



Leon Kendall

Le Magnétisme Personnel

SOMMAIRE

LE MAGNÉTISME PERSONNEL	2
COMMENT IL FAUT FAIRE	16
LA FORCE DE LA PENSÉE	26
LA VOLONTÉ	40

LE MAGNÉTISME PERSONNEL

Le magnétisme animal est un terme employé pour désigner certaines conditions nerveuses dans lesquelles le corps et l'esprit d'une personne sont influencés par une force mystérieuse, émanant d'une autre personne. On emploie encore d'autres termes pour des buts différents mais qui ont la même signification, tels que: électrobiologie, mesmérisme, clairvoyance et hypnotisme.

Le magnétisme est dû à une sorte de force magnétique, ou d'influence particulière aux êtres vivants, et semblable comme effet à l'attraction que l'acier et quelques autres métaux ont pour l'aiguille aimantée, ou l'aimant. Le sujet concernant le pouvoir d'influencer les corps et les esprits des autres a de tout temps attiré l'attention du monde, et l'on s'en est emparé dans un but de gain, ou pour l'amour du merveilleux, et aussi pour la guérison des maladies, et un certain discrédit a été jeté par quelques-uns sur cette partie de la physiologie de l'homme, du plus haut intérêt.

Tout récemment cependant, des physiologistes et des docteurs ont tâché et tâchent encore d'approfondir le sujet, de façon à l'introduire dans le domaine des sciences exactes, et de détruire l'idée que le phénomène soit produit par une force occulte quelconque, ou par un agent super-naturel.

Rien de surnaturel

Les phénomènes de nature merveilleuse, surtout ceux qui ont trait au pouvoir mystérieux exercé par une personne sur une autre, ont la vertu, non seulement d'attirer l'attention, mais aussi d'accaparer entièrement l'esprit de ceux qui étudient le sujet, de façon à prouver que le pouvoir existe, et qu'il suffit seulement de le connaître pour en retirer toutes sortes d'avantages personnels et s'en servir au profit de ceux qui sont sous notre influence.

L'assertion d'un médecin très éminent mérite d'être rapportée; il dit que tous les phénomènes variés de clairvoyance, de télépathie, de cure d'esprit, etc., seront étudiés scientifiquement, et reconnus graduellement à l'aide d'investigations profondes et persistantes du pouvoir magnétique latent. Ce *sens* magnétique n'est pas l'apanage d'un petit nombre seulement, il est à l'état latent dans chaque individu et est capable d'être cultivé par tous. Il n'y a rien de surnaturel dans cela, car « il y a dans la nature suffisamment de causes pour tous les événements qui se produisent ».

Nous sommes redevables au D^r Braid, chirurgien anglais, d'avoir fait ressortir la théorie du magnétisme animal nette de toute imposture, car, à force de peines et d'investigations minutieuses, il réussit à prouver que le phénomène était réel. Cela est déjà d'une grande valeur. Il démontra aussi la valeur de l'hypnotisme dans le traitement des malades, ce qui est d'une plus grande valeur encore, puisque des milliers d'êtres à la surface de la terre en ont profité.

Les radiations de chaque être étant les sources de l'influence, il arrive que, soit consciemment, soit inconsciemment, des suggestions sont données, soit de vive voix, soit sans l'aide de la parole. Ces

courants d'influence ont un effet merveilleux sur tous ceux avec qui ils viennent en contact, car ils en sont affectés dans leur façon de sentir.

La personne de qui vient l'influence est elle-même influencée par ceux sur lesquels ce pouvoir a agi, et cela l'affecte en bien ou en mal, suivant sa susceptibilité. De sorte que la majorité des hommes et des femmes à l'état de veille, tandis qu'ils sont engagés dans leur travail journalier, sont influencés, dans une vaste proportion, par des suggestions directes ou indirectes qui leur sont faites, et qui sont obtenues, dans notre vie journalière, par l'action et la réaction de ceux qui nous entourent, et par les fonctions sociales que nous remplissons.

Faites attention dans le choix de votre entourage

Ces suggestions magnétiques agissent sur nous, fortifient notre volonté, la forment, développent le caractère, et de diverses façons, trop nombreuses pour être énumérées, elles jettent les fondations de notre bien-être futur. On devrait faire bien attention dans le choix de son entourage, car tous les êtres sont également susceptibles de recevoir de mauvaises influences, de même que de bonnes, et possèdent aussi le pouvoir de les dispenser aux autres. Les suggestions de la plus grande valeur sont celles qui proviennent des personnes sincères, et dont la présence et l'exemple nous affectent.

