l'égard de l'idée la même attitude qu'à l'égard de l'action, si nous ne voulons pas qu'un jour une action mauvaise apparaisse en conséquence de l'idée mauvaise. Un poète a dit : « En pensant

à des fleurs, souvent on les fait naître.. » Si vous voulez que votre vie soit, elle aussi, une fleur merveilleuse, ne nourrissez pas en vous l'image de champignons vénéneux. Un idéal élevé vous soulèvera vers les sommets. Ne voyez pas là une pensée moralisante, éloignée des réalités de l'existence. Non ! nous observons un fait : l'homme devient malade en respirant dans les bas-fonds. Un idéal élevé est comme une bouffée d'air pur qui assainit la conscience et vivifie l'activité mentale.

3) *Il doit être déterminé.*

Quels que soient les principes dont il s'inspire, un idéal complètement formé s'écarte des abstractions vagues, il se précise, il se concrétise, il se détermine. Il fuit le rêve et recherche l'action. Un idéal, c'est avant tout une grande et puissante idée, qui tend tout notre être vers une réalisation dépassant notre situation présente. Pour que cette idée exerce une force attractive, il ne faut pas qu'elle soit vague et inconsistante. Vous devez savoir, d'une manière très nette, de plus en plus ferme à mesure que vous avancez, vers quel but concret vous allez.

4) *Il doit être entraînant.*

Pour donner plus de force attractive à votre idéal, vous pouvez l'incarner dans quelque vigoureuse formule ou dans quelque exemple éclatant. Choisissez un de ces modèles, choisissez une de ces devises (1). Leur simple rappel est comme un coup de fouet donné à votre énergie. Il y a des devises magnifiques, dont le simple énoncé enthousiasme, stimule la volonté, illumine l'intelligence, explose en action. Elles sont comme des charges qui vous galvanisent. Nous vous conseillons fortement d'adopter l'un

(1) Par exemple : Toujours mieux ! - En avant ! - A l'œuvre ! - Plus haut ! - Je peux. - Plus est en nous ! - Malgré tout ! - Sursum corda !

ou l'autre de ces mots magnétiques, au pouvoir quasi magique, synthèse de vos résolutions. Choisissez-le suivant vos aspirations et vos besoins, suivant l'effort habituel qu'il vous convient le plus particulièrement de fournir, soit que vous manquiez d'énergie, d'audace, de maîtrise de vous-même, de confiance, de joie, soit qu'au contraire vous ayez toutes ces qualités, mais sans le contrepoids de la *mesure* qui leur confère leur ultime perfection. Choisissez également une sorte de modèle, dont la brève évocation sera pour vous le stimulant énergétique dont vous avez besoin : pour un officier, un Foch, un Lyautey, un Leclerc ; pour un homme politique, un Poincaré, un Clemenceau, un Jaurès, un Roosevelt ; pour un organisateur, un Taylor, un Ford, un Fayol ; pour un homme d'affaires, pour un simple employé, pour un ouvrier, tel des leurs qui s'est distingué par un succès, dû, non pas au hasard, ni à l'injuste faveur, mais à des qualités personnelles de travailleur énergique, intelligent, habile.

Nous vous montrerons, dans les leçons suivantes, d'autres applications pratiques de cette méthode ; nous vous la signalons comme une source d'énergie et de fidélité à l'idéal. Mais elle a beaucoup d'autres emplois.

5) *Il doit être chaque jour en partie réalisé.*

Attention ! Il est des hommes fort nombreux — et les femmes ne le sont pas moins — qui passent leur vie à rêver de grandes choses, à citer de grands mots, à admirer de grands exemples, et qui n'ont jamais rien fait. C'est qu'il faut établir une connexion ininterrompue entre l'idéal et la vie quotidienne. C'est dans celle-ci que l'idéal se réalise, c'est par celle-ci qu'il prouve son existence et sa valeur. « Gare aux grands mots qui se passent des petites

actions. » Il ne faut pas attendre les circonstances exceptionnelles pour appliquer son idéal. On risquerait fort de n'y arriver jamais. C'est dans la foule des petits détails précis, à l'air modeste, qu'il faut introduire l'idéal, pour transformer un destin ordinaire en une existence dirigée consciemment, selon une volonté, vers un but choisi.

Beaucoup de personnes attendent des « circonstances », « l'occasion » de se manifester : c'est lâcheté, faiblesse, manque de perspicacité, *inadaptation au réel.* S'il y a dans le succès une part de loterie, un élément de chance, qui ne dépend pas de nous, il y a aussi et surtout l'effet du travail intelligent et persévérant, d'une sensibilité perspicace et bien dirigée, qui dépendent de nous. Rappelons-nous le précepte des Stoïciens, et notamment d'Epictète, l'esclave philosophe qui fut affranchi par son maître, de distinguer dans les événements deux séries de causes : celles qui dépendent de nous, et celles qui n'en dépendent pas. De celles-ci, il serait vain de se féliciter ou de s'indigner, de s'en attribuer le mérite ou la faute : nous n'y pouvons rien. Quant à celles-là, elles représentent le champ immense de nos actions conscientes et volontaires, dont nous sommes responsables. De ce point de vue, c'est à nous-même qu'il faut nous en prendre, si le succès ou le malheur sanctionnent nos initiatives. « *Il n'y a pas d'événements malheureux, il n'y a que des événements mal acceptés* », disait Maeterlinck, avec une petite pointe d'excès. Ajoutons : ou *mal utilisés* ou *mal transformés.*

Mais cette insertion de votre volonté dans la trame ininterrompue de votre existence, et conformément à votre idéal, c'est chaque jour qu'il faut la réaliser ; c'est dans votre existence

présente, et non dans une existence imaginaire et aléatoire. N'attendez pas que demain vous apporte des conditions meilleures ; elles seront peut-être pires. C'est aujourd'hui même, quelles qu'elles soient, et dans une mesure si minime qu'elle soit, que vous pouvez, que vous devez améliorer ces conditions de vie selon vos vœux. De petits progrès — pourvu qu'ils soient réguliers — vous conduiront plus loin et plus sûrement que des bonds isolés, des élans passagers, suivis de rechutes et de nonchalance.

Un architecte, un sculpteur, un homme d'affaires, un artisan ne se contentent pas de se fixer un but précis, et de tracer le plan général de leur travail. Le négociant *prévoit*, et *accomplit*, tous les actes qui vont de son propre approvisionnement en marchandises à la revente aux grossistes et aux détaillants, sans oublier les mesures pratiques pour étendre sa clientèle et recouvrer les fonds qui lui sont dus. L'architecte mesure la grandeur et dessine la forme de chaque pierre ; mais il voit tous les détails dans le rayonnement de l'ensemble. La plus humble sculpture de la cathédrale contribue à la beauté de l'ensemble. C'est un même idéal qui se reflète partout, qui parcourt chaque pierre, lui donnant un sens, une valeur qu'elle n'aurait point sans lui. Ainsi, en toutes choses, dans les affaires, dans l'amour, dans l'art. La vie est faite de détails.

On peut appliquer à chaque idéal, le principe de saint Augustin : « C'est une grande chose d'être ponctuel sur les petites choses. » Demandez-vous donc chaque jour quels actes pratiques vous devez accomplir, pour avancer vers votre idéal. Sans ces actes quotidiens (dont le plus modeste participe de la grandeur de l'idéal), vous piétinerez et échouerez. Avec eux, votre existence est vivifiée et enrichie, l'espoir et la confiance grandissent ; en fait, vous avancez.

Conclusion.

16. Que vous le vouliez ou non, puisque vous avez l'ardent désir de vous perfectionner et d'avancer, vous serez toujours entraîné vers les choses difficiles. « Plus une tâche est difficile, plus il est nécessaire de l'accomplir », disait Denys Cochin. La petite vie tranquille et morne n'existe pas pour un Pelmaniste. Il vous faut des buts. Il vous faut un idéal. Ensuite, vous bataillerez joyeusement pour votre cause... et c'est ainsi que l'on réussit.

II. INTÉRÊT ET HARMONIE MENTALE

L'intérêt que vous éprouvez pour votre idéal et votre but active le développement de vos capacités mentales.

A. L'Intérêt Donne à l'Esprit l'Unité d'Action.

1. Comment les jeunes choisissent-ils une profession ? Comment avez-vous choisi la vôtre?

La plupart du temps, ce choix est déterminé par les parents ou le hasard.

Tel jeune homme prépare les concours d'une école professionnelle, parce que son camarade s'y est destiné.

Un bachelier « potasse » son droit, parce que l'on dit que cette licence est la plaque tournante des carrières libérales.

Mais certains se découvrent, à la pratique de leur métier, une véritable vocation. Ils ont tiré un bon numéro, car personne, à vingt ans, ne peut savoir si la carrière embrassée sera éprouvée satisfaisante.

En voici qui, suivant une évolution lente mais irrésistible, changeront leur métier pour un autre par paliers, selon leurs affinités. Beaucoup de techniciens, par exemple, se retrouvent, un jour, parfaitement à l'aise dans les carrières commerciales. Des fils de commerçants ou d'industriels abandonnent l'affaire paternelle pour réussir dans l'art, ou en littérature.

D'autres encore, tenaces en une profession sans attrait, émergeront : ils auront vu le problème de plus haut. Ceux-là, dans quelques

années, auront gagné. Pour autant que leur chance méritée se précise, ils aimeront leur métier par-dessus tout.

Enfin, comme dans ces « pesées des âmes » sur les façades de nos églises romanes, nous trouvons tout en bas de ces hiérarchies la foule énorme de ceux pour qui le jour du paiement du salaire est le seul digne d'intérêt dans le mois.

Faites alors le parallèle :

Voici un jeune homme introduit dans une carrière, qu'elle lui plaise ou non. Il veut réussir, et le changement, si besoin est, ne lui fait pas peur. Un groupe d'idées bien définies commande toutes ses facultés : connaître à fond le métier, en sonder les possibilités, juger concurrents et rivaux ; enfin établir un programme qui le fera un jour s'élever au sommet.

Dès lors, pour satisfaire cette ambition, sa curiosité intellectuelle, son esprit d'observation, sa mémoire, son imagination, son jugement, sa volonté vont agir de concert. Nous ne disons pas qu'il n'aura aucune idée étrangère à son travail (nous souhaitons, au contraire, qu'il en ait, pour son bon équilibre mental), mais le fait de tendre vers un but va stimuler et faire coopérer harmonieusement ses diverses facultés, et, par là même, augmenter sa valeur personnelle.

Au contraire, si nous n'avons pas de but défini, nous travaillons par nécessité, mais sans goût, et, la besogne achevée, ne savons comment « tuer » le temps. Notre esprit n'ayant pas d'intérêt vigoureux qui le captive, se disperse ; nous n'avons ni méthode, ni plan. Nos facultés ne prennent aucun développement ; elles s'étiolent, et bientôt nous nous reconnaissons inférieurs à ce que nous étions autrefois. A peine nous avouons-nous ce que nous aurions pu devenir si, dès la jeunesse, nous avions adopté un but et une méthode.

Si, tout à coup, nous trouvons de nouveau un intérêt pour un but précis, notre activité reprend un sens, nous optons pour certaines décisions, avec assez de dynamisme pour accomplir les efforts qu'exige leur exécution. Ecarter momentanément quelques activités préférées ne nous semble plus pénible. Lorsque nous nous intéressons à un travail, nous ne regrettons ni le temps occupé, ni les loisirs perdus, car nous nous sentons « vivre ».

On peut reprocher à ceux qui « pensent toujours à leur travail » leur égotisme, et surtout l'ennui que leur présence et leur conversation provoquent.

Il ne faut pas se scléroser dans son métier. L'esprit, autant que les activités corporelles, doit connaître le divertissement ou le délassement par la variété des occupations. Le « violon d'Ingres » intellectuel ou physique, est une nécessité pour le bon équilibre des forces.

Gardez-vous donc d'établir des « frontières » entre votre profession et vos loisirs. Ainsi se réalise l'unité d'action.

B. L'Intérêt Développe l'Attention.

2. Voici, en présence de M. X..., six personnages : un tailleur, un peintre, un psychologue, un médecin, un homme d'affaires et un... je ne sais quoi, car il ne s'intéresse à rien. Chacun des cinq premiers fera une ou plusieurs remarques au sujet de M. X... relativement à ce qui l'intéresse. Ainsi le tailleur *observera sans aucune peine* la coupe du veston, la qualité du tissu ; le peintre examinera la physionomie, la couleur des yeux et du teint ; le psychologue, attentif à l'expression du visage, devinera le tempérament ou le caractère ; le médecin, même sans s'y appliquer, constatera les symp-

tômes ou les vestiges d'une maladie ; l'homme d'affaires apercevra, d'un coup d'œil, la condition sociale. Mais celui qui ne s'intéresse à rien ne verra rien ; son regard glissera sans faire aucune remarque ; il n'y aura dans son esprit que grisaille monotone.

L'inattention est fréquente ; elle résulte le plus souvent de l'absence de but, par conséquent d'intérêt. Combien d'Etudiants nous disent : « Quand je m'assieds pour faire des comptes ou lire un livre, je ne puis concentrer mon attention sur mon travail, je pense à tout autre chose ; arrivé à la fin de la page, je dois recommencer ! J'ai tout autant de peine à suivre une conversation. Les gens me parlent, et, s'ils me demandent : « N'est-ce pas votre avis ? » je ne sais à quoi s'applique cette question ; j'étais dans les nuages. »

Nous cherchons alors à déterminer depuis combien de temps notre interlocuteur souffre de cet état d'esprit, et, un à un, nous obtenons les renseignements désirés. Enfin, nous posons la grande question : Quel est votre but dans la vie ? Vous laissez-vous vivre, ou avez-vous un plan, une ambition ?

— « Ma foi, il semble bien que je vive simplement ma vie quotidienne...

— Oui, j'aimerais à augmenter mes revenus, mais c'est plus facile à dire qu'à faire...

— L'ambition ? Il y a longtemps que je n'en ai plus ».

Forts de cet aveu, nous commençons à lui expliquer qu'on peut remédier à la dispersion de l'esprit, d'abord en reconstruisant sa vie intérieure sur une nouvelle base de désirs, puis en suivant avec décision la voie adoptée. Nous lui représentons qu'il doit, non seulement désirer augmenter ses revenus, mais être bien déterminé à les augmenter d'une somme annuelle précise. Peut-être lui sera-t-il difficile, au début, de se créer un mobile d'action ; mais, dès qu'il y aura réussi, il concentrera plus

facilement son attention sur les détails de ses affaires, ou sur les pages d'un livre. Il prendra de bonnes habitudes mentales, et ses pensées, au lieu de se poser, sans raison, ici et là, seront toutes dirigées sur les moyens d'augmenter ses ressources et d'édifier de nouveaux projets. En outre, une discipline psychique — que nous esquisserons plus tard dans notre Cours — accomplira des merveilles pour le développement de ce que nous pourrions appeler les muscles mentaux. Dans trois mois, cet homme, qui manquait de confiance en soi, nous dira qu'il ne se reconnaît plus : il n'aurait pas cru qu'une guérison pût être aussi rapide et aussi complète.

N'avez-vous pas vous-même constaté la relation existant entre l'attention et l'intérêt ? N'êtes-vous jamais passé dans une rue sans rien voir, perdu dans quelque rêve ? « Mais pourquoi aurais-je regardé ? penserez-vous, cela ne m'intéressait pas ». Nous ne voyons, en effet, la plupart du temps, que ce que nous cherchons à voir. Il faut être chasseur pour remarquer les traces d'un lièvre, médecin ou psychologue pour penser en regardant un visage : « C'est celui d'un nerveux ». Et nous ne cherchons que ce qui nous intéresse. Ribot a pu écrire : « Un homme ou un animal incapable, par hypothèse, d'éprouver du plaisir ou de la peine, serait incapable d'attention ».

Des Buts Nombreux... peut-être... pour Commencer.

3. Avez-vous vu une truite contrôler l'eau limpide d'un ruisseau ?

Face au courant, preste et nerveuse, elle guette. Rien de ce qui descend au fil de l'eau n'échappe à sa vigilance. — Elle happe une larve, gobe en surface une mouche noyée, donne un coup de queue désappointé à une touffe d'humus, chasse une concurrente... Et

ce manège, si précis qu'il semble mécanique, durera peut-être des heures.

De même, tant que vous êtes enthousiaste — et l'on a l'âge de ses aspirations et non de ses artères — votre intellect doit absorber mécaniquement, voracement ce qui vous intéresse dans le spectacle de la vie quotidienne, en pensant toujours à votre établissement définitif.

A moins que vous n'ayez une vocation, ou une idée arrêtée et juste quant à vos possibilités, il n'est pas mauvais d'employer deux, trois, cinq ans de votre vie (peut-être dix) à vous intéresser à diverses occupations, à en essayer plusieurs, jusqu'à ce que vous vous soyez rendu compte de vos intérêts profonds.

Un moyen d'en juger : tant que vous serez obligé de faire un effort d'attention dans ce rôle de filtre, pour amener à vous et assimiler ce qui peut vous servir, il y aura contrainte, donc manque de conviction.

Mais la curiosité, cette perpétuelle « chasse aux idées », vous amène à vous intéresser à beaucoup de choses et, partant, multiplie dangereusement le nombre de vos buts.

Nous verrons plus loin comment se peuvent inclure plusieurs buts dans un plan de vie, jusqu'à ce qu'on les abandonne — gousses vides — au rythme des années.

Néanmoins, il est prudent de vous limiter sans trop tarder, et de choisir assez vite, après examen sérieux, vos aspirations définitives.

Trop de buts provoquent une dispersion épuisante et stérile, point de but entraîne une inattention stupide et également stérile.

Mais des Buts trop Nombreux Dispersent l'Attention.

Il faut savoir se limiter.

4. Avoir un but précis concentre l'attention ; avoir trop de buts, et des buts trop différents,

la disperse. Nous connaissons un homme qui s'occupait en même temps de trois affaires importantes, très différentes. De huit heures à dix heures du matin, il travaillait à la première, de dix heures à midi à la deuxième, et de treize à vingt et une heures à la troisième. On a beau être bâti à chaux et à sable, une tâche aussi absorbante, et quotidiennement renouvelée, dépasse les forces normales. Il en arriva, au bout de deux années, à un surmenage caractérisé. Il lui fallait lire une lettre deux fois pour en saisir le sens. Il lui advenait souvent « d'être dans les nuages » pendant une entrevue fort importante. Il consulta son docteur, qui l'engagea à se reposer quelque temps. Nous lui avons conseillé un remède plus énergique. Nous l'avons averti que, s'il ne diminuait pas ses heures de travail et le nombre de ses occupations, non seulement maintenant, mais à l'avenir, son cerveau ne fonctionnerait plus du tout. Il fut obligé de ne conserver que deux de ses affaires, et de placer un directeur à la tête de la troisième.

Notons que le surmenage tient souvent à un manque de méthode. Il faut savoir se tracer un emploi du temps raisonnable, classer les questions selon leur importance, et ne pas sacrifier l'essentiel aux détails. Beaucoup de chefs ou de patrons ont le tort de vouloir faire tout par eux-mêmes, et se fatiguent pour un infime profit, alors que sans inconvénient ils confieraient à des subordonnés les tâches secondaires.

Il y a donc une limite à l'effort, que chacun de nous doit connaître en ce qui le concerne. Elle varie selon les individus. Certaines personnes sont capables de poursuivre, en même temps, plusieurs études ou entreprises, mais rarement elles maintiennent avec brio cet effort jusqu'à la retraite.

En règle générale, il suffit de sa profession et d'un ou deux buts secondaires pour remplir sa vie.

En tout cas, il y a dispersion d'esprit chaque fois que nous n'avons pas su établir *une hiérarchie entre différents buts.* Nous allons alors d'une tâche à l'autre sans ordre d'importance. Tel étudiant s'intéressant aux lettres, aux sciences, au droit, entreprend à la fois plusieurs licences, et échoue lamentablement à tous ses examens, pour ne s'être pas rendu compte qu'*il fallait choisir.* Tel autre, ayant quelques jours de loisir, les consacre à tant de travaux qu'il en commence beaucoup, mais n'en finit aucun. Lorsque nous attachons même valeur à plusieurs buts, nous sommes « tiraillés » dans plusieurs sens, et n'approfondissons rien.

Sans doute, un travail repose d'un autre ; mais c'est à condition que les deux activités soient très différentes, et que l'on ne soit pas déjà épuisé. On peut concentrer son énergie sur une affaire commerciale pendant huit heures par jour, et consacrer encore deux ou trois heures à apprendre des langues étrangères, à jouer d'un instrument, à étudier la théorie de la T.S.F. L'attention, quoique fixée pendant de longues heures sur les affaires, sera pourtant fraîche si, ensuite, on veut la concentrer sur d'autres sujets. La deuxième occupation devient une « distraction », au sens supérieur du mot, un véritable repos mental.

Ainsi on évitera et la dispersion de l'attention, et le surmenage par excès de fixation sur un seul but.

« Je crains l'homme d'un seul livre », disaient cependant les Anciens. De même, est invincible l'homme d'un seul but. Mais il faut alors que le but, et l'esprit qui l'a conçu, soient d'envergure. Quoi qu'il en soit, si vous avez plusieurs buts à la fois — deux ou trois sont concevables — il importe de les hiérarchiser entre eux, afin de ne pas nuire à votre unité mentale, et d'éviter tout conflit intérieur. Par

exemple : 1° devoir professionnel ; 2° musique ; 3° sports.

N'avoir aucun but, c'est aller à la dérive ; en avoir trop, c'est gaspiller son énergie.

La Loi de l'Intérêt.

5. Le Dr A. Carrel disait : « C'est quand on ordonne son activité par rapport à un but précis, que les fonctions mentales et organiques s'harmonisent le plus complètement. L'unification des désirs, la tension de l'esprit dans une direction unique, donne une sorte de paix intérieure ».

La loi de l'intérêt est claire et facile à formuler : *plus votre intérêt est intense, plus votre attention est forte.* Ainsi, une attention *spontanée* se manifeste quand vous lisez un auteur qui vous plaît, ou écoutez une musique qui vous touche ; d'autre part, une attention *voulue* s'exerce au cours des travaux nécessaires à la profession ou au métier. Dans les deux cas, la fatigue causée par la concentration est d'autant moins grande que l'intérêt pour l'objet est plus profond et puissant.

Ainsi, l'intérêt détermine non seulement le degré de l'attention, mais sa durée.

Les Formes Dangereuses de l'Intérêt.

6. Enthousiasme, aventure, rivalité peuvent être les meilleurs et les pires stimulants de l'INTÉRÊT.

La « bride sur le cou » est une tactique excellente jusqu'à la seconde précise qui précède la culbute. Un jeune enthousiaste prêt à partir avec fougue dans la vie ne doit pas se laisser emporter par le seul goût de l'aventure. Tout entraînement doit porter sa part de réflexion qui le contrôle et le légitime.

Lorsque l'esprit critique a joué son rôle clarifiant, la vigueur et l'assurance avec lesquelles on s'élance n'en sont que plus efficaces. La certitude de s'être décidé avec lucidité est le plus ferme soutien lorsque se multiplient les difficultés. Et les obstacles prévus ne sauraient décourager.

Sachez, d'ailleurs, qu'il en est des buts comme de l'amour. Leur attrait doit être réchauffé, ravivé, entretenu par beaucoup d'ingéniosité quotidienne. Mais ne vous amusez pas à compliquer vous-même votre tâche : les hommes et les circonstances s'en chargeront. Soyez seulement prêt à tirer parti de tous les obstacles, pour augmenter votre valeur, au lieu de vous laisser abattre.

Un but trop facile à atteindre incite à l'école buissonnière.

Quant à la rivalité, qui stimule, il faut s'en défier, car elle n'est que la forme aigrie de l'émulation, et un prélude bénin à la concurrence déloyale.

On est son propre juge ; aussi s'accorde-t-on trop souvent les circonstances atténuantes.

Allons plus loin. Sous la bannière des mots : « aventure » ou « rivalité » il advient que vous enrôliez un proverbe suspect : « Qui veut la fin veut les moyens ». Attention ! A frôler l'illégalité, on hypothèque sa réussite. Dès lors, vous ne progressez plus, mais vous *jouez*, et gros jeu.

Il est temps de vous arrêter !... Qui sait ? Vous trouverez peut-être demain un chemin tout différent et plus lumineux pour arriver au terme ?

Le Génie et l'Attention.

L'inspiration ne vient que par la volonté et le travail.

7. Nombre de savants ont été persuadés, et le sont encore, que le génie est dû plus à la

concentration de l'attention qu'au développement extraordinaire des facultés. Buffon affirme que le « génie n'est qu'une longue patience ».

« Entre un esprit ordinaire et celui de Newton, il n'y a, dit sir William Hamilton, qu'une différence importante : celui-ci est plus capable que celui-là de soutenir son attention. » Le grand mathématicien anglais l'admettait lui-même, avec une modestie égale à sa pénétration d'esprit. Vantait-on son génie, il répondait que s'il avait fait quelques découvertes, il le devait plus à son infatigable attention qu'à tout autre talent.

Helvétius affirmait que le génie n'est « qu'une attention prolongée ». Arnold soutient que c'est « surtout une question d'énergie ».

Ce ne sont là que demi-vérités. L'attention, l'effort mental *préparent* l'invention originale. Une nouvelle idée naît dans notre intelligence subconsciente. C'est pourquoi on dit qu'elle nous « vient » ; elle fait son apparition *soudainement*, alors que l'esprit peut être occupé à quelque chose d'autre. Cependant, la valeur de l'attention n'en est pas diminuée ; elle en est plutôt accrue.

Au surplus, le génie ne se commande pas ; il suffit que nous sachions, guidés par l'intérêt, atteindre ce qui nous importe.

C. L'Intérêt Développe la Mémoire.

8. La vigueur de la mémoire, comme celle de l'attention, dépend de l'intérêt qu'on éprouve, donc du but qu'on se propose. L'étudiant en droit, qui espère entrer au Barreau, aspire à un diplôme. Intéressé, il veut vaincre ; par suite, ses difficultés de compréhension et de mémoire tendent à disparaître. S'il avait d'autres intérêts que son travail, il parcourrait distraitement ses livres de droit, son attention serait faible ; sa mémoire serait paresseuse et incertaine.

N'est-il pas notoire que nous nous rappelons les détails d'une affaire qui nous intéresse plus facilement que ceux d'une entreprise à laquelle nous sommes indifférents ? Un saute-ruisseau se plaignait de son peu de mémoire dans les affaires. Il oubliait de mettre les lettres à la poste, négligeait les communications téléphoniques, ne se souvenait ni des commandes faites, ni des ordres reçus. Mais il se rappelait tout ce qui touchait au football : dates des matches, noms des équipes et des joueurs, résultats des parties. Il était à cet égard une vivante encyclopédie. Il mettait tout son cœur dans le football, et non dans les affaires. *Où est notre cœur, là aussi est notre mémoire.*

Examinez votre vie, et cherchez ce que vous vous rappelez le mieux : ce sont les événements qui vous ont ému.

« Les trois faits dont je me souviens le plus vivement, nous a écrit un Pelmaniste, c'est le terrible accident où l'un de mes camarades se noya sous mes yeux (je faillis me noyer moi-même) ; la soudaine exaltation que j'éprouvai sur une des montagnes de la Suisse ; et le profond étonnement que je ressentis lorsque, pour la première fois, je regardai par un télescope. »

L'intérêt que nous portons à de tels événements les tient « en suspens » et, à la moindre occasion, les invite à réapparaître pour s'associer aux événements actuels. Il peut même, parfois, nous inciter à déformer le présent pour mieux le rapprocher du passé : nous *désirons tellement* nous retrouver dans la situation passée, que nous ne voyons que ce qui peut l'évoquer. Ces « rêves », la plupart du temps inopportuns, tendent à détruire l'originalité du présent, et à saper nos intérêts actuels.

De même, des troubles de la mémoire peuvent se manifester en diverses circonstances : choc émotif, surmenage, ou, à l'inverse, désœu-

vrement. Ce dernier cas a été observé chez nombre d'anciens prisonniers de guerre, arrachés pendant de longues années à leur profession antérieure, sans occupation précise, donc sans intérêt et, en outre, sous-alimentés ; ils n'ont pu se réadapter que par un entraînement progressif et rationnel selon notre méthode.

Concluons que l'intérêt est plus fondamental que le souvenir : Intérêt et But conditionnent l'Attention et la Mémoire.

D. L'Intérêt fait Trouver des Idées.

9. En canalisant toutes nos facultés vers un but déterminé, l'intérêt élimine les sollicitations du monde extérieur, de même que toute idée n'ayant pas trait au but qu'on s'est proposé.

Dans le domaine qui nous séduit, il rend nos idées plus nombreuses, plus puissantes et fécondes. Toujours présentes à notre pensée, les idées qui nous passionnent bénéficient de notre expérience. L'intérêt accroît ainsi le pouvoir de notre imagination créatrice. Grâce aux forces qu'il donne, nous ne nous bornons plus à considérer seulement ce qui touche à nos affaires ou à notre profession ; nous sommes amenés à examiner maints sujets, qui, à première vue, leur semblent étrangers. D'où un accroissement de nos idées, en nombre et en qualité, qui aboutit aux plus fructueux résultats.

Maxwell émit une théorie concernant les relations du magnétisme et de l'électricité. Hertz, en tant que physicien, s'y intéressait aussi et fit des expériences pour vérifier la théorie, ce qui le conduisit à la découverte des ondes hertziennes ou électro-magnétiques. Marconi et Branly s'y intéressèrent à leur tour, et aboutirent à certaines applications pratiques que de profondes réflexions leur avaient suggérées. C'est ainsi que fut découverte la télégraphie sans fil. Cet exemple met nettement en lumière le rôle de l'Intérêt, de l'Attention, de la Mémoire

dans la naissance et le développement des Idées.

La Naissance et le Développement des Idées.

10. Au cours des siècles, certains génies se sont manifestés à la postérité par des découvertes, semblait-il, miraculeuses, en ce qu'elles paraissaient jaillies d'une observation élémentaire.

Newton voit tomber une pomme, et découvre au même instant les lois de la gravitation universelle.

Papin s'absorbe machinalement dans la contemplation d'une marmite d'eau bouillante... et le principe du moteur à vapeur est né.

Galvani jette un coup d'œil sur une grenouille dépecée, et la « fée électricité » va progressivement se laisser mettre en cage.

Mais l'observation d'un fait n'est rien sans l'intuition d'un homme compétent. Les découvertes de la croisée d'ogives, du ballon à air chaud, de l'anesthésie, du phonographe ou de la pénicilline, dans leur simplicité proverbiale, sont tout de même sœurs des révélations de Pascal, de Champollion ou de Le Verrier.

Comme l'idée, *l'intuition*, chère à Bergson, n'est que la résultante de l'intérêt, du travail et de la compétence.

Les annales du génie montrent que l'originalité et les découvertes des grands hommes sont dues, d'abord, à cette impulsion, sentiment ou émotion qui fait passer aisément de l'intérêt à l'action. Un exemple nous suffira. Finsen, le fameux spécialiste des cures de lumière, vit un chat reposant paresseusement sur un toit, en plein soleil. L'ombre d'un bâtiment voisin atteignit l'animal, qui se déplaça peu à peu pour s'exposer de nouveau aux rayons solaires. Il répéta la même manœuvre plusieurs

fois. Cette répétition attira l'attention de Finsen, dont l'intérêt croissait à mesure qu'il réfléchissait. Il comprit que la lumière et la chaleur faisaient du bien au chat, mais *comment* et *pourquoi* ? Il se sentit à la veille d'une grande découverte ; ses nouvelles recherches aboutirent à la fameuse *cure Finsen*.

Vous direz peut-être : N'est-ce point un cas où l'attention fit naître l'intérêt, plutôt que le contraire ? Non, car le savant commença par s'intéresser aux mouvements du chat, et cet intérêt attira son attention sur la cause du phénomène. On objectera que, pour nous intéresser à une chose, il faut l'avoir d'abord aperçue. Certes ; mais cette sorte d'attention au premier degré, spontanée, presque automatique, n'est pas l'attention concentrée, intense, dont nous nous occupons.

Nous reviendrons plus tard sur l'attention qui se développe par la culture de l'esprit d'observation.

Certains demanderont comment les idées peuvent jaillir d'un travail quotidien, par nature routinier.

Envisagez-vous votre métier comme un écureuil sa cage tourne-broche ? Là est la question.

Promenez-vous chaque jour un *œil neuf* sur ce que nous pouvons appeler vos occupations rémunérées ?

Faites-vous, chaque matin, instinctivement, une « revue de détail » de votre affaire, avec la volonté de trouver un procédé quotidien pour progresser ?

Secouez-vous votre inertie par tous les moyens ?

Détaillant, partez-vous du principe que votre marchandise perdra sa valeur en cas de non-vente avant un temps x... ? Fonctionnaire ou employé, vous croyez-vous tenu de trouver chaque jour une amélioration à votre service, sous peine de révocation ?

Il est bon de se placer artificiellement dans une situation morale où toutes vos facultés sont tendues contre la catastrophe.

Pour dominer sa routine, il faut une discipline quotidienne. L'ambiance que vous vous imposez ainsi ne tarde pas à faire mûrir rapidement les idées viables.

Mais, si nous n'avons pas de plan de vie, défions-nous de nos « trouvailles ». Le premier brouillon venu peut avoir de l'imagination. Et les projets irréalisables courent les rues. Astreignez-vous à un programme d'efforts étagés. Et, à partir de ce programme, vous échafauderez votre avenir avec des idées efficientes, et non des châteaux en Espagne.

L'Intérêt, Force Motrice.

11. N'avez-vous jamais entendu A... dire à propos de B... : « Je me demande où il trouve toutes ses idées ? » Remarque non exempte de rancune et d'envie. A... fait de son mieux, et cependant B... le surpasse en tout. Pourquoi ? Probablement parce que B... est plus intelligent, plus affiné. Mais il est également probable que A... n'a pas, du moins momentanément, un aussi fort *stimulant* que B... Dès qu'il en aura un, les idées lui « viendront », aussi nombreuses et aussi fécondes que celles de son rival. Pensez à l'extraordinaire habileté dont certains hommes sans instruction font preuve dans la conduite de leurs affaires. Ils peuvent commettre quelques bévues, lorsqu'il faut de la précision dans l'expression, et un goût sûr ; mais ils ont trouvé les idées essentielles, et les ont magistralement mises à exécution. Ces hommes ont en eux la *force*, jaillie de leur enthousiasme pour la VIE.

Appliquez ces exemples à vos propres affaires. Pourquoi êtes-vous quelquefois à court d'idées ? Une stagnation, longue ou courte, suit presque

toujours une période de création ; à l'exaltation mentale succède une sorte de dépression. C'est le rythme intellectuel. Mais la cause la plus grave, c'est que les feux de l'intérêt s'éteignent. Vous perdez votre force ; votre attention se relâche ; votre puissance de réflexion diminue, et vous n'obtenez plus que des résultats médiocres.

La loi du stimulant a été formulée ainsi : « *L'efficacité d'un sentiment, en tant que force agissante, est déterminée par son intensité et sa durée.* »

Il faut que votre intérêt soit permanent et profond, sinon vous ne progressez pas ; vous êtes changeant, instable ; tantôt vous êtes tout feu, tout flamme, et tantôt froid et apathique. Si, au contraire, votre intérêt, quoique constant, reste tiède, il ne renferme aucune force, aucun «piment», et ne stimule en rien votre activité.

Les Stimulants de l'Intérêt.