Les suggestions deviennent tout de suite positives et effectives quand elles proviennent d'un esprit supérieur, donnant une claire direction, en sorte que l'on est capable de les saisir de suite par le jugement. Elles sont merveilleusement effectives, parce que la source dont elles découlent commande notre respect et qu'elles sont en accord parfait avec ce qui nous semble juste.

Tout magnétisme personnel et toute suggestion doivent trouver

leur application de cette façon afin d'être profitables et de devenir une aide dans la vie.

Le désir de guérison

Toutes les personnes saines et sympathiques auraient le pouvoir de secourir et d'éloigner la maladie si elles savaient seulement la valeur de leur puissance, et comment elle doit être employée. Il y a la contagion de la santé, de même que la contagion de la maladie, et l'une peut être distribuée aussi facilement que l'autre. La seule présence d'une personne saine et de belle humeur dans une chambre de malade est favorable et aide beaucoup à la guérison du malade.

Aussi longtemps qu'il y a un désir de guérison dans l'esprit de cette personne, provenant de l'affection et de la sympathie qu'elle éprouve pour le malade, cet état d'esprit est communiqué d'une manière mystérieuse à celui du patient. Les deux esprits sont de suite tournés vers une seule direction qui est celle de la convalescence et de la guérison, de sorte qu'ils y deviennent sensibles et que la guérison s'ensuit, bien qu'elle puisse être graduelle; en certains cas on a même remarqué que la guérison était presque rapide.

Cette influence de l'esprit sur le corps peut seulement être obtenue par l'agent que nous appellerons le « système vital télégraphique », car c'est un fait reconnu que chaque changement de l'esprit amène un changement dans le cerveau.

L'influence de la pensée et du cerveau sur l'action du corps est démontrée par les soupirs, les palpitations, l'évanouissement, car ces derniers sont la conséquence des émotions ressenties par l'esprit. De sorte qu'un état d'esprit heureux et confiant devrait avoir une influence saine et salutaire sur le corps.

Le cerveau est l'organe de l'esprit; quand un chagrin ou une calamité quelconque l'affecte, on peut en voir l'effet sur tout le système du corps au moyen des différents organes. Donc, les conditions dans lesquelles se trouve l'esprit affectent les conditions du corps; aussi est-il bien reconnu que la peur vous abat, tandis que l'espoir stimule tout le système.

L'homme est tel qu'il le pense

L'homme est tel qu'il le pense. Il n'y a pas de doute qu'un homme se croyant malade ou délivré d'une maladie peut le devenir; et dans beaucoup de cas, quand l'homme se croit délivré d'une maladie, s'il n'est pas entièrement rétabli, du moins les chances de santé et de vie peuvent toujours être améliorées.

Toute chose dans la nature dégage son magnétisme propre, qu'elle crée; cela est vrai surtout pour les êtres humains. Ce pouvoir mystérieux émane des courants nerveux du système humain. Il se dégage des êtres comme les rayons solaires du soleil. Il est harmonieux, moralement sympathique et efficace, ou autre, selon la nature des personnes de qui il vient.

Quelques natures sont si harmonieuses, et si gracieuses, si pleines de lumière et d'affection, qu'elles sont de véritables centres de santé, de bonheur et de joie pour tous ceux qui viennent sous leur influence. Leur seule présence réjouit ceux qui sont en sympathie avec elles, et les natures mal développées s'éloignent de leur présence ou s'abstiennent de faire le mal; en plusieurs cas, elles parviennent même à s'élever et à se refaire à une vie meilleure et plus douce, par le seul effet de s'être trouvées en contact avec des

natures plus nobles, dont la présence a suffi pour changer le cours de leur vie.

Ces mêmes êtres qui distribuent ainsi leur influence absorbent eux-mêmes les vibrations émanant d'âmes encore plus hautes que la leur, qui vivent dans des régions encore plus éthérées, de sorte que cela ressemble à une pierre jetée à l'eau.

Les pensées, qui mettent en action certaines vibrations, produisent des remous et des vagues, se formant l'un après l'autre et se répandant sur toute la surface de l'océan; avec cependant cette différence que les vagues sur l'eau ne se répandent dans toutes les directions que sur une surface plane, tandis que les vagues de l'esprit se répandent dans toutes les directions, en partant d'un point commun, comme les rayons du soleil.