12. Vous avez un plan de vie ? Vous avez des aspirations précises, et y penser vous donne, par anticipation, le sourire ? Soit. Souvent, cependant, vous devrez avoir recours aux stimulants. Le coureur de fond se voit passant le poteau d'arrivée en tête du peloton, mais, sur le parcours, il demande souvent secours à des morceaux de sucre.

Qu'y a-t-il pour vous secourir ? Ayez confiance en la multiplicité des ressources humaines. En voici quelques-unes :

Les Représentations Concrètes.

Tout d'abord, représentez-vous vivement et *en détail*, non seulement les résultats auxquels vous aspirez, mais encore ce qu'ils vous permettront d'obtenir, d'acheter...

Et même, concrétisez ces images par des dessins, des esquisses plus ou moins habiles

qui vous obligeront cependant à des représentations plus précises, plus vigoureuses, plus vivantes.

Mais votre intérêt s'émoussera peu, si, tout le long de la vie, vous usez de tous les stimulants qu'elle met à votre disposition.

L'amour, la beauté, les modèles exaltants, les vies bien remplies.

Et quels stimulants !... La critique juste de cette femme aimée devant laquelle vous ne pouvez pas déchoir, le dernier livre de ce romancier qui écrit cent fois mieux que vous, cette commode Louis XVI dont le prix était au-dessus de vos moyens, mais pour laquelle, bravement, vous avez donné des arrhes, le jour où vous avez trouvé un travail supplémentaire.

Votre plan de vie, au cours de sa réalisation, se jalonnera de stimulants variés.

Puisez journellement votre dynamisme dans le spectacle quotidien de la vie : ces roses, ce rayon de soleil, ce film remarquable, ce disque de J.-S. Bach — et, pourquoi pas ? — ce bourgogne 1929 lors d'un bon repas... Toutes choses parfaites en elles-mêmes.

Ceux qui savent se faire ainsi « propulser » agissent avec cette conscience du beau, du travail bien fait, comme cette femme qui s'entoure, pendant sa grossesse, de toutes les reproductions des anges de la Renaissance florentine.

Vivifiez, accroissez les stimulants sentimentaux, intellectuels et moraux, et les idées viendront.

Et les Stimulants Matériels ?

Moins puissants que les précédents, ils ne sont cependant pas à négliger lorsqu'ils sont *naturels* et accroissent votre vitalité. Un *tonus* physique plus élevé augmente votre tonus psychologique. Ainsi une promenade à la campagne, dans un parc ou une avenue aérée. Ainsi le sport, la culture physique, le massage même.

Soyez prudent lorsqu'il s'agit de stimulants *artificiels* tels que le café, le thé, qui énervent, et fatiguent l'organisme dès qu'on en use un peu trop.

Mais, surtout, *proscrivez énergiquement* les *excitants chimiques*. Gare à l'abus de l'alcool et aux drogues !

Nous ne voulons pas parler, bien entendu, des médicaments reconstituants ordonnés par un médecin, à base, par exemple, de calcium, de phosphore ou autres produits.

E. L'Intérêt Accroît la Confiance en Soi.

13. C'est là une question extrêmement importante.

La confiance en soi est la foi que l'on a en ses qualités et sa compétence, pour une chose déterminée, souvent par rapport aux qualités, aux défauts, à la compétence des autres ; par rapport, aussi, aux événements, aux situations.

Imaginez une tractation difficile entre une brute herculéenne et un gringalet intelligent. Chacun d'eux, à sa façon, est confiant en soi. Et, en fait, un observateur impartial serait bien embarrassé pour conclure à l'avance.

Il semble que dans chaque individu s'échelonne, entre le complexe d'infériorité et la hardiesse, une gamme de sentiments parfois contradictoires. L'être humain n'est pas simple : il peut se sentir plein de confiance en songeant à certaines personnes, à certains actes et, en même temps, très peu sûr lorsqu'il considère d'autres domaines. Ces sentiments n'ont que la valeur que vous leur prêtez. Ils sont soumis, comme tels, à des erreurs d'appréciation, et peuvent différer de ceux qu'éprouvent vos voisins, collègues, supérieurs, femmes, clients ou rivaux.

La confiance en soi doit donc être tempérée ou réchauffée, non au contact exclusif des échecs ou des succès, mais par l'avis désintéressé des gens qui gravitent autour de vous. A cet égard, une critique surprise sur votre compte vous sera plus utile que cent compliments.

A ceux qui ont trop bonne opinion d'eux-mêmes, et pourvu qu'ils ne soient pas d'une vanité incurable — écueil grotesque d'une minorité de « gens arrivés » et de jolies femmes — nous disons : « Gardez votre jugement tel quel, même si vous êtes trop optimiste. Cependant, il vous faudra reconnaître sportivement vos échecs, sans regret ni épilogue, et tâcher de vous amender. Si vous manquez votre but, que l'expérience serve à vous faire rebondir plus justement dans l'avenir. « Tomber six fois, se relever sept ». Toutefois, évitez de tomber.

Aux indécis, aux timorés, aux inquiets, nous dirons : « Personne n'est absolument dépourvu de confiance en soi. » Il y a généralement une sphère (celle de nos affaires ou de notre profession) qui nous intéresse, que nous connaissons et où nous ne craignons point de parler et d'agir. Un cordonnier peut être d'une timidité extrême et sans esprit d'initiative : mais, si vous vous avisez de le contredire lorsqu'il parle de cuir, il finira sans doute par oser vous déclarer que vous dites des sottises. *Chacun de nous est assez sûr de soi lorsqu'il sait.*

C'est de cette manière que s'accroît la confiance en soi. Vous connaissez votre sujet, ou vous êtes en voie de le connaître ; votre hésitation naturelle cède le pas à votre expérience.

Toutefois, même dans ce cas, il y a encore des gens qui n'osent soutenir leurs opinions : ils acceptent, sans protester, l'énoncé des faits les plus inexacts. Que d'écoliers savent la réponse, et ont peur de lever le doigt et de parler ! Devenus hommes, ils conservent cette passivité et, quoiqu'ils possèdent le savoir et

les capacités nécessaires pour réussir, ils hésitent sans cesse. Ils sont de caractère *réservé.* Ils ont le secret désir d'arriver, mais ne sont pas hardis et entreprenants. Aussi se laissent-ils dépasser par les hommes plus sûrs d'eux-mêmes.

Comment arriverez-vous à vaincre cette défiance de vous-même ?

Il ne faut pas trop jauger ses voisins dans cette lutte pour la vie et pour le bonheur. Ils sont peut-être plus forts que vous, vos voisins. Qu'importe ! A trop juger et peser, on perd le dynamisme initial. Même sans intuition, l'homme actif bouscule souvent la logique.

Des petits se précipitent parfois sur des gros et les battent comme plâtre. Un butor peut mettre de belle façon un procédurier dans sa poche. Un homme laid écrasera un Adonis sur le chapitre des femmes.

Ne parlez pas d'impondérables. Vous avez tous connu de ces moments exceptionnels où il semble qu'il n'y ait pas d'obstacles que l'on ne sache surmonter. Mais vous ne pouvez guère rester à ces altitudes. Vos chutes de tension sont fréquentes. Un seul remède : le tremplin de votre intérêt mental et matériel. Puisez votre confiance, ici ou là, dans les domaines qui la stimulent. L'homme équilibré, confiant en son étoile, est mieux armé que l'homme équilibré tout court.

Ne comptez jamais sur la chance. Mais sentez-la « en puissance » quand vous avez fait, vous-même, le maximum.

Le Caractère et ses Effets.

14. Le caractère, cet ensemble de qualités et de défauts, cet état d'esprit qui s'ajoute à notre tempérament par nos habitudes et nos actes conscients, nous influence, que nous le voulions ou non, dans nos pensées, nos actions, et surtout nos impulsions.

Il advient qu'en raison de ses éléments constitutifs, notre caractère nous empêche de progresser, surtout si la concurrence est grande. Des individus bien doués n'occupent qu'une place subalterne ; d'autres, d'intelligence moyenne, accaparent la première place. Ils sont supérieurs sur un point : énergiques, ils ont confiance en eux. On ne saurait les en blâmer ; ni ceux que leur réserve tient à l'écart des batailles de l'existence. Le monde ne doit pas être peuplé d'arrivistes cherchant la seule satisfaction de leurs désirs égoïstes ; mais nous ne désirons pas, non plus, le voir encombré de timides, incapables de se frayer un chemin au milieu de la foule. Nous apprécions un caractère réservé, tel qu'il se manifeste chez beaucoup d'idéalistes : et nous ne sommes pas aveugles aux mérites de ces individus énergiques qui acceptent avec calme les responsabilités des chefs. Mais, si un indécis désire pénétrer dans une sphère où il sera en concurrence, il ne doit pas s'attendre que les règles de la lutte soient modifiées pour lui.

D'ailleurs, cette prétendue réserve n'est-elle pas, souvent, aveu d'impuissance, manque d'adaptation, passivité, paresse tacite, désir timoré d'éviter les difficultés ?

Si vous adoptiez la formule : *Fais toujours ce que tu as peur de faire*, ne pensez-vous pas que votre vie en serait profondément influencée ? A condition, bien entendu, de ne pas rechercher systématiquement le périlleux, et d'appliquer ce principe à des actes de valeur.

Les règles de la lutte, acceptez-les telles que vous les trouvez. Cette manifestation d'énergie ne vous obligera nullement à cesser de vous conduire en homme d'honneur. De même que, dans un match, les adversaires, luttant de toutes leurs forces, restent animés du plus pur esprit sportif, de même, il peut y avoir, dans toutes les sphères de la société, une rivalité foncièrement honnête.

Doit-on Obéir à Son Caractère ?

15. Ou le plier à ses besoins ? Il s'agit de savoir, d'abord, si ce que vous revendiquez comme étant votre caractère témoigne de solides qualités ou de nombreux défauts.

Il y a des gens qui n'ont, pour réussir, qu'à suivre docilement les suggestions de leur caractère ; mais d'autres ont besoin de le morigéner. Essayez donc de savoir un peu, par ce que l'on pense de vous dans votre entourage : 1°) Si vous n'avez qu'à développer vos moyens pour vous réaliser selon votre but véritable ; 2°) si, au contraire, vous ne portez pas en vous-même, dans votre caractère, les obstacles qui vous empêchent d'atteindre votre but.

La verrue familiale, la myopie, le zézaiement, d'infimes tares physiques et morales, la pauvreté, les échecs, sont souvent générateurs de complexes d'infériorité, maladies chroniques du caractère qui entravent la conquête du but, et dont il faut, par conséquent, se débarrasser. Si l'on ne peut supprimer les faits, qui sont, non pas cause, mais occasion de complexe, on peut du moins enrayer leurs mauvaises conséquences par une plus juste appréciation : « cela n'a pas d'importance », se dira-t-on d'une petite rougeur au visage.

Toute cohabitation avec ses semblables, toute admiration pour ses amis, ses supérieurs — même quand nous photographions leur personnalité par son côté le plus constant : tics, manies, inflexions de voix, tournures de phrases — conduit à un mimétisme flagrant, qui est une altération du caractère.

Succès passager ; ambiance momentanée plus séduisante que la vie habituelle ; sentiment provisoire de domination, de force, ou de conquête, *engendrent l'orgueil*, justifié ou non.

Et cet orgueil, cet épanouissement non exempt parfois de cabotinage, c'est encore votre ca-

ractère qui n'accepte plus le contrôle de votre raison. Dans ce cas, matez-le.

Nous avons connu des gens dont rien n'aurait pu transformer la timide réserve en puissante activité ; en revanche, nous en connaissons des milliers d'autres qui y sont parvenus. Ils étaient de nature renfermée et contemplative ; mais, par vouloir personnel, ils devinrent actifs, presque agressifs. Cependant, il y a des chances pour que « l'Intérêt-Force » accroisse l'énergie de chacun, et lui permette de se développer selon son tempérament.

Pendant les dernières guerres, des hommes et des femmes d'une grande retenue, désireux de se rendre utiles à leur pays, sortirent de leur réserve. Chaque tempérament s'exprima par le mode d'action qui lui convenait le mieux : efforts de propagande ou conférences ; soins aux blessés ou résistance clandestine.

L'intérêt intense trouve toujours un moyen de s'affirmer ; à l'encontre même du caractère, il provoque les plus profonds changements.

L'Intérêt Engendre le Succès.

16. Un écrivain bien connu avait été chargé d'écrire une pièce. Lorsqu'il en remit le manuscrit, il dit : « Je suis sûr qu'elle n'aura aucun succès commercial, mais c'est l'enfant de mes rêves ; je désire tellement la voir portée à la scène, que pour vous indemniser des pertes qu'elle vous occasionnera, j'ai écrit une autre pièce. — Tranquillisez-vous, répliqua l'imprésario, je ferai jouer les deux ».

Eh bien ! la pièce dont le succès paraissait douteux à l'auteur était « Peter Pan », qui rapporta plusieurs fortunes. L'autre, qui devait indemniser le directeur, ne fut jouée qu'une saison. C'est ainsi qu'un auteur peut se tromper en appréciant ses œuvres.

Or, s'il avait tout à fait manqué de confiance en soi, il aurait dit : « Non, je ne

puis pas vous écrire une pièce. Mon genre ne vous plaira pas. » Au lieu de faire un pareil aveu, il écrivit deux pièces, mais en s'illusionnant sur la valeur commerciale de sa production.

En fait, un homme se sent capable de réaliser certaines œuvres, *parce qu'il s'est préparé à les faire, et souvent parce qu'il y a déjà réussi.* Ce sentiment de confiance, qui se manifeste dans une certaine sphère, tend à se déployer dans d'autres ; et celui qui se fie vraiment à ses capacités professionnelles, s'aperçoit que ce même pouvoir peut s'exercer dans de nouvelles directions. Il suffit qu'on ait foi en ses propres moyens, excités par l'enthousiasme et attestés par la production. Mais il faut aussi se contrôler, sans disperser sa force vive sur quantité de sujets. Car la confiance, et le dynamisme qui en résulte, peuvent connaître cette crise : la défaillance.

Si le succès engendre le succès, un échec en entraîne parfois d'autres, il apporte le doute et sape le potentiel nerveux.

F. L'Intérêt Accroît la Puissance de la Volonté.

17. La chose que, de toute votre âme, vous désirez faire, parce que vous la croyez bonne et avantageuse pour vous et autrui, est précisément celle qu'il vous sera le plus facile d'accomplir. Votre *enthousiasme vous donnera de l'énergie.* S'il vous faut, pendant un mois, commencer votre travail de bonne heure et le finir tard, vous le ferez aisément.

Observation très simple dont on ne saisit pas toujours l'importance. Les nonchalants, les indifférents, les paresseux, sont, en général, incapables de s'intéresser à quoi que ce soit. Sans but, ils ne peuvent ni concentrer leurs pensées, ni affirmer leur volonté. C'est une relation de cause à effet. L'intérêt vise à un but précis, exige des efforts continus,

développe toutes nos fonctions. L'une d'elles, la Volonté, a dans le sentiment, l'intérêt, non seulement son origine, mais le principe de sa durée : ainsi on *s'habitue à vouloir.*

Donc, si un jour votre Volonté fléchit, bien que vous soyez en bonne santé et sans souci, pensez au but que vous poursuivez : voyez s'il a conservé sa force d'action. Etes-vous aussi enthousiaste que vous l'étiez ? Ou la vie vous semble-t-elle avoir perdu de son attrait ? L'affaiblissement de la Volonté vient du manque d'élan ou de stimulant. Le désir étant moins fort, l'attention se disperse. Toutes ces défaillances s'enchaînent étroitement, et bien qu'il y ait d'autres facteurs dont on doive tenir compte, le facteur principal est l'Intérêt.

Sans doute, *l'habitude* de surmonter les difficultés pour réaliser l'ambition de sa vie influence tout l'esprit ; victorieux *d'un côté*, on est apte à l'être *d'un autre.*

Pas toujours, cependant ; c'est pourquoi il nous faut avoir : ou un seul idéal assez vaste pour embrasser toute notre vie consciente, ou divers intérêts capables de créer tour à tour la force de volonté dont nous avons besoin.

Résumons, en un tableau synoptique, ce que nos capacités mentales doivent à l'Intérêt :

L'INTÉRÊT

donne à l'esprit l'unité d'action et accroît

La force de l'attention	La fidélité de la mémoire	Le nombre et la valeur des idées	La confiance en soi	La volonté

L'Imagination Créatrice Régénère l'Intérêt.

Faut-il se laisser aller à la Rêverie ?

18. Votre but, vous ne l'envisagez pas avec la mathématique aveugle d'un robot. Vous le

parez, vous le magnifiez. Il n'y a pas de forme de l'intérêt qui ne s'accompagne d'une part d'imagination créatrice proportionnée à vos ambitions. Dans ce sens *constructif*, le rêve peut être utile : il est la fleur agréable de l'imagination ; il devient la poésie de votre but.

Pourquoi cacheriez-vous, inavoués, de grands désirs, de grandes ambitions ?

Bâtissez parfois de merveilleux programmes où vous jouez le premier rôle allégrement.

Chimères ? Pas tant que l'on croit. Dans cette foule d'idées dont vous entourez mentalement votre action future, il en est sûrement de viables, et peut-être même d'éminentes.

Il ne s'agit pas, vous le comprenez bien, de vous entourer de tous les attributs de la facilité... baguette magique, tapis volant, île au trésor ou même loterie. Pas de rêvasseries interminables. Un moment vient où le flux des images doit être arrêté : il convient de choisir et d'élaborer un plan. Il faut savoir diriger ses rêveries afin d'utiliser *pratiquement* son imagination. C'est ce dont traitera plus complètement la Leçon VII.

Avant tout, votre rêve doit être *possible*, et garder le contact avec la réalité.

Bâtissez-le avec des matériaux solides. Lorsque vous vous imaginez, radieux, dans une situation magnifique, il faut que vous vous y soyez amené avec la plus grande logique.

Alors, dans ces clichés mentaux, vous pourrez puiser du dynamisme.

Enfin, et c'est là le troisième avantage de l'imagination : dès lors que vos rêveries vous permettent d'aller au delà de vos activités et de votre vie habituelles, elles donnent à vos buts de l'ampleur. Et, inconsciemment, vous ferez les efforts qui vous paraîtront proportionnés à vos belles images.

Est-ce à dire que vous arriverez toujours à ces altitudes ? Non, mais vous irez plus haut

que si vous étiez enfermé dans les limites de votre rendement actuel.

Les Deux Vies.

19. Le danger de l'imagination, cette « maîtresse d'erreur et de fausseté », selon Montaigne et Pascal, cette « dupe du cœur », selon La Rochefoucauld, c'est de vous entraîner dans le royaume d'Utopie. Vous préviendrez ce malheureux voyage vers les déceptions, en ne vous abandonnant pas à tout propos à la rêverie, et en ne retenant que les *rêves* qui peuvent se transformer en *projets* raisonnables et réalisables. Le rêve n'a pas forcément de relation avec la réalité future, le projet est, au contraire, la projection d'une idée sur l'avenir dans lequel elle devra se réaliser. Le projet, c'est l'avenir déjà présent dans la pensée, la volonté et l'action. Le projet est en relation avec la réalité positive. Soyez des hommes de projets, non des rêveurs. Soyez hommes d'imagination, non de fantasmagorie !

En marge de leur vie réelle, existe chez la plupart des hommes une vie romanesque, une vie de rêve, entretenue par une imagination qu'excitent sans cesse des désirs inassouvis. Il est bien rare, en effet, que notre moi réel nous satisfasse. Aussi, aux frontières de cette réalité décevante, laissons-nous s'élever, grandir, vivre, un moi complémentaire, un moi secret, que les autres ne connaissent pas, une personne qu'on voudrait être et qu'on n'est pas. Une vie marginale se développe parallèlement à notre vie réelle. On connaît les cas sublimes de Don Quichotte, ou simplement douloureux de Madame Bovary. A des degrés divers, cette vie « seconde » se caractérise par une abstraction de la réalité (le rêve ne connaît pas d'obstacles), par une perte progressive du sens du réel.

A des époques graves de leur existence, on remarque chez certaines personnes de brusques

changements de caractère. Si l'on savait tout ce qui s'est déroulé antérieurement dans leur imagination, on ne serait pas surpris : on assiste à la naissance d'une personnalité qui, du jour au lendemain, les circonstances aidant, est devenue de rêve une réalité. On voit ainsi la puissance *bienfaisante* ou *maléfique* de l'imagination.

Fée particulièrement séduisante, mais aussi particulièrement irréelle et fabulatrice (créatrice de fables), elle enregistre toutes les impressions que nos sens vont cueillir à travers le monde. Elle les ressuscite, les avive, les arrange à son gré. C'est dans ce trésor charmant, malléable à l'infini, que le désir va choisir les images dont il illustre son existence de rêve. Vous devinez combien cette vie « fabriquée », « factice », est étrangère à la réalité, et génératrice de déceptions. Simple produit de remplacement.

L'imagination est la grande habilleuse qui jette sur un monde morose le vêtement de ses images, somptueux ou gracieux, riche ou simple, sévère ou délicat. Elle maquille et déforme les faits ; en elle-même, elle n'est pas plus consistante que la cire molle. C'est une grande artiste, vive et magique.

Mais il arrive que la vie de rêve absorbe de plus en plus les forces mentales au détriment des besoins réels. Le sens des réalités s'émousse, l'énergie se dissipe en fumée, la recherche du but se perd dans la jouissance du rêve. En s'aggravant, cet état conduit à un dédoublement de la personnalité, dont nous reparlerons plus tard, et qui est une véritable maladie mentale, une psychose caractérisée.

Il convient donc, non pas de réprimer cette imagination merveilleuse, mais de la *discipliner* en confrontant toujours ses créations aux possibilités d'actions réelles, afin de ne pas être dupe de ses prestiges, et de ne pas chevaucher des chimères. Mais, dans la mesure où l'on en garde le contrôle, elle est le stimulant puissant

des découvertes, de l'originalité de bon aloi, de l'enthousiasme, de l'action et du succès.

Le Plan, forme Positive de la Rêverie Surveillée.

20. Le plan est un moyen efficace de maîtriser son imagination, de donner forme à ses projets, et de passer à leur réalisation.

S'il suffisait de dire : « Je veux cela » pour l'obtenir, notre enseignement serait inutile. Chaque homme a devant lui son petit labyrinthe. La clairvoyance, ce fil d'Ariane, qui peut se vanter de la posséder ? Placé devant vos aspirations, à moins que vous ne soyez un étourdi ou un paresseux, vous ferez d'abord et instinctivement *un plan*. L'homme est né architecte.

Prenez donc une feuille de papier, et étalez sans vergogne tout votre avenir comme vous aimeriez qu'il fût. « Cette année, je ferai telle chose, l'année prochaine, telle autre... etc.. » N'ayez pas peur de viser haut et de vous accorder des satisfactions, si elles ne sont pas de paresse. Créez-vous des images idéales dont vous vous souviendrez, pour vous stimuler, au cours du travail quotidien.

Procédez logiquement, par étapes, et supposez que tout ce que vous allez faire réussira.

Conclusion.

21. Quand vous aurez fait ce plan idéal, c'est-à-dire ce soir même, vous n'aurez pas perdu votre temps.

Nous procéderons plus loin à un rajustement optique selon vos possibilités, vos défauts, vos qualités, les difficultés à envisager et les risques à courir.

Mais bien fixer votre rêve est indispensable aujourd'hui.

Il n'est pas de visée, si audacieuse soit-elle, il n'est pas de projet si poétique, si sentimental, qui n'obtiennent droit de cité sur votre page blanche destinée à vos réflexions.

Quand vous les aurez terminées, et à ce moment-là seulement, vous commencerez le chapitre III.

III. COMMENT SE CRÉER UN BUT

Pourquoi bien des Gens Vivent sans But.

1. La claire notion d'un but est la condition première de la réussite. Comment se fait-il que tant de gens vivent sans but ?

Aucun homme ne vit sans se sentir attiré par certaines choses ou certaines personnes. L'impassibilité, l'indifférence totales sont rares. Mais on peut être adonné à la cupidité, aux passions, sans avoir véritablement un but. Tel est, précisément, le cas de ceux qui manquent de tout idéal : esclaves de leurs désirs, ballottés par les circonstances, ils sont menés par le hasard, au lieu de diriger leur destinée. Il leur a manqué de concevoir un plan assez passionnant pour les aiguiller dans une direction précise, en leur assurant la dignité humaine.

On vit donc sans but, *faute d'un intérêt dominant*, qui unifierait notre existence entière. N'étant pas plus attiré par ceci que par cela, on butine tantôt ici tantôt là, aux hasards de la route, qui va n'importe où. Ce n'est pas indépendance, mais incohérence, absence de toute maîtrise de soi. Celui-là seul a un but, qui montre de la suite dans ses idées, de l'organisation dans ses efforts.

On vit sans but par *fatalisme*, si l'on se persuade qu'il ne sert à rien de vouloir, parce que notre sort ne dépendrait pas de nous. Rien de plus déraisonnable. Sans être tout à fait maîtres de notre destinée, nous sommes responsables de nos succès comme de nos défaillances.

Vous ne l'ignorez pas, puisque, chaque fois que vous réussissez, vous vous enorgueillissez joyeusement.

Dans les mauvaises passes, seulement, on invoque le destin comme une excuse ou une fatalité ; on incrimine sa propre *malchance* en jalousant la prétendue *chance* d'autrui !

On vit sans but, *faute de confiance en soi.* C'est le cas du pessimiste, du timide. Déprimés ou timorés, ils ne nient pas qu'ils pourraient intervenir efficacement dans leur propre existence, mais ils n'osent pas : crainte que leur activité ne tourne à leur détriment, crainte de se tromper ou d'être mal jugés.

On vit sans but, *faute de volonté.* Chez les uns, c'est apathie ; chez d'autres, indécision ; ailleurs encore, inconstance. Cette inertie résulte d'habitudes paresseuses. La peur de l'effort, voilà le malheur !

Enfin, récapitulons les motifs du manque de but ; nous constatons souvent qu'on s'est enlisé dans une *habitude d'impuissance.*

A l'origine, il y a l'éducation. Neuf fois sur dix, le goût, les penchants, les aptitudes naturelles n'ont pas été suffisamment et harmonieusement développés.

Année après année, l'homme, en léthargie spirituelle, perd la notion même du but auquel la nature l'avait préparé.

Ne soyez pas découragé : vous avez moins à vaincre vos tendances naturelles qu'à les retrouver. Le plus souvent, il vous faut combattre des défauts, non pas innés, mais artificiellement acquis. Absence d'intérêt, fatalisme, manque de confiance en vous-même, faiblesse de votre volonté, dérivent surtout d'une attitude que vous avez adoptée à votre insu.

C'est au moment où vous cherchez plus ou moins consciemment à atteindre un but, à tenter une progression que, vous en sentant

provisoirement incapable, vous prenez conscience de vos défauts.

Avant d'aller plus loin, encore une fois, prenez une feuille de papier, et répondez à ces questions importantes :

1°) Si vous aviez à refaire votre vie depuis ses débuts, comment envisageriez-vous votre éducation ?

a) Instruction { scolaire / technique

b) Morale

c) Développement physique.

2°) Voyez-vous dans chacune de ces rubriques quelque chose d'essentiel que vous avez ignoré ou, malgré vous, négligé ?

3°) Quelle orientation auriez-vous volontiers donnée à votre vie selon les possibilités de vos parents ?

4°) Cette orientation aurait-elle été différente si des questions d'argent ou de temps, peut-être des motifs sentimentaux, ne vous avaient pas retenu ?

Vous prenez donc conscience de tout ce qui vous a empêché d'être vous-même et, sans chercher à vous justifier ou à vous condamner, vous vous servez de cette analyse pour devenir désormais l'auteur véritable de vos actes. Abstenez-vous de mettre en cause les circonstances ou autrui. Vous allez sans doute ainsi découvrir votre ou vos buts. Mais dites-vous bien qu'ils orientent exclusivement ceux qui, ayant su les concevoir, s'élancent pour les atteindre.

Le But, pour Vous, « Commence » Aujourd'hui.

2. La vie n'est pas une course à pied. Et le BUT ne se situe pas « au bout de la vie. » Ce

n'est pas simplement une vieillesse heureuse ! Le BUT commence dès que vous voyez la vie sous un nouvel angle, dès que vous souriez à vos projets, dès qu'ils illuminent les choses les plus humbles, autour de vous. Le but commence dès que vous êtes heureux : il s'appelle « l'espoir ».

Aujourd'hui même, vous devez *espérer*, et puiser dans ce sentiment joie et dynamisme.

Qu'on ne nous parle pas seulement de ces buts qui réclament des années de travail sans joie apparente, et de morne attente, qui ne satisfont que des âmes austères. La vie ne doit être ni un pensum, ni un esclavage. La machine est loin encore de remplacer l'homme. Il reste à celui-ci beaucoup de tâches à accomplir entièrement avec ses bras ou son cerveau. Puissent-elles ne pas nous rebuter. Ces tâches accomplies élargiront, enrichiront notre vie.

Un mourant, un condamné ressentent le prix immense d'une journée vouée à quelque travail fécond. Ne gâchez ni vos journées, ni vos années, ni votre existence. Nous ne vous conseillons surtout pas de prendre uniquement exemple sur la fourmi. Sa vue est trop bornée. De votre énergie, faites les dosages, à votre façon, sans en abuser, sans la perdre. Seulement nous demandons à voir le bilan, celui d'une journée type. Hier, par exemple.

Marquez sur une feuille les 24 heures dans la graduation verticale : de 0 heure à 24 heures. En face, notez, heure par heure, ce que vous avez fait. Enfin, concluez en pointant les moments fructueux et... le reste. Que de gens n'auront à noter qu'une vague satisfaction à l'heure des repas ! S'il en est ainsi de vous, gare à la faillite morale, vous laisseriez échapper un trésor plus précieux que l'or, « la vie » elle-même.

Relisez cette page à diverses reprises. Ce test vous sera précieux bientôt.

But Immédiat et But Lointain.

3. Ce mot de *but* ne désigne pas nécessairement une *grande mission*, vaste ambition, réussite éclatante. Chacun peut trouver dans sa sphère professionnelle et sociale des améliorations à introduire, des progrès à réaliser. Le mineur n'est qu'un ouvrier ordinaire, tant qu'il fait son travail machinalement, et n'occupe ses loisirs qu'à se divertir plus ou moins grossièrement. Mais s'il cherche comment améliorer l'extraction, renforcer les boisages, assurer l'hygiène et la sécurité de ses compagnons ; si, à terre, il s'instruit par la lecture, et s'intéresse à des œuvres de solidarité, par exemple à l'envoi des enfants à la montagne ou à la mer, il se complète lui-même. A ses *buts immédiats*, qui sont le perfectionnement du travail professionnel, l'entretien de sa famille, le développement de sa culture personnelle, il adjoint un *but lointain*.

Si vous avez contracté les attitudes essentielles, ne vous laissez pas arrêter par les difficultés ; ayez en réserve la force pour défendre vos idées. Quelle que soit la sphère où vous évoluerez, les occasions de vous manifester ne feront pas défaut. Votre but immédiat vous conduira tout naturellement à la découverte et à la réalisation de votre but lointain. Elles dépendent toutes deux des attitudes que vous aurez choisies pour vous-même.

Autant d'individus ou de professions, autant de possibilités : pour commencer, limitez votre ambition, en la rattachant aux activités dont vous avez déjà l'habitude. Peu à peu votre horizon s'élargira, vous envisagerez d'atteindre un but plus complexe et plus vaste. Ce n'est pas tant l'ampleur du but visé qui lui donne la *valeur d'un stimulant*, mais plutôt la force de votre désir et la possibilité de réussite. Si l'on vise d'abord trop haut ou trop loin, on court le risque d'être désappointé ou de s'user

inutilement. On doit donc se définir soi-même les buts immédiats et le but lointain, selon ses faiblesses et ses aptitudes.

Prenez l'attitude de l'explorateur et du chercheur. Ils savent qu'au delà de leur expérience actuelle existent d'autres domaines à découvrir. Ne vous soumettez pas à la routine, profitez de ce que vous savez déjà pour apprendre davantage, pour voir plus loin et plus haut.

Nouvelle occasion propice pour prendre conscience de vous-même. Encore des feuilles de papier ! Prenez-en trois.

1°) Toutes vos attaches actuelles rompues, la destinée vous place aujourd'hui au centre de New-York, correctement habillé, avec cent dollars en poche.

Etablissez un plan d'action pour un an.

2°) Un éditeur vous a proposé une somme importante pour écrire un livre de vulgarisation sur les provinces françaises.

Notez vos pensées, votre décision. (Nous partons de cette supposition que vous n'avez jamais écrit de livre, et qu'en bon Français, vous ignorez à peu près tout de la France. *Exemple* : *Que savez-vous sur le département de l'Aveyron* ?)

3°) Un héritage insoupçonné vous rend propriétaire d'un important magasin d'antiquités à Paris. Qu'allez-vous faire ?

Répondez avec concision. Pas de phrases ; des faits, des idées, et surtout *un plan, chaque fois.*

Développez plus longuement le sujet que vous préférez.

La Recherche du But.

4. On nous demande quelquefois : « Comment me créer un intérêt dans la vie et former

un plan d'action ? » Mais, avant de répondre, il nous faut connaître la personne. Une mère de famille, par exemple, a déjà, comme telle, une mission, et il n'en est pas de plus belle que de bien élever ses enfants. Il se peut qu'elle veuille, de plus, se développer pour pouvoir les conseiller quand ils grandiront et commenceront à penser par eux-mêmes. En ce cas, la fin qu'elle se propose est encore plus claire, plus définie. Beaucoup de nos Etudiants ont un but *général* déterminé, lorsqu'il s'agit de leurs affaires ou de leur profession ; mais ce peut être insuffisant. Pourquoi ne se proposeraient-ils pas quelques buts secondaires, qui contribueraient à développer leur culture, leur efficience, après avoir élargi leur horizon ? Pourquoi ne participeraient-ils pas à des œuvres sociales ?

Quelle que soit l'occupation à laquelle on s'adonne, tout intérêt assez vif tend à révéler les aptitudes cachées de l'esprit, aussi bien qu'à en développer les facultés les plus manifestes.

On peut dire que les hommes exerçant une profession libérale ont déjà un but fixé et de suffisantes causes d'intérêt. Ils sont artistes, avocats, médecins, ingénieurs, fonctionnaires. Le plan général de leur destinée est arrêté, quoique les *détails* ne le soient pas toujours.

Le but du jeune docteur en médecine est d'exercer son art, mais sous quelle forme ? Se spécialisera-t-il ? Pratiquera-t-il la médecine générale ? Visera-t-il l'enseignement ? Une fois la question résolue, il lui faut encore se tracer un plan d'action.

Il y a une majorité de gens dont l'avenir est déterminé, mais qui, en dehors de leur tâche journalière, n'ont aucun intérêt particulier. Ils considèrent volontiers leurs occupations comme labeur obligatoire, donc ennuyeux ;

et gâchent leur temps ailleurs, dans des rêves stupides, dans des livres médiocres ou des fréquentations sans finesse ; plus souvent encore chez eux, écoutant n'importe quel vacarme de la radio.

Tirer parti de toutes ses aptitudes ? Les données même du problème leur échappent. Qu'un cataclysme survienne : revers, maladie, ou que se précise le simple vieillissement, les voilà désemparés et condamnés à une vie misérable. Une meilleure attitude mentale à l'égard de leur travail leur aurait sans doute épargné cette souffrance, ou ils l'auraient acceptée avec plus de stoïcisme, et peut-être même avec une parfaite sérénité.

Chacun de nous, dans le cours de sa vie, a connu ou connaîtra le découragement. L'adversité qui s'acharne, les deuils, les échecs, les fautes graves, les ruines, ne sont le privilège de personne.