C'est de cette façon que se produit l'inspiration, car à l'aide de ces radiations magnétiques l'extérieur et l'intérieur, le visible et l'invisible se joignent, ce qui permet à l'homme de s'élever au-dessus des sphères terrestres, tout en restant sur la terre.

Le pouvoir du cerveau

Nous ne pouvons pas comprendre comment l'esprit agit sur l'esprit, mais il est admis généralement que, pour agir sur l'esprit, nous devons opérer sur l'organe de l'esprit: le cerveau humain, soit directement, soit indirectement, car le cerveau est le point principal du système nerveux. Il est le siège du gouvernement, c'est par lui que l'esprit intelligent invisible peut se manifester.

L'esprit ne se manifeste pas par l'esprit comme tel, mais à l'aide «le ses intermédiaires variés, par les centres des sens extérieurs, des

affections familiales et sociales, des énergies animales et défensives, de la nature morale et spirituelle et des facultés intellectuelles.

A l'aide de ces centres commandés par le cerveau, des ordres sont reçus et transmis pour être exécutés par les nerfs, qui sont tous sous la direction ou sous le gouvernement qui a son siège dans le cerveau. Tout ce mécanisme merveilleux peut être influencé par l'esprit, et pour agir sur l'esprit il nous faut agir sur le cerveau.

Les nerfs qui se trouvent dans le cerveau nous transmettent les impressions de tout ce qui se produit autour de nous, et n'importe quelle douleur que nous ressentons se trouve toujours dans l'esprit.

Quand nous ne sentons pas de douleur, c'est qu'il n'y en a pas. Nous souffrons si nous y faisons attention, et si nous concentrons notre esprit sur la douleur, elle devient intense, mais si, dès les premiers symptômes, nous avons le pouvoir de nous absorber dans une chose quelconque et d'y prendre intérêt, nous ne souffrons pas.

Quand une personne est heureusement engagée dans un travail utile, elle peut oublier presque toute souffrance physique. Et comme nous pouvons, si nous voulons, exercer ce pouvoir sur nous-mêmes, de même nous pouvons l'exercer sur les autres.

Votre magnétisme dépend de vous

Le magnétisme qui entoure une personne, ou qui est distribué par cette personne, dépend, en tant que qualité et pouvoir, de la vie de la personne et est créé par elle. Le magnétisme personnel est l'influence inconsciente exercée sur la vie des autres, et il dépend du pouvoir silencieux et irrésistible de l'atmosphère créée par les êtres

dépourvus d'égoïsme, pleins de sympathie sincère, et toujours désireux de rendre service à ceux avec qui ils viennent en contact.

Tous, tant que nous sommes, nous pouvons compter de telles personnes dans notre entourage possédant ces qualités. Nous ne pouvons localiser la source de cette influence magnétique. La personnalité magnétique vit dans une atmosphère qui attire, et il existe quelques personnes qui ont le don merveilleux de se faire des amis et de les retenir sans faire beaucoup d'efforts pour cela. Leur influence ne dépend pas de leurs charmes physiques : l'auteur connaît personnellement plusieurs personnes dépourvues absolument de charmes personnels et qui cependant possèdent et exercent ce don à un degré merveilleux.

Il n'y a pas longtemps, une personne connue de l'écrivain fut la victime d'un accident malheureux, qui nécessita une opération pénible, mais ses dispositions naturelles étaient bonnes, son humeur d'un bon tour, et dans toute la vie il s'était accoutumé à considérer les choses sous leur bon côté.

Sa puissance de volonté était merveilleuse, et bien qu'à certains moments il se sentit un peu déprimé, ce n'était que passager. Il fut, et est toujours, la force qui unit un grand cercle d'amis, en répandant cette délicatesse et cette bonté dans les sentiments qui sont la source de toutes unions; il est d'un grand secours à tous, de telle sorte que ses parents et ses amis ne pourraient se passer de lui, car il est le membre indispensable dans la communauté.

Tous vont à lui dans leurs ennuis, et il leur donne juste ce qu'ils demandent, soit des bons conseils et de la sympathie, soit des suggestions pratiques, et cela non seulement par sa parole, mais par sa présence même; son magnétisme personnel est tellement grand,

qu'il influence tous ceux qui viennent en contact avec lui. Cet exemple est certainement un des plus parfaits et des plus précieux.