N'enviez pas naïvement les vies dorées. Dans le plus brillant des humains, il y a parfois une tare obsédante comme un ver dans le fruit. Même s'il n'y a pas de tare, extirpez la jalousie de votre cœur, car elle ne fait de mal qu'à vous. Vous valez mieux que cet éphèbe inutile, au volant de sa somptueuse auto. Vous valez mieux que cette tapageuse vedette, dont la tête est aussi vide qu'une amphore. Vous valez mieux que cet intrus, auquel ses relations tiennent lieu de compétence.

Le sort s'acharne contre vous ? Tant mieux ! Cela veut dire que vous êtes bientôt au bout de la période noire.

Vous avez fait une terrible faute dans la conduite de votre vie ? Tant mieux ! On ne paye jamais trop cher l'expérience.

Vous avez des dettes obsédantes ? Tant mieux ! Vous serez forcé d'agir. Un homme habitué à brasser des affaires tombe quelque-

fois à moins que zéro. Mais, sauf s'il est exténué, il se relève très vite. Un bouchon a horreur du fond de l'eau.

En Amérique, le fait est si courant, que les grands businessmen tiennent pour un honneur d'avoir, une ou plusieurs fois dans leur vie vendu des journaux. Mais voilà, en Amérique « on risque »... on ne reste pas sur place. En Amérique on se remue. Et, malgré leur optimisme continu, leur exubérance et leur façon, parfois prétentieuse, de voir les choses, les Yankees n'ont pas une conception médiocre et fainéante des affaires[1].

Un individu érige lui-même ses propres barrières. Un fonctionnaire dira volontiers : « Je ne peux pas aller plus haut que tel poste » alors qu'il pourrait préparer un concours. Un employé croira, pour se justifier de rester un subalterne, que seul celui qui « a des capitaux » peut faire des affaires, sans penser un seul instant que les capitaux se trouvent pour les bonnes idées. Nous en avons maintes preuves même dans notre pays.

But Principal. But Secondaire.

5. En règle générale, le but principal est constitué par la profession : elle qui utilise la majeure partie de votre énergie, elle qui vous assure une aisance croissante, parfois même la richesse, donc les moyens de développer votre personnalité entière.

Tant mieux si cette profession correspond à vos goûts et à vos aptitudes, surtout si son domaine est ample et fécond. Sinon, exercez-la de votre mieux ; efforcez-vous d'y prendre intérêt, car aucune n'est tout à fait et définitivement ingrate.

Ne croyez pas, cependant, que vous deviez vous tenir pour enchaîné à un métier parce qu'il vous a été imposé par les circonstances.

1. Nous pourrions aussi bien parler de l'essor prodigieux et incontestable d'autres pays.

Après une étude sérieuse des possibilités extérieures et personnelles, cherchez la voie qui vous conviendrait vraiment et ne craignez pas de vous y engager.

Si cette nouvelle profession ne satisfait pas vos aspirations et ne met pas en œuvre toutes vos capacités, ne devenez pas versatile, incapable de continuité. Adaptez-vous de bon cœur, et assignez-vous un but secondaire à l'obtention duquel vous consacrerez vos loisirs.

Il est, d'ailleurs, toujours souhaitable de compléter et de compenser l'activité professionnelle par une autre activité méthodique d'ordre différent ou supérieur : peinture, musique, culture personnelle, recherches scientifiques, œuvres sociales ou politiques.

Nécessité de la Réflexion. Mûrir le Plan.

6. Le but peut changer, comme vous changez vous-même. Un plan peut être abandonné, sans doute, au profit d'un autre, non fantasque, mais plus réfléchi, plus sérieux, plus logique.

Mais graphiques et plans, même embryonnaires, sont nécessaires dans la mesure où ils vous forcent à réfléchir logiquement un instant.

Nos peintres, nos poètes, par essence d'humeur vagabonde, obéissent comme les autres à cette loi de l'ordre. Le plus bohème a, dans un domaine déterminé, horreur du désordre, et même dans leur désordre, les plus fous, les plus anarchistes, ont des points de repère et le besoin de méditer. Il fallait le havre tranquille d'une table de « bistro » à Verlaine. Il fallait l'eurythmie de la nature à Gauguin. Tel philosophe célèbre, le R. P. Sertillanges, membre de l'Académie des sciences morales et politiques, devait entendre une sonate, avant de pouvoir écrire ou faire un cours.

Et ces « retraites », ces silences soudains, souvent prolongés, ces bilans, ces scrupules que l'on constate chez les littérateurs et les artistes, ne sont-ce pas les preuves de la nécessité de la réflexion et du plan ?

Il est séduisant de mener sa vie avec quelque fantaisie. Mais n'appelez pas fantaisie l'incohérence.

La Vocation.

7. Il faut donc déterminer avec soin l'occupation préférée, l'intérêt dominant, le « but principal ». Pour certaines personnes favorisées, ce n'est pas difficile ; elles ont une *vocation*, un goût spontané, comme une *voix* intérieure qui leur commande de s'adonner à telle occupation. Cette vocation fait les grands hommes. Dans les cas les plus marqués, elle se manifeste dès l'enfance ; le hasard peut la révéler pendant l'adolescence.

Une des plus impérieuses est la vocation artistique. Jusqu'au vingtième siècle, peintres, sculpteurs, musiciens, poètes ont dû souvent sacrifier leur bien-être à cet appel impérieux.

De nos jours, il faut qu'un homme poussé par une vocation artistique ou scientifique gagne sa vie dans une situation « à côté ». De nombreux poètes ont été fonctionnaires ; maints peintres, illustrateurs de revues, de journaux, de romans. Rappelons Gustave Doré.

Les difficultés extérieures ne compromettent pas toujours une vraie vocation. Elles l'excitent ; alors l'homme qui possède cette poussée intérieure donne le meilleur de lui-même. Chacun de nous a, lui aussi, plus ou moins, sa vocation personnelle. Il faut la découvrir, ensuite la développer.

Comment le But se Découvre.

8. La découverte de la vocation peut dépendre du hasard ; Ampère et Watt furent deux

enfants de génie. Mais une « orientation » systématique et utilisant les ressources de la psychologie décèlerait bien des aptitudes qui s'ignorent, et qui sont perdues, tant pour les individus que pour la collectivité. Du moins analysez-vous avec soin, cherchez dans votre passé des indications précises, puis tâtez le terrain pour discerner ce à quoi vous êtes bon. Il se peut qu'en vous aussi sommeille une vocation, et que nos conseils déterminent en vous comme une « illumination ». Alors, vous verrez, en toute clarté, votre voie. Ne laissez pas dormir vos possibilités.

Prenons un exemple. Beaucoup d'enfants collectionnent : coquillages, plantes, timbres... C'est déjà quelque initiation à la méthode scientifique ; car il faut : *a*) classer selon un ordre ; *b*) faire des séries aussi complètes que possible ; *c*) les comparer. Mais la plupart ne s'intéressent qu'aux deux premières opérations ; personne ne leur a dit que la plus importante est la troisième : base de la réflexion. Supposez qu'on dise à l'enfant que sa collection de timbres-poste peut fixer en lui des notions précises de géographie : peut-être sera-t-il, plus tard, officier de marine, pilote de lignes aériennes, ou conseiller d'ambassade ; que sa collection de plantes est le commencement de la botanique : s'il persévère, il peut devenir un ingénieur agronome ou un biologiste. De la collection de monnaies, on peut passer à l'archéologie et à l'histoire.

Autre exemple : les langues. Il n'est pas rare que la connaissance d'une langue entraîne un intérêt évident pour le pays où on la parle. Des vocations peuvent s'ensuivre. Il serait anormal que la connaissance de l'anglais fût superflue dans la vie. Il est même anormal que vous ne sachiez pas une langue étrangère. Il appartient aux parents de donner, en quelque sorte, tous les atouts à leurs enfants, à l'orée de la vie.

Apprendre l'anglais... ? Sans doute. Mais pourquoi ne pas apprendre, en même temps, une seconde langue qui, en raison des circonstances politiques ou économiques, s'impose à notre époque : l'espagnol, le russe ? Celui qui possède une langue que peu de gens connaissent, l'arabe, le chinois, peut se tailler une vie intéressante et puissante, et faire probablement de grands voyages.

Chacun possède, comme Socrate, un « démon familier », un goût profond, une tendance subconsciente, qu'il faut éveiller et nourrir.

Ce n'est souvent qu'après des années d'efforts que nous découvrons l'idéal de notre vie, la profession qui nous passionne, l'entreprise qui nous enthousiasme. Il y avait jadis un jeune commis de l'Enregistrement. On lui avait dit que la carrière administrative était intéressante, ce qui est vrai sous bien des rapports. Mais notre jeune commis s'est vite lassé d'une besogne monotone qui convient mal à son esprit actif. Il se tourne de divers côtés, vers le droit, le commerce, le journalisme ; il demande conseil à des amis, mais leurs avis sont contradictoires. Il ne sait plus que faire, il est agité, inquiet, il a la sensation d'être emprisonné. Un jour, il lui prend fantaisie d'écrire une nouvelle dans le genre de celles qu'il a lues dans les revues. Et voici qu'il découvre que le *métier d'écrivain lui plaît.* Il le trouve agréable et facile. Il expédie son manuscrit à un éditeur qui lui en demande d'autres. Notre jeune commis a trouvé sa vocation : il quitte sans esprit de retour l'Enregistrement, et le voilà devenu homme de lettres. Telle fut l'aventure d'André Theuriet, de l'Académie Française.

L'histoire abonde en faits de ce genre. Corneille s'était d'abord destiné au barreau, et ne découvrit le véritable intérêt de sa vie que le jour où il écrivit sa première comédie. Le grand artiste dramatique et metteur en scène André Antoine, qui rénova le théâtre au XIX^{e} siècle,

débuta dans l'existence comme petit commis à la Compagnie du Gaz. Louis Jouvet fut préparateur en pharmacie. Et, de nos jours, bien des hommes qui ont joué dans la vie politique un rôle de premier plan, commencèrent par être avocats, professeurs, médecins, ingénieurs, ouvriers. Il y a, dans toutes les professions, des gens qui mènent une vie incomplète, les circonstances ne leur ayant pas révélé leur véritable voie. Si vous avez le sentiment de *n'être pas à votre place*, cherchez, sans découragement, avec ténacité, à découvrir ce qui vous intéresse le plus, vous saurez vers quoi diriger votre effort.

Questions qu'il Faut se Poser.

9. Il a manqué aux gens qui vivent sans but de se poser les questions suivantes :

1° Y a-t-il quelque chose qui me plaît plus que tout ?

2° Cette chose mérite-t-elle d'être recherchée ?

3° Est-elle accessible ?

4° Est-elle accessible pour moi ?

5° Quels sont les obstacles ?

6° Par quels moyens pourrai-je les surmonter ?

7° Ai-je, non seulement les qualités suffisantes, mais la ténacité nécessaire ?

8° La victoire sera-t-elle achetée trop cher ?

9° Aurai-je de la joie en m'efforçant d'atteindre ce but, même si je devais échouer ?

Soyez « simple ». Le but est d'abord en vous. Ne ressemblez pas à ces gens qui convoitent toujours ce que le voisin possède, exploite ou expose. En revanche, vous pouvez « admirer », et sans réserve, passionnément. Ceux qui, même naïvement, extériorisent leur admiration pour un homme, sa personnalité ou son œuvre, ont souvent les qualités requises pour accéder

au même plan que leurs idoles. On aime d'abord par affinité.

« Les goûts sont signes de puissance », a-t-on dit justement. Mais à condition qu'il s'agisse de goûts profonds, durables, éprouvés, qui persistent à travers des situations différentes. Ils révèlent alors l'existence d'une sorte de vocation, et il serait contre nature qu'un être ne possédât pas en lui-même les moyens d'accomplir sa destinée.

C'est la sensibilité qui fait qu'il y a pour nous des valeurs désirables, des enthousiasmes féconds, des admirations profitables. C'est l'intelligence, c'est la volonté qui nous rendent capable de nous assigner des buts et d'y atteindre. C'est, enfin, dans la mesure où nous nous connaissons et nous maîtrisons, que nous limitons le risque d'échec.

L'Orientation Professionnelle.

10. L'orientation professionnelle renseigne l'individu qui hésite sur le *but* vers lequel il doit, sa vie durant, concentrer ses forces, s'il veut, en s'assurant une existence plus confortable, aider au progrès commun. Car elle vise à diriger l'individu vers une tâche répondant à ses *goûts*, ses *intérêts* dominants, ses *connaissances* ou *aptitudes* tant physiques qu'intellectuelles ou morales, compte tenu de la *situation* et du *marché du travail.*

Quel coefficient de valeur faut-il attribuer à chacun de ces facteurs ?

Je puis avoir le désir de devenir avocat, alors qu'une timidité accentuée ou un défaut d'élocution m'affectent, redoutables contre-indications ; de solides connaissances en chimie ou en mathématiques m'engagent à affronter une école technique supérieure, mais ma situation pécuniaire ne le permet pas ; la mode veut que la « jeunesse active » du pays se lance

vers les « métiers de l'air », alors que ces derniers sont déjà encombrés.

Que conclure de ces constatations ? Le choix d'une carrière, malaisé, ne doit point être laissé au hasard, mais s'entourer du maximum de garanties.

Les Centres d'*Orientation Professionnelle* et les *Centres Départementaux de Reclassement Professionnel* (Préfecture), détiennent des méthodes qui permettent :

1°) de renseigner les gens en quête de profession sur les possibilités qui s'offrent ;

2°) d'établir s'il y a convenance entre l'activité envisagée, l'individu choisi et le milieu où s'exercera la profession.

Vous serez les bienvenus, d'ailleurs, lorsque vous nous demanderez conseil.

Autant de données précieuses. Cependant, seuls ceux qui n'ont aucune idée personnelle doivent se déterminer sur l'avis d'autrui, docilement. Les autres seront fondés à *choisir en pleine liberté*, compte tenu du genre de vie auquel ils s'achemineront, et de la *valeur* de la joie que leur vaudra la réussite. *Soyez vous-même*, si vous vous jugez *quelqu'un*.

Comment Eveiller l'Intérêt.

11. A quoi nous intéressons-nous le plus ? A l'objet qui convient à notre activité. Ce qui « ne nous dit rien » ne nous intéresse pas. On s'intéresse surtout aux choses pour lesquelles on a une certaine compétence. Est-ce à dire que celui qui, jusqu'alors, ne s'intéressait à rien est définitivement indifférent ? — Nullement, car l'intérêt naîtra si cet homme donne à son activité un objet précis. Qu'il s'applique, *qu'il s'efforce de faire mieux chaque jour, qu'il tienne compte de ses progrès* et *songe au bénéfice qu'il retirera de ses efforts* s'ils réussissent : il finira par prendre goût à son entreprise, et sera sauvé. Les choses les plus insignifiantes prennent de

la valeur à nos yeux quand nous nous appliquons à leur recherche. Mais il faut s'y appliquer avec méthode et persévérance, sinon l'on reste un « raté ».

La Supériorité de celui qui Veut.

12. La nécessité de gagner sa vie oblige la plupart des gens à accepter avec trop de hâte une profession, et souvent ce n'est pas celle qui conviendrait le mieux à leurs aptitudes. Ils sentent bientôt qu'ils ne sont pas à leur place.

Ils ont, cependant, ce grand avantage de le sentir, alors que tant d'autres restent indifférents. S'ils sont adroits et prudents, ils pourront sortir de leur fâcheuse situation. Ils consacreront leur temps disponible à se donner une nouvelle compétence et, une fois prêts, abandonneront, sans risque, la profession qui ne leur convient pas.

Savoir ce dont on est capable est surtout affaire personnelle. C'est à nous de considérer nos goûts, nos aptitudes, nos capacités ; d'observer autour de nous. Jugeons, d'après la conduite des autres, ce que nous pourrions faire nous-même.

Si notre but définitif tarde à nous apparaître, proposons-nous un but provisoire et attendons les événements, toujours aux aguets pour ne pas manquer une occasion. Les buts momentanés doivent, autant que possible, marquer une étape vers le but final. Quoi qu'il en soit, il sera toujours utile de fixer à notre activité des buts temporaires, pourvu que nous travaillions obstinément à les atteindre, et qu'ils ne nous fassent pas négliger notre but définitif ; ils exerceront sur nos facultés une influence aussi bienfaisante qu'un idéal plus durable, et les protégeront contre toute déchéance.

Si vous êtes resté oisif plusieurs jours, vous savez combien l'oisiveté fait naître de non-

chalance. N'avoir rien d'important à faire incite souvent à aller d'une petite occupation à une autre, sans vouloir rien de valable. Ne vous abandonnez jamais à semblable laisser-aller, subissant les influences de l'extérieur. Cultivez une « disponibilité » à l'effort : agir, et être prêt à agir davantage encore, c'est vraiment se préparer à atteindre un but important.

Après le But, les Moyens.

13. Lorsque nous avons enfin trouvé notre voie, il nous faut songer aux moyens d'atteindre notre but. Commençons par nous documenter sur tous ses aspects, puis traçons-nous un plan d'action. Il serait présomptueux de vouloir parcourir d'une traite le chemin qui mène au but de notre ambition. Il faut, en voyageur prudent, procéder par étapes. Ne nous laissons pas séduire par l'appât d'un gain immédiat : ne perdons jamais de vue l'avenir, et ne compromettons pas nos chances de succès, en poursuivant des avantages sans lendemain. L'homme méthodique sait se contenter d'abord d'un résultat modeste, si c'est une étape vers le but final.

Ne mesurez pas vos efforts au chiffre de vos émoluments. Ne dites jamais, comme un employé médiocre : j'en fais assez pour mes appointements. Bien au contraire, ne craignez pas de faire du zèle, dépensez-vous sans trop compter : vous recueillerez, un jour ou l'autre, le bénéfice de vos efforts, car, ce faisant, vous augmentez votre valeur professionnelle. Tâchez aussi de vous créer le plus de relations possible dans votre milieu nouveau : vous ajouterez l'expérience d'autrui à celle que, personnellement, vous acquérez tous les jours.

Mais, pas d'illusions ! Même en observant scrupuleusement tous les conseils que nous

venons de vous donner, ne vous attendez pas à des succès *immédiats*. Si les circonstances vous favorisent et vous apportent bientôt une réussite inespérée, accueillez-la comme une *chance* heureuse, bien que méritée. C'est en prenant la ferme décision de réaliser *chaque jour* quelque progrès que vous préparerez le mieux votre succès futur.

Soyez réaliste. Ne demandez pas aux autres de vous aider à atteindre votre but au détriment du leur, ou en accaparant le peu de temps dont ils disposent. Sachez vous mettre à leur place. Vos relations vous documenteront, vous recommanderont, se dérangeront, peut-être, une fois ou deux. Mais *comptez sur vous-même.*

Et, surtout, soyez compétent avant « d'apparaître ». Instruisez-vous pratiquement. Avec un bagage minimum, votre intuition, de la méthode et du zèle, vous pouvez aller loin. Mais rappelez-vous que le bluff sera votre pire ennemi devant des gens plus expérimentés et plus psychologues que vous. Non seulement il vous déconsidérerait au jugement d'autrui, mais vous y perdriez, avec l'estime de vous-même, votre énergie. Aucun but ne peut être approché longtemps par des moyens équivoques.

Gardez de la Curiosité d'Esprit.

14. Ne dites pas que « réalisant des desseins précis » vous tenez le reste pour indifférent. Vous seriez un étrange automate. La curiosité, quand elle n'est pas sottement statique, est sœur siamoise de l'intérêt.

Une pièce de monnaie tombe sur le sol, tintant... tout le monde a dressé l'oreille. Une jolie femme passe : avec un soudain automatisme, les hommes lèvent la tête. Au cours d'un repas protocolaire, une brillante controverse agite les convives ; cependant, le temps d'un éclair,

chacun, de l'œil, a soupesé et apprécié le rôti qui arrive.

Subconscient ? Sans doute. Il s'agit d'une forme fulgurante de l'intérêt.

Un important fabricant de jouets avait été docteur en médecine. Un jour, avec ses enfants, il conçut une petite benne automatique, et se passionna pour ces mille babioles qui ont une si grande place dans la vie des petits. Notre médecin est aujourd'hui multimillionnaire et, à la tête d'une affaire prospère, lance dix nouveaux jouets par an... avec lesquels il n'est pas le dernier à s'amuser.

Il faut vous apprendre à être curieux, même à aller au bout de votre curiosité. Une controverse s'élève sur le sens d'un mot difficile. Allez-vous automatiquement chercher le dictionnaire ?

Ils abondent, les sujets susceptibles de vous intéresser ; vous n'avez pas trop de ressource, avec vos cinq sens et un peu de réflexion, pour en apprécier quelques-uns, parmi lesquels vous risquez de vous découvrir un but passionnant.

Le Regard en Avant.

15. On se rappelle notre distinction du but immédiat et du but lointain : ajoutons que tout progrès se fait par étapes successives. Toutes les fois qu'un but immédiat est atteint, une étape est franchie ; on peut se permettre alors un temps de repos, mais à condition de considérer ce repos intercalaire comme un moyen de renouveler son énergie et de préparer les étapes suivantes.

Si on a éprouvé un échec, ou même quelque revers, inutile d'y penser, sauf pour en tirer un enseignement. On dresse son bilan, et l'on se remet en route pour l'étape suivante, en homme plus averti.

Regardez en avant : voyez comme partout s'étendent des domaines à mettre en valeur ; et faites en sorte que votre vie soit une succession de progrès librement choisis et voulus.

La Conscience de Sa Propre Personnalité.

16. S'il nous a compris, l'Etudiant doit se sentir gai et confiant. Peut-être avait-il un but bien arrêté avant d'ouvrir ce livre ; peut-être en avait-il besoin pour former ses premiers plans. Peut-être était-il encore indécis. Mais il ne doit, en aucun cas, ressentir angoisse ou désespoir. S'il sait ce qu'il veut, cette Leçon et les suivantes serviront tous les intérêts qui lui tiennent à cœur.

Dans le cas contraire, vous avez du moins appris que vous saurez un jour ce que vous voulez ; allez donc de l'avant, le cœur plein d'espoir. Fuyez le pessimisme, qui peut vous faire croire que le monde est contre vous ! Fuyez le cynisme, qui se moque de tout. Fuyez la doctrine de la chance, qui affirme que tous les biens de ce monde sont octroyés par le hasard !

Soyez fermement décidé à *arriver*, non pas au succès tapageur, mais au vrai succès : celui qu'on atteint en prenant conscience de sa propre personnalité, en « *réalisant* » *son Moi* et les œuvres issues de ce *Moi*.

Echec et Demi-Succès.

17. Saint Paul, parvenu au terme de sa vie, faisant retour sur son passé, dit : J'ai « livré le bon combat ». Au contraire, que d'hommes arrivés à un certain âge ne sont-ils pas obligés de s'avouer :

« J'ai gaspillé mon temps. »

« J'ai lâché la proie pour l'ombre. »

« Je me suis laissé devancer par mes inférieurs. »

« Je me suis laissé mener par des circonstances extérieures. »

« J'ai suivi, en toutes choses, la voie la plus facile. »

« Je n'ai pas échoué, mais je n'ai pas eu, non plus, d'éclatante réussite. »

Il n'est jamais trop tard pour élaborer un plan qui vous épargnera pareille confession. Commencez la réforme *dès maintenant* ; ne perdez pas un instant.

La route habituelle, jeunesse, âge mûr et vieillesse, se jalonne de buts différents dont le classement est simple. A la curiosité, au sens de l'aventure chez l'adolescent, se joint toute une impulsion altruiste. La jeunesse ne s'embarrasse guère de logique. Elle prônera volontiers l'instabilité en préparant sa propre et laborieuse ascension à l'échelle sociale. Le but, à cette époque de la vie, est multiforme et c'est bien ainsi. Le jeune homme qui rêve d'une égoïste petite vie tranquille est plus anormal que le vieillard en route, solitaire, pour Tahiti et l'aventure.

Il ne sera que trop enclin, plus tard, à prendre souci des fins de mois, des honneurs et de son bien-être.

Toute une éthique assez matérialiste succédera, assez vite — trop vite — aux fraîches impulsions du départ.

Puis, quand vous aurez eu vos luttes, vos drames, vos joies, nous espérons qu'il vous sera donné d'accéder à une vraie sagesse.

Les personnes mûres qui s'adressent à nous afin de développer leurs aptitudes inutilisées ou de conserver celles qu'elles possèdent, forment un groupe à part. Le principal objet de leur activité a été déterminé depuis longtemps ;

mais si elles suivent notre Cours avec plaisir, elles se sentiront de nouveau empoignées par la vie. Le relâchement intellectuel, et parfois moral, qu'elles constataient en elles-mêmes fera place à l'ardeur, et leur faiblesse cédera devant une confiance croissante.

Conclusion.

18. Pelman contribue à réaliser votre vie. Voyez... Nous avons consacré cette leçon à la prise de conscience de vous-même. Tous ces devoirs attachés à votre livret II : réflexions, directives que vous vous êtes assignées, sont de véritables fiches d'identification.

Comment se créer un but ? Mais il est là, votre but, latent, en résolutions écrites sur vos feuilles volantes !

Alors, que reste-il de vos doutes, craintes, hésitations, après ce premier bilan ? Quelque tenace complexe d'infériorité ? Vous le surmonterez au fur et à mesure que vous appliquerez notre méthode. Le regret d'une instruction trop élémentaire ? Pierre d'achoppement souvent illusoire. La vie est « primaire », après tout. Devenir licencié ou docteur, lorsque ces diplômes sont indispensables pour réaliser notre ambition, cela se peut. Ce n'est, certes, pas plus difficile que pour un aveugle de guerre de refaire sa vie ! Oui, pourvu qu'on ne désespère pas, mais que l'on ose !

IV. COMMENT MAINTENIR SON BUT

Vous voilà Parti...

1. Nous allons, sans désemparer, vous apprendre à apprécier votre propre valeur.

1°) Au réveil, analysez vos pensées, vos réactions.

Etes-vous angoissé, défaitiste, las, tourmenté, inquiet ? Mais, dès que vous êtes debout, ne sentez-vous pas un changement ? N'apercevez-vous pas des motifs d'espoir ? Cette confiance s'accentue-t-elle pendant votre toilette ? Votre esprit, lucide à ce moment, n'aborde-t-il pas avec aisance des problèmes qui vous inquiétaient dans la posture de repos ?

Alors, nous vous classons parmi les gens dynamiques, réalisateurs, possédant des ressources nerveuses.

Combien rêvassent de jour comme de nuit, et ne souhaitent que satisfactions matérielles ! Pour eux, la journée paraît «corvée inéluctable».

2°) Ce n'est que dans la lucidité que l'on trouve des idées intéressantes. Il faut une certaine euphorie pour réaliser.

En est-il ainsi de vous ? Bravo !

Tant de gens s'imaginent trouver des idées au fond d'un verre de vin, dans des controverses décevantes, d'absurdes châteaux en Espagne ! Ils sont ensuite ramenés brutalement à la nécessité implacable du travail quotidien. Ils doivent se forcer pour accorder une attention automatique et routinière à des tâches, pour eux, sans attrait.

Vous voilà parti...

Dites-vous bien que c'est dans les cas fortuits, ou quelconques, qu'un homme complet se révèle.

Tous les matins, la vie vous donne un billet pour votre journée ; une chance.

La chance, c'est l'inconnu. L'homme ne peut pas vivre sans cela, sans espoir.

L'Examen de Conscience.

2. Ce bilan lucide et sincère de toute votre vie, dressez-le tout de suite, pour décider, d'après votre passé, ce que doit être votre avenir. Que vous soyez en crédit, ou, au contraire, en faillite et qu'il y ait lieu à liquidation, dans les deux cas vous gagnerez immensément à faire la clarté sur votre situation, pour apercevoir ce que vous avez fait et ce qui vous reste à faire.

Mais si cette enquête est à ce point profitable, pourquoi ne pas vous en assurer le bénéfice à intervalles réguliers ? Une maison de commerce ordonnée procède à l'inventaire de ses marchandises, à la vérification de ses budgets, une ou deux fois l'an. Suivez cet exemple : les conditions du succès sont partout les mêmes.

Grâce à cette méthode, vous ne pourrez plus perdre de vue pendant longtemps votre but : vous constaterez régulièrement si vous stationnez ou rétrogradez, avancez normalement ou d'un pas trop lent. Vous ne vous éterniserez pas dans un « hors-d'œuvre », dans un intermède, vous risquerez moins de gaspiller longtemps votre application et vos forces. Vous apprécierez si les procédés, essayés par vous au jour le jour, fournissent ou non un rendement satisfaisant. Vous vous préserverez à la fois de l'inconstance et de la nonchalance. Quand vous êtes aux prises avec la vie, ayez l'œil sur la comptabilité de vos énergies.

Le Livre de Bord.

3. Cet examen de conscience, ce sont vos réponses à ce petit livre gris, à toutes ses questions.

Ah ! Si l'on vous donnait le livre complet de tout ce qui a été dit sur vous, quel présent inestimable ! Mais l'opinion des autres sera toujours une énigme pour vous...

Ne comptez donc que sur vos bilans propres.

Etablissez-les régulièrement : nous vous en indiquons la fréquence page 97.

Un Exemple d'Examen de Conscience.

4. Voici, comme exemple, une question pratique : « Avez-vous de l'énergie, de la force d'action ? » Vous devez vous la poser et vous examiner à fond. Si vous pouvez répondre « oui », ce sera un encouragement ; si vous devez répondre « non », vous aurez, du moins, vu clair en vous.

Prenons dans nos dossiers quelques réponses négatives :

(1) « Non, je n'ai pas d'énergie. Je suis froid, passif, incapable d'enthousiasme et de larges sympathies. »

(2) « J'ai *quelque* énergie, mais seulement lorsqu'il s'agit de suivre les sentiers battus. Je laisse les autres penser pour moi. J'obéis, parce que je n'ai jamais eu la force de diriger. Je suis essentiellement un *subordonné.*

(3) « Oui, j'ai de l'énergie, mais seulement pendant de courtes périodes. Je suis comme un feu de paille : je pétille et flambe d'enthousiasme, puis, tout s'éteint. »

On peut fonder plus d'espoir sur des hommes qui ont appris ainsi à se connaître — pourvu

qu'ils ne laissent pas inutilisée cette science de soi — que sur ceux qui n'ont jamais eu le courage de s'analyser consciencieusement. Se lamenter sur ses défauts, et ne rien faire pour les corriger, est funeste. Le courage que nécessite un examen de conscience, c'est de « tout voir sans crainte ». Ayons ensuite celui de mettre en ordre notre « maison mentale ». Se cacher la tête sous l'aile, comme l'autruche, refuser de considérer le danger (si le danger, ce sont nos faiblesses), voilà surtout ce qu'il faut éviter. Soumettez-vous donc au Questionnaire suivant :

Questionnaire pour l'Examen de Conscience.

1) Etes-vous satisfait de votre santé physique ? De votre intelligence ? De votre caractère ? Non. Alors que faites-vous pour les améliorer ? La connaissance de vos faiblesses suscite-t-elle en vous l'énergie d'y porter remède ?

2) N'avez-vous jamais comparé vos qualités à celles des personnes dont vous avez pu, parfois, envier les succès individuels, sociaux ou commerciaux ? Si oui, quels profits avez-vous tirés de cette comparaison ?

3) Les périodes de votre vie les plus heureuses, les attribuez-vous à votre bonne santé, à certaines dispositions mentales, ou aux deux ?

4) Pourriez-vous vous replacer dans ces mêmes dispositions, de façon à obtenir des résultats semblables ?

5) Si vous n'avez traversé aucune période de ce genre, est-ce par votre faute ? Ou en imputez-vous la responsabilité à d'autres ?

6) Que faites-vous de vos dimanches ? En particulier, qu'avez-vous fait les quatre

derniers ? Tirez-vous de vos loisirs une enrichissante satisfaction ?

7) Certains moments de la journée conviennent mieux que d'autres à la méditation qui conduit aux actions fécondes. Avez-vous trouvé l'heure qui vous convient le mieux ? L'utilisez-vous bien ?

8) Faites une liste de vos bonnes qualités et de celles qui vous semblent moins louables. Pour en juger avec impartialité, demandez-vous quelles sont celles qui vous ont aidé à réussir, et que vous seriez fier d'avouer ?

9) Quel but vous proposez-vous d'atteindre plus tard ? Quel est celui que vous vous assignez maintenant ?

10) Quels moyens avez-vous décidé d'employer pour l'atteindre ?

11) Etes-vous absorbé dans votre travail au point de n'avoir aucun autre intérêt ?

12) Arrivez-vous à la maison fatigué de vos occupations quotidiennes ? Cela vous empêche-t-il de vous intéresser à autre chose ?

Quelle est la durée moyenne de vos nuits ?

Avez-vous pensé, avec le poète persan Omar Kheyyam, que vous avez l'éternité pour dormir ?

Pourriez-vous gagner une ou deux heures sur votre temps passé au lit, sans préjudice pour votre santé ?

13) L'homme tend à la sérénité matérielle. Mais s'il s'y installe comme une souris dans son fromage de Hollande, est-il encore un homme ?

Aimez-vous la difficulté, la lutte, la concurrence, l'émulation ?

Préférez-vous la petite vie calme et fumer la pipe près du feu ?

14) Vous donnez-vous tout entier à votre travail ou vous contentez-vous d'en faire juste assez pour ne pas fâcher votre employeur ?

15) Avez-vous analysé votre travail pour découvrir quelles possibilités il vous offre ?

16) Avez-vous essayé de déterminer les qualités de ceux qui vous ont surpassé et les raisons de leur avancement ?

17) C'est un tort de dire que l'on a l'intelligence de son emploi.
Un comptable, stupide dans tous les autres domaines, sera nécessairement stupide dans son métier.

18) Etes-vous entouré de gens dont le contact, d'une façon ou d'une autre, puisse vous être profitable ?
Sinon, est-ce vous qui ne savez pas choisir votre entourage, ou les hasards de la vie et du travail vous ont-ils placé dans un milieu stagnant ?

19) Cédez-vous à la tendance de noter et de critiquer les défauts des autres, plutôt que de remarquer et d'apprécier leurs qualités ?

20) On dit parfois : « Jamais je ne pourrai faire telle chose... »
Mais connaissez-vous les limites de votre résistance ? La vie vous a-t-elle placé déjà devant de terribles tests comme la soif, le froid, la peur, de grandes souffrances physiques ou morales ?
Avez-vous tiré un enseignement de ces épreuves ?

21) Les réussites « en flèche » ne sont presque jamais le fait de ceux qui se livrent à l'introspection anxieuse et coupent, tout le long du jour, les cheveux en quatre. Ne vous êtes-vous pas déjà aperçu que, pour réussir en quoi que ce soit, il faut simplement travailler avec *ardeur*, *méthode* et *persévérance* ?

22) Recherchez-vous ou fuyez-vous la responsabilité ?
Comprenez-vous comment la responsabilité qui vous incombe contribue à développer l'esprit et à former le caractère ?

23) Savez-vous par vous-même, ou par autrui, assez justement, quel est votre genre d'esprit : critique ? compréhensif ? inventif ? abstrait ou concret ? épris des idées ou des images, ou des mots ? attentif aux *choses* ou aux *hommes* ?

24) Etes-vous de ceux qui rétrogradent ou qui piétinent, ou qui progressent ?

25) Après avoir quitté l'école, avez-vous continué à vous cultiver méthodiquement dans certains domaines, ou avez-vous laissé de côté toutes connaissances acquises ?

26) Avez-vous jamais entrepris un travail par sympathie pour autrui, et sans rémunération ? Combien de temps êtes-vous resté sans faire une action vraiment bonne ou généreuse ?

27) Avez-vous pris la résolution de chercher des idées nouvelles ? Vous contentez-vous d'accepter celles des autres, afin de vous épargner la peine de penser ?

28) Etes-vous d'une sensibilité et d'une réserve exagérées ? Ne perdez-vous pas, ainsi, maints avantages de la vie ?

29) Gaspillez-vous votre énergie à imaginer des malheurs éventuels, à ressasser vos déceptions ? à soupçonner des inimitiés ? — Ou, au contraire, à imaginer des réussites sans effort, à espérer en la chance ?

30) Vous laissez-vous dominer par la paresse, la vanité, l'orgueil, la gourmandise ? Etes-vous, comme tant de faibles, asservi

par la sexualité ? Vous empressez-vous de suspendre vos essentielles occupations pour des caprices momentanés ? Subissez-vous facilement de mauvaises influences ?

31) Votre comportement à l'égard d'autrui est-il raisonnable ? Est-il généreux ? Serez-vous victime des flatteurs, irrité si l'on vous dit vos vérités sans aigreur ?

32) Savez-vous écouter et vous taire ? Avez-vous la force de garder pour vous vos projets, vos entreprises, vos opinions sur votre entourage, ou vous confiez-vous trop aisément ?

33) Comprenez-vous sur-le-champ ce que l'on veut vous dire ? Discernez-vous instantanément les intentions d'autrui ? Savez-vous être aimable ? Pouvez-vous rester impassible lorsqu'on cherche à blesser votre amour-propre ? Regardez-vous votre interlocuteur bien en face ?

34) Neuf fois sur dix, l'homme le plus obstiné gagne. Etes-vous apte à « accrocher », à vous accrocher ?

Même si ce questionnaire vous humilie un peu, en vous révélant vos faiblesses, ne vous déprimez point. Vous êtes bien plus « en forme » que lorsque vous croyiez l'être, *prétentieusement*. Et nous sommes prêts à vous aider aux progrès nécessaires.

Mais ne négligez aucune question. Ne dites pas qu'elles sont faites pour les autres, et non pour vous. Si vous avez piétiné ou périclité, c'est parce que vous manquiez de méthode.

L'autorité de nos conseils se fonde sur notre connaissance des lois de la nature humaine. Science sans bonne volonté, bonne volonté sans science sont impuissantes. « Science sans conscience n'est que ruine de l'âme », ajoutait Rabelais dans la belle lettre sur l'éducation qu'il fait écrire par Gargantua à Pantagruel.

On ne peut dominer la nature, et se dominer soi-même, que si l'on se conforme aux lois naturelles et aux lois psychologiques. Nous pouvons apprendre à nous fixer un but et l'atteindre, en ne négligeant aucune de nos ressources, c'est-à-dire en utilisant les lois psychologiques, et en nous imposant une discipline qui s'en inspire. Le but du *Pelmanisme*, c'est de mettre ces lois à la portée des Etudiants, et d'accroître ainsi le « rendement » de leurs efforts.

Son Effet sur l'Emploi du Temps.

5. La conséquence immédiate de chaque examen de conscience doit être un meilleur arrangement de notre temps. L'organisation de notre activité sera non pas bouleversée globalement, mais révisée, remaniée sur plusieurs points très précis, à chaque fois. Mais à quoi bon préciser où nous en sommes dans la poursuite de nos buts, si cette connaissance n'est pas pour nous l'occasion de maintes réformes ?

Telle tendance doit, dans notre intérêt, être renforcée : consacrons-lui quelque plus large part de notre activité. Telle autre est reconnue risquée ou funeste : veillons à l'exclure de notre vie. La tactique dont nous usons vis-à-vis de nous-même doit ainsi s'assouplir, se modifier périodiquement, selon nos besoins permanents et notre état passager. Alors notre discipline sera non pas routine, mais instrument de progrès.

Fréquence de l'Examen de Conscience.

6. Cet examen de conscience, qu'il faut ainsi reprendre périodiquement, sera plus ou moins fréquent selon les besoins de l'Etudiant. Etes-vous inconstant, étourdi, négligent ? Astreignez-vous très souvent à cette épreuve, une fois par semaine, ou même chaque soir. Etes-

vous timoré, scrupuleux à l'excès, sans confiance en vous-même ? Risquez-vous que l'examen vous déprime ? Ne procédez à ce bilan qu'à des intervalles très espacés, quatre fois l'an, par exemple. En moyenne, l'expérience nous a montré qu'un bilan mensuel est recommandable, et qu'un bilan trimestriel est indispensable à la plupart des gens.

Le *dédoublement* de soi-même qu'implique l'examen de conscience, exceptionnel chez ceux qui se laissent emporter par la vie, est une obsession continuelle, accablante et douloureuse, chez certaines personnes. Elles s'hypnotisent face à elles-mêmes, et s'enferment dans la névrose. Elles se croient lucides, alors qu'elles sont, temporairement peut-être, impuissantes. Quand nos conseils leur auront indiqué une saine hygiène mentale, elles pourront pratiquer comme il faut la régulation de soi. En tout cas, *nul* ne doit s'observer ou s'analyser pendant qu'il agit ou parle à autrui : cela produit une néfaste timidité, de redoutables angoisses.

La Timidité.

7. On ne lutte jamais assez contre la timidité. Elle est refoulement, et s'accompagne de manque d'intérêt, de stagnation. Le timide est handicapé lorsqu'il doit s'extérioriser pour atteindre son but.

On vous demande, à l'issue d'un dîner, de prononcer quelques paroles. N'étant pas habitué à parler en public, au lieu de penser à ce que vous devez dire, vous vous sentez impressionné, comme paralysé. Braqués sur vous, les yeux de vos auditeurs vous hypnotisent. Vous désirez produire une bonne impression et, dans l'espoir de mieux faire, vous vous écoutez parler. Hélas ! ces deux activités, parler et écouter, se contrarient l'une l'autre ; vous perdez le fil de vos idées, vous vous arrêtez net. On saisit ici sur le vif les inconvénients d'un

dédoublement intempestif de la personnalité. Si vous aviez pu vous oublier, et ne penser qu'au sujet de votre allocution, si vous n'aviez pas prêté à vos propres paroles une oreille critique, vous vous seriez senti beaucoup plus éloquent. Certaines personnes, fort timides, prononcent des discours émouvants si elles sont suprêmement désireuses de faire triompher une cause qui leur est chère. Cette ferveur annihile leur habituelle timidité. C'est ainsi que des acteurs, incapables d'éviter un instant de trac à l'entrée en scène, sont, tout de suite après, possédés par leur rôle et l'incarnent fort bien. *Oublions notre moi*, si nous voulons disposer de tous nos moyens en présence d'autrui.

La timidité est parfois accidentelle : un homme, en général doué d'assurance, peut se sentir embarrassé lorsqu'on l'invite à brûle-pourpoint à prendre la parole devant un nombreux auditoire. Mais beaucoup sont réservés par nature. Enclins à vivre trop en eux-mêmes, ils sont d'une extrême sensibilité ; les plaisanteries et les railleries, l'inattendu de l'existence sociale les effarouchent ; ils évitent tout ce qui pourrait troubler leur solitude intérieure.

Qu'ils sachent que leur attitude n'est pas exempte de vanité ; ce n'est pas la peur seule qui les fait reculer devant toute action en public. Or, une saine compréhension de la vie exige qu'un homme sorte du repli sur lui-même, sans quoi il devient si timide qu'il n'a plus le courage nécessaire pour lutter, et même pour vivre ; ses progrès se ralentissent, et il se fait objet de pitié ou de mépris de la part d'autrui. Le meilleur moyen de se dominer, c'est de se créer un intérêt, de former des projets, et de travailler intensément à les réaliser. Si, en outre, vous vous donnez quelques divertisse-

ments qui vous extérioriseront, vous guérirez, si aigu que soit le mal.

Pour aider l'Intérêt à accomplir son œuvre bienfaisante, les timides s'efforceront de suivre les quelques conseils pratiques que nous allons leur donner ; s'ils s'y soumettent, ils sentiront leur confiance en eux-mêmes s'accroître rapidement, et surmonteront les obstacles dont ils s'exagéraient l'importance :

1° Adopter l'attitude corporelle qui correspond à l'état d'âme d'un homme maître de soi et sûr du succès. Prendre une démarche ferme, un regard et un ton assurés. Ralentir ses mouvements et le débit de ses paroles. Dans toute attitude physique, il y a prédisposition à un état psychique correspondant ;

2° Eviter de se rappeler sans utilité présente les défaillances passées ;

3° Ne plus envisager les risques d'insuccès d'un acte qui a été décidé ; « se jeter à l'eau et nager ».

4° Sérier les difficultés après les avoir analysées. Les aborder une à une, de la plus simple à la plus complexe ;

5° Ne pas se laisser démonter par les premiers insuccès, mais reprendre l'effort autant de fois qu'il le faut pour réussir ;

6° Ne jamais se demander : que va-t-on penser de moi ? Ni s'épier soi-même quand on parle ou agit. Concentrer son esprit sur le sujet dont on doit s'occuper.

7° Faire acte de courage moral ; se dire : « on est toujours critiqué, je fais de mon mieux, advienne que pourra ».

Conclusion.

8. Comment tendre sans cesse à son but ? Entretenez votre enthousiasme ; à défaut, demeurez logique ; à défaut, demeurez obstiné. On ne change pas de but comme de chemise.

A chaque changement, vous perdriez une partie de votre potentiel.

Que de gens papillonnent au gré de leurs désirs et surtout au hasard des idées d'autrui !

Que diable ! Vous aussi, vous avez vos idées. Montrez-le.

Tracez-vous une ligne de conduite sinon inflexible, du moins *ferme*.

Etayez-la de votre compétence et de votre volonté.

V. APPLICATION A LA CULTURE DE LA MÉMOIRE

Comme à la fin de notre premier livret, nous revenons à « la mémoire ».

Pourquoi ?

Parce que la mémoire doit résulter de la possession que nous prenons de nous-même. Elle résulte aussi de beaucoup d'autres capacités. Nous vous l'enseignerons. Tous les grands chefs ont de la mémoire. Cette fonction mentale est souvent le baromètre du potentiel individuel.

L'Oubli.

1. Le retour sur vous-même que nous vous invitons à faire depuis le début de cette leçon est nécessaire pour vous rendre compte de l'état de chacune de vos facultés. Voyez donc où en est votre mémoire, dont certaines lois vous ont été indiquées dans la Leçon I.

L'oubli, irritant et coûteux dans toutes les sphères de la vie, l'est particulièrement dans celle des affaires. Vous manquez un rendez-vous, vous oubliez de montrer certaines marchandises à un client, et vous perdez un marché considérable. Vous négligez un détail de fabrication, vous oubliez une confirmation d'ordre, vous égarez une note d'un client, et des catastrophes s'ensuivent.

Qui n'a pas omis une civilité ? Qui n'a pas eu « une absence », comme on dit ? Qui n'a pas fait d'impair par manque de mémoire ?

Cependant, nul n'est plus sensible que vous à une phrase, un fait, un geste, un rappel,

prouvant que les autres n'ont pas oublié votre nom, vos paroles, vos qualités ou vos ordres.

Si des amis Pelmanistes se retrouvent au bout de vingt ans, aucun n'a oublié le caractère, l'aspect physique des autres, sans parler de leurs tournures d'esprit, de leurs goûts.

Le Prix d'un Oubli.

2. Voici une page de l'emploi du temps mal étudié de M. Leroux :

LUNDI, 7 Juillet 195...

Directeur des ventes, 10 heures.
Affaire Durand.
Fournitures de papier.
Déjeuner, Dubois ; Noir, 13 heures.
Entrevue, 14 h. 30. Leblond.
« 15 h. 30, Lebrun, Saint-Denis.

Vous remarquerez que M. Leroux avait un rendez-vous à 14 h. 30 et un autre, à quelque distance, à 15 h. 30. Ce dernier était le plus important du jour ; mais M. Leroux s'absorba si bien dans sa conversation avec M. Leblond, qu'il n'y pensa pas avant 15 h. 15. Il dut alors interrompre brusquement son entretien avec M. Leblond, qui en fut médiocrement satisfait, et arriva chez M. Lebrun avec dix minutes de retard. Il n'eut pas le temps de faire valoir tous ses arguments, et n'obtint pas la commande espérée. Chaque minute perdue lui coûta exactement dix mille francs. De semblables oublis sont fréquents, qu'il s'agisse d'hommes ayant de la mémoire, ou d'hommes n'en ayant pas. La mauvaise mémoire oublie totalement, la bonne mémoire oublie passagèrement, par suite d'incidents imprévus.

Ne vous sentez-vous pas exposé à des mésaventures analogues ?

Notez bien que, pour vous rappeler un fait *au moment voulu*, vous avez besoin de quelque chose de plus qu'une bonne mémoire : il vous faut exercer systématiquement votre puissance d'attention. Si, par exemple, M. Leroux avait eu une montre sur lui avec l'intention bien arrêtée de s'en servir, il n'aurait pas prolongé son entrevue avec M. Leblond ; il aurait eu un œil sur sa montre, sans que son interlocuteur le sût.

La Mémoire et les Autres Fonctions Mentales.

3. Il faut aussi faciliter le travail de la mémoire par un usage judicieux de toutes les autres fonctions mentales.

En effet, la mémoire n'est pas une fonction mentale simple. Elle résulte du bon fonctionnement de toutes nos facultés : observation, attention, jugement, logique, esprit d'analyse et de synthèse, imagination reproductrice, subconscient adroitement entraîné.

Grâce à l'unité de l'esprit, dont nous avons parlé dans la première leçon, le bon exercice d'une faculté a un retentissement heureux sur toutes les autres, à condition de veiller à ce que le développement de chacune d'elles se fasse avec harmonie. Il ne faut pas « hypertrophier », c'est-à-dire faire grandir démesurément, une fonction mentale, sous peine d'« atrophier », c'est-à-dire de priver de vitalité, toutes les autres. Un homme, qui ne s'occuperait que de développer son bras droit, finirait par être complètement difforme. Bien que ce soit moins apparent dans la vie mentale, on commet parfois de pareilles stupidités. Il serait absurde, par exemple, de vouloir cultiver le sens de l'observation, sans se soucier de la mémoire, et inversement. Ils s'entr'aident l'un l'autre, quand ils se développent, simultanément ou alternativement, en tout cas, harmonieusement.

Pour en revenir à M. Leroux, en établissant un horaire beaucoup trop serré, il a manqué de bon sens. Il lui fallait réserver au rendez-vous principal de la journée, le plus important pour lui, la place la moins exposée aux aléas. Le *discernement* dans l'ordre d'importance des choses est un des meilleurs instruments de la mémoire et, en retour, la mémoire est un des meilleurs auxiliaires du bon jugement.

Les Degrés de la Mémoire.

4. Personne n'est absolument sans mémoire. Faible chez des milliers d'individus, cette faculté est bien développée chez un grand nombre ; elle est rarement excellente, jamais parfaite.

Un employé peut avoir une mauvaise mémoire dans l'ensemble, une mémoire passable pour sa besogne, et des souvenirs très précis pour ce qui lui plaît. Dans ce cours, nous donnons des conseils aux personnes qui veulent organiser leur *mémoire volontaire* et *subconsciente.*

Bien des détails dans la vie sont d'une trop grande banalité pour qu'on se donne la peine de les enregistrer. Ainsi, un homme nous dit : « Si vous me demandez ce que j'ai mangé à déjeuner, il y a dix jours, je dois vous avouer que je l'ai complètement oublié, la chose étant sans importance. Mais, si vous me demandez quand j'ai goûté à la venaison pour la première fois, je puis vous le dire sans hésiter, et vous donner tous les détails que vous voudrez sur le repas, bien que cela me soit arrivé il y a plus de vingt ans. Je puis vous nommer les personnes qui étaient à table, avec moi, et vous rapporter les propos qui y furent tenus.

« Si je me rappelle ce repas, c'est qu'il diffère de ceux auxquels j'étais accoutumé. J'oublie le déjeuner ordinaire, parce qu'il est ordinaire, et je me souviens du déjeuner unique, parce qu'il est unique. »

La Mémoire et l'Événement « Unique »

5. L'homme qui travaille voit journellement passer devant lui une foule de détails : il aurait besoin de se rappeler ceux qui lui importent, instantanément, au moment voulu. Mais, autant en emporte le vent ! Un jour, par exemple, il lie conversation dans le train avec un inconnu. L'entretien découvre qu'ils ont des intérêts communs et pourraient utilement collaborer. Malheureusement, ce n'est qu'au dernier moment, dans la hâte de l'arrivée, que le voyageur lui donne de vive voix son nom et son adresse : « Alfred Nicart, 108, rue des Bons-Enfants, Bordeaux ». Il fait effort pour se rappeler ces indications et, sur le moment, croit bien les posséder. Mais, en sortant de la gare, il lui faut assister à un Conseil d'Administration et, pendant la séance, l'impression faiblit. Nicart devient Vicart, le numéro se brouille et le nom de la rue s'efface pour jamais. Il ne reste dans l'esprit du malheureux homme d'affaires qu'un souvenir précis, mais bien insuffisant, c'est que le voyageur inconnu demeure à Bordeaux. Or, s'il avait eu l'oreille éduquée systématiquement, il lui aurait suffi d'entendre l'adresse une fois et de l'*imposer à son attention*, pour la retenir correctement, jusqu'à ce qu'il pût l'écrire sur une feuille de papier.

Il aurait pu également utiliser sa mémoire visuelle en se représentant le nom et l'adresse écrits à la craie blanche sur un tableau noir. Evidemment, il lui était aussi possible de les noter sur son calepin. Mais cela ne nous intéresse pas, car il s'agit du développement de la mémoire. Il est d'ailleurs des cas où l'on ne peut sortir son carnet.

Donc, faites avec soin nos exercices : ils développeront en vous à la fois la mémoire de la vue et celle de l'ouïe.

EXERCICES

d'Observation et de Mémoire.

N.B. — Les exercices doivent être faits aussi souvent que possible, spécialement ceux que vous réussissez mal ; mais, au reçu de chaque nouvelle brochure, commencez aussitôt les nouveaux exercices. Vous répéterez à tour de rôle les exercices que vous connaissez déjà.

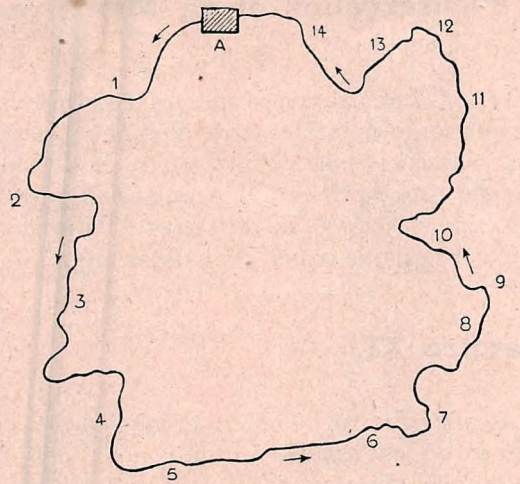
Exercice XI.

La précision de l'observation dépend de la richesse de nos souvenirs, qui nous permettent d'interpréter la donnée actuelle ; réciproquement notre mémoire s'enrichit à mesure que s'accroît la rigueur de nos perceptions.

Au cours de votre prochaine promenade à la ville ou à la campagne, remarquez le plus possible de détails sortant de l'ordinaire. Les choses les plus familières fourmillent d'aspects que vous n'avez jamais remarqués. Ayez les yeux, comme les oreilles, ouverts à tout ce qui présente quelque particularité. Cherchez les spectacles et les sons qui vous offrent un élément de nouveauté. Rentré chez vous, refaites rapidement en votre esprit la route parcourue ; ensuite, retracez à rebours le chemin suivi. C'est un des meilleurs exercices mentaux qui puissent être prescrits. Il développe l'esprit d'observation, l'attention, la mémoire et l'imagination reproductrice. Si, pendant la reconstitution de votre promenade, de la fin au commencement, vous éprouvez de la difficulté à vous souvenir de certains détails, cherchez-en les motifs ; cela vous révélera des défauts de mémoire auxquels il faudra remédier.

Cet exercice doit être répété chaque semaine.

Pour vous montrer comment vous pouvez le faire, nous vous présentons ci-après un diagramme dessiné par un de nos Etudiants.



A est le point de départ.

Les flèches indiquent la direction de la promenade.

Les numéros sont expliqués ci-dessous.

(1) J'ai rencontré une grosse automobile Delahaye portant le numéro HK 318. (J'ai appris, par la suite, que H était la lettre d'enregistrement pour le département de l'Isère — HK à HQ ; actuellement, on emploie le N° 38).

(2) Bouquet de sapins. Ils ont un côté vert sombre ou couvert de mousse, l'autre est tout à fait marron. Pourquoi ? Est-ce à cause des vents d'Ouest ?

(3) Horloge d'église arrêtée à midi. C'est vendredi et les gens sont inquiets. Il y avait 40 ans que l'horloge ne s'était pas arrêtée. Les vieilles femmes superstitieuses y voient un funeste présage.

(4) Le jardin du curé est orné d'un large carré de fleurs semblable à un tapis. Cette décoration attire les regards, mais n'est vraiment pas artistique.

(5) Près de S..., j'ai remarqué que trois cheminées d'usines ne « fumaient » pas. Je sus plus tard qu'une grève avait commencé le matin même.

(6) Cycliste en panne. Il semblait mordre sans relâche un morceau de fil de cuivre.

(7) Affiches des Pneus Michelin au coin de la route. Je n'en avais encore jamais vu à cet endroit.

(8) La ferme de G..., l'éleveur de volailles. Les malheureux oiseaux étaient entassés les uns sur les autres. Voilà ce qui arrive quand on néglige les données de la science.

(9) Un bouvreuil dans une haie. Le fait est assez rare.

(10) Une enseigne, placée sur le mur d'une chaumière annonce, en lettres maladroites, qu'on y sert du « vin blanc ».

(Il est inutile que nous achevions la description). (1)

Vous pouvez suivre cet exemple avec profit ; mais en signalant à l'Institut les résultats de cette épreuve, il vous suffira de dire ceci : il m'a été plus facile de me rappeler ma promenade, du commencement à la fin, que de la fin au commencement (ou *vice-versa*). En refaisant la promenade mentalement, je n'ai omis que... faits (comme je m'en suis aperçu plus tard en faisant une deuxième fois le parcours réel), ou : « j'ai réussi les deux exercices aussi bien l'un que l'autre ».

Exercice XII.

Se servir de la plume ou du crayon pour noter des observations est un excellent exercice

1. Pour développer la méthode d'observation directe, nous avons extrait de notre revue *La Psychologie et la Vie* un *Questionnaire de Folklore*, que nous enverrons aux Etudiants avec la correction de la feuille d'Exercices N° 3.

de vitesse et de précision. La prochaine fois que vous visiterez la maison d'un ami ou un bâtiment que vous ne connaissez pas, voire l'intérieur d'un magasin, parcourez vite du regard, une fois ou deux, la salle où vous vous trouvez ; puis, rentré chez vous, prenez quatre feuilles de papier, et esquissez ce que vous vous rappelez des tableaux accrochés au mur. Sur une cinquième, marquez la position des meubles et indiquez le nombre des tables, des chaises et autres objets. Un tel exercice peut, non seulement être profitable au point de vue mental, mais former aussi un jeu de société très amusant. On munit chaque membre de la compagnie d'un morceau de papier et d'un crayon, et on lui accorde un certain temps pour regarder une chambre. On peut donner des points pour la précision, et décerner un prix au gagnant.

De même, à propos d'étalages.

Exercice XIII.

Cet exercice a un double but : découvrir les faiblesses de votre mémoire auditive ; la cultiver ensuite.

Lisez chacune des lignes suivantes à haute voix, en restant une seconde sur chaque mot. Répétez-les alors, telles quelles, de mémoire. Si quelqu'un peut vous les lire à haute voix, cela vaudra encore mieux.

1. Arbre, Figure, Carte, Glace.
2. Gaufre, Baume, Jour, Joie.
3. Soin, Carrière, Futaie, Faux.
4. Faîte, Subalterne, Gibraltar, Fixe.
5. Mariage, Compte courant, Relais, Femme.

Inscrivez le nombre de vos fautes pour les signaler aux examinateurs de l'Institut.

Nous arrivons maintenant à des lignes de mots plus longues. Ne vous découragez pas si vous faites maintes fautes au début. Cette

éducation de la mémoire auditive prépare à l'étude des langues étrangères. Les garçons de restaurant qui peuvent prendre dix commandes verbales et servir les gens sans se tromper, y deviennent entraînés.

1. Tub, Moulin, Mélange, Cigare, Papier.
2. Chiffon, Chambre, Bouchon, Lard, Labeur, Duc.
3. Métro, Jean, Maison, Porcelaine, Fixe, Etoile, Jambon.
4. Adresse, Taquin, Gousset, Geai, Tabac, Simplement, Manchon, Confiture.

Vous compterez une faute toutes les fois que vous ne répéterez pas le mot correctement, que vous ne le mettrez pas à sa place, ou que vous ne pourrez vous en souvenir.

Exercice XIV.

Faites une promenade à la campagne et asseyez-vous. Ecoutez les sons que vous entendez. De quelle direction viennent-ils ? Combien y en a-t-il, et en quoi diffèrent-ils ? Lorsque vous lirez des descriptions de la nature, vous comparerez votre connaissance des sons à celle de l'auteur. Si vous ne pouvez vous rendre à la campagne, notez les sons que vous entendez en ville. Répétez ces exercices en chaque occasion.

Exercice XV.

Constatez que la mémoire dépend souvent du jugement.

Regardez dix secondes la liste ci-dessous, puis reproduisez-la, dans le même ordre et de mémoire. Exercice extrêmement rapide.

25 - 23 - 21 - 19 - 17 - 15 - 13 - 9 - 7 - 6 - 5 - 3 - 1

1 - 3 - 5 - 7 - 9 - 11 - 15 - 17 - 19 - 21 - 23 - 25 - 27

PAS DE DÉFAILLANCES

1. Ne passez pas votre temps à récriminer. L'homme qui se plaint sans cesse fait fuir la chance.
2. Ne vous lamentez pas sur votre sort. Au lieu de gaspiller ainsi votre énergie, employez-la à vous procurer une position meilleure, à élargir vos intérêts. Ne comptez que sur vous-même.
3. Ne visez pas trop haut, mais visez assez haut. Que votre ambition soit à la mesure de vos capacités ; si même elle s'élève un peu plus, tant mieux ; vos capacités s'accroîtront d'autant.
4. Ne craignez pas qu'on rie de vous. La fortune sourit aux audacieux.
5. Surtout, rendez-vous compte que ces conseils intéressent directement le développement de votre puissance mentale. A vous d'en faire votre profit.
6. Plusieurs fois l'an, pratiquez scrupuleusement l'examen de conscience. Fixez l'économie de votre vie selon l'état de votre bilan.

A L'ŒUVRE !

1. Sachez que les méthodes de travail de l'Institut Pelman sont fondées sur de longues années d'expérience, et sur de nombreuses et patientes recherches expérimentales qui ont absorbé de fortes sommes d'argent.
2. Il se peut que vous ne voyiez pas toujours comment nous allons vous aider; mais continuez votre étude, et notre plan tout entier vous apparaîtra bientôt simple et clair.
3. Chaque pas en avant amène une perte et un gain. Il faut toujours laisser quelque chose derrière soi, mais la perte est minime si l'on s'assure le gain : sachez donc clairement ce que vous voulez, et mettez-vous à l'œuvre hardiment.
4. Faites une liste des choses qui vous semblent avoir le plus de prix. Parmi elles, nous comptons la santé du corps et de l'esprit, les amis, les livres, de l'argent en quantité suffisante, la paix intérieure, les services rendus aux autres.
5. Pour obtenir ces valeurs, il faut travailler. Elles s'offrent rarement d'elles-mêmes. Se montrer *soi-même* est le meilleur moyen d'attirer la confiance ; on s'assure par là aussi bien celle de l'homme d'affaires que celle du penseur.
6. On a dit que la coopération est la condition du progrès. Il en est ainsi dans le monde mental ; d'où la psycho-synthèse. Visez à l'harmonie de toutes vos fonctions physiques et mentales.

CONCLUSION

Ne dites pas « J'ai un but... et je vais poursuivre aveuglément ma marche vers lui sans m'occuper de mes qualités et de mes défauts ».

Nous n'avons pas fini de converser ensemble ; nous ne vous quitterons qu'après la leçon XII, quand vous aurez tous les atouts en main.

A la loterie de la vie, le Pelmaniste gagne.

Vous gagnerez. Mais rien sans peine. Les plus modestes exercices ont leur utilité dans le programme total. Ne les dédaignez pas. Le Pelmanisme est le résultat de milliers de réussites.

EXERCICES SPÉCIAUX
POUR LE
DÉVELOPPEMENT DE L'ESPRIT ET L'ENTRETIEN DE LA SANTÉ

Deuxième Leçon

I. Au lit.

Avant de vous lever, pendant que vous êtes encore au lit, étendez en avant la main et le bras droits, puis lancez-les horizontalement dans le prolongement de la ligne des épaules. Ecartez bien les doigts, comme si vous vouliez jouer une octave, et renversez-les en arrière autant que vous le pourrez. C'est exactement le contraire de ce que vous faites en saisissant un objet. Raidissez le bras, effacez le coude et l'épaule. Restez un moment dans cette position. Alors, gardant le bras raide et les doigts renversés en arrière, imprimez à la main un mouvement de rotation aussi grand que possible, d'abord dans un sens, puis, après une pause, reprenez ce mouvement en sens inverse. Nouvelle pause. Répétez cet exercice trois fois.

Pendant ce mouvement, il faut que la main gauche soit absolument libre et molle. Ne la laissez pas se contracter et « sympathiser » avec le travail de votre main droite. Economisez votre énergie.

Exécutez cet exercice trois fois avec la main et le bras gauches, et gardez à leur tour la main et le bras droits au repos.

Répétez ce mouvement trois fois avec les deux bras ensemble.

Secouez ensuite vos mains, comme si vous vouliez les débarrasser de leur raideur.

Ensuite, pénétrez-vous bien de la sensation de la détente musculaire, concentrez sur elle votre attention tout entière, restez immobile, les bras allongés le long du corps et remémorez-vous les exercices. Rappelez-vous les mouvements et les sensations. Si vous avez travaillé avec attention, vous vous souviendrez facilement de tous les détails, car votre esprit aura conservé l'impression des sensations musculaires.

Exercice de Respiration.

Gardez la position couchée, posez les deux mains sur votre abdomen et faites l'exercice de respiration prescrit dans la première leçon.

Tandis que vous aspirez l'air, élevez et abaissez votre abdomen ; mais au lieu d'expirer l'air des poumons, retenez votre haleine et projetez et rentrez le ventre quatre ou cinq fois. Le mouvement de projection est assez facile, mais l'autre est plutôt dur ; c'est pourquoi l'on se sert des mains pour presser l'abdomen de haut en bas. Surtout, ne vous fatiguez pas. S'il reste encore de l'air dans vos poumons, expirez-le par la bouche.

Cet exercice vous permet non seulement d'absorber plus d'oxygène qu'à l'ordinaire, mais encore vous masse l'estomac et le foie. Il aide aussi à faire circuler et à disperser l'air dans les poumons jusqu'au sommet des organes, où les maladies ont si souvent leur point de départ. Le mouvement de rentrer le ventre relève l'estomac. Les personnes souffrant de ptose gastrique (abaissement de l'estomac) ont intérêt à le faire souvent.

II. Hors du Lit.

Au lever, livrez-vous aux frictions recommandées. Mais, que vous les fassiez ou non, ne

manquez pas de pratiquer les exercices du saut sans corde (1). Ayez le menton rentré, le dos creux, les mains libres et molles, les pointes des pieds droites, c'est-à-dire non tournées en dehors, et séparées d'environ 20 centimètres.

Pendant que vous sautez sur le pied gauche — sur la pointe des pieds et non sur le talon — lancez votre jambe droite en avant, les orteils aussi loin de vous que possible et le genou bien effacé. Sautez plusieurs fois sur ce pied et ensuite sur le pied droit, étendant de la même manière la jambe et le pied gauches devant vous. Vous arriverez à lever de plus en plus haut la jambe et le pied raidis ; mais, en commençant cet exercice, ne forcez pas trop.

Pendant que vous sautez sur le pied gauche, lancez votre jambe droite en arrière, les orteils aussi loin du corps que possible. Tenez le genou raide, ne fléchissez pas la jambe, sautez plusieurs fois sur le pied gauche. Sautez ensuite sur le pied droit, exerçant de la même façon la jambe gauche.

Si vous commencez à être hors d'haleine, arrêtez-vous pour respirer profondément, mais sans efforts. Aspirez, en soulevant autant que possible les côtes inférieures. Retenez votre haleine un moment, puis exhalez-la rapidement et fortement, par poussée comme si vous vouliez siffler. Répétez cet exercice respiratoire deux fois de suite.

Sautez de nouveau sur le pied gauche. Cette fois, au lieu de lancer en avant la jambe droite raidie, vous levez le genou droit : les orteils sont baissés et aussi loin de vous que possible. Sautez plusieurs fois en maintenant le genou dans cette position.

Sautez ensuite sur le pied droit et refaites le même mouvement avec le genou.

---

(1) Sur du carrelage, si possible, à cause des voisins !

Sautez sur le pied gauche, levez le genou droit, approchez-le de votre poitrine avec les mains. Exécutez les mêmes mouvements avec le pied droit et le genou gauche.

Pendant que vous sautez, tenez le menton rentré, les reins cambrés, — excepté évidemment quand les mains saisissent un genou — et effacez les épaules. N'avancez pas la tête, n'arrondissez pas les épaules.

Maintenant, voici un exercice très dur. Tenez-vous debout, les pieds écartés de vingt centimètres ; fermez les yeux un moment, imaginez que vous sautez à la corde, mais ne bougez pas. Rappelez-vous les mouvements et les sensations musculaires.

Instructions Spéciales concernant les Feuilles d'Exercices et les Manuels.

1. **Ecrivez lisiblement votre nom sur chaque Feuille d'Exercices et votre adresse, s'il y a lieu, sur une feuille séparée.**
2. **Inscrivez votre numéro matricule sur toutes les feuilles et lettres que vous nous adresserez, afin que nous puissions vous répondre rapidement.**
3. **Nos manuels devront être conservés pour que vous puissiez vous y reporter en toutes circonstances. Nos étudiants ont, seuls, le droit de s'en servir. Ils ne doivent ni les montrer, ni les prêter, ni les vendre.**
4. **Dix à quinze jours peuvent suffire pour s'assimiler le contenu d'une brochure et répondre aux questions des Feuilles d'Exercices, mais il est possible d'y passer plus de temps. Tout dépend des loisirs de l'étudiant. Il n'y a pas de temps fixé pour le retour des Feuilles d'Exercices, mais on doit en envoyer au moins une par mois à la correction.**

N.-B. - Les élèves inscrits selon le mode du **prêt des livrets** sont autorisés à prendre des notes qu'ils ne devront ni communiquer, ni donner.

TROISIÈME LEÇON DU COURS PELMAN

Savez-vous que l'étendue de vos connaissances, la sûreté de votre mémoire, les ressources de votre imagination créatrice, le cachet personnel de votre individualité, dépendent de vos sensations et de vos perceptions ? Prêtez donc une grande attention à la Leçon III. Elle vous apprendra non seulement à devenir un bon observateur, mais à comprendre le sens et l'importance de ce que vous voyez et entendez, et ainsi à donner une base solide à votre personnalité.

Afin d'éviter tout retard dans nos réponses, prière de toujours mentionner le numéro matricule.