Nous vivons entourés d'air, et nous sommes de même façon entourés d'influences spirituelles, et l'un est aussi mystérieux que les autres. Nos pensées se meuvent dans cette atmosphère mentale qui s'étend dans toutes les directions; la grande puissance spirituelle nous entoure de tous côtés comme les vagues de la mer, qui ont le pouvoir de se reproduire. Une pensée forte a pour vertu d'éveiller des pensées semblables dans les esprits prêts à les recevoir et des vibrations de même nature dans ceux avec lesquels elle vient en contact.

La contagion de l'espoir

Beaucoup de vibrations que nous ressentons et que nous croyons venir à l'improviste ne sont que des vibrations répondant aux pensées émanant d'autres. Ce fait est bien démontré dans la vie d'un maître d'école d'Uppingham, qui, un jour, exprima sa joie de découvrir qu'un de ses plus brillants élèves s'était rendu maître de quelques rêves et de quelques désirs secrets de la vie de son maître, et qu'il s'était imprégné lui-même de ces mêmes rêves.

Il était stupéfait que l'adolescent ait pu saisir quelque chose du plus secret de l'âme de son professeur. Il se demanda lui-même: « Puis-je raconter davantage de moi-même que je ne sais? » Mais pour tous ceux qui connaissaient le maître, la chose était assez claire. C'était un homme véhément, quand il parlait c'était comme une chose qui brûle, et il parlait avec toute son âme; c'est là qu'il fallait chercher l'explication.

Il parlait avec toute son âme, et quand un homme parle avec toute son âme, il dit plus qu'il ne sait. Son âme parle, et non par des mots simples, car il y a des choses qui ne peuvent être exprimées ni par des paroles ni par des discours. La contagion est toujours un pouvoir, et elle n'est jamais d'une plus grande puissance que lorsqu'il s'agit d'espoir et des choses de l'esprit. Les vibrations que nous ressentons produisent des vibrations dans l'esprit des autres, et il est possible de donner l'idéal de la vie sans prononcer un seul mot.

Il est possible dans la passion de donner même toute son âme. N'est-il pas vrai que quand nous laissons couler l'inspiration et que nous permettons à l'inspiration franche de se produire, et cela d'une manière véhémente et passionnée, n'est-il pas vrai qu'il se dégage alors de nous une vertu que nous ne discernons pas ?

Cette vertu c'est le magnétisme personnel. Cependant, dans le cas où une personne se livre entièrement, elle a le don de posséder des choses merveilleuses qu'elle ne saurait communiquer autrement, et c'est seulement après de longs jours qu'elle découvrira la haute importance des sentiments et des germes qu'elle a fait naître.

Combien de gens se sont réjouis de découvrir qu'ils avaient semé plus qu'ils ne le savaient eux-mêmes, et qu'un peu de leur propre nature et de leur foi la plus secrète s'était logé profondément et pour toujours dans l'esprit de ceux avec lesquels ils sont entrés en contact !

Avec beaucoup de surprise, beaucoup d'entre nous ont découvert que là où ils pensaient qu'il n'y avait rien du tout, un trésor se trouvait, et rien ne pouvait égaler cette joie. Combien de fois n'avons-nous pas senti notre propre nature se ranimer au contact de ceux dont nous sentions la supériorité et qui défiaient toute tentative de les égaler ! Il y a des âmes rares qui possèdent le pouvoir subtil de

l'interprétation spirituelle, et qui, inconsciemment, et pourtant effectivement, jettent la lumière sur ce qui, sans elles, nous semblerait obscur; mais définir la qualité subtile qui permet de faire cela, cela nous semble impossible.

Une force pénétrante qui vous soumet et vous élève

Il existe une chose indéfinissable qui donne au caractère une merveilleuse distinction, un type de bonté, si délicat qu'il éloigne toute définition; toute tentative de le représenter échoue, de même que le duvet des fruits d'été souffre d'une manipulation maladroite.

Il y a certains d'entre nous dont le caractère se manifeste dans une parfaite simplicité, sincérité, une douceur et une gracieuse gaieté; cela ne signifie pas du tout manque de force et d'esprit, car la vérité est renfermée dans toute beauté, et c'est là la vraie réalité et la vraie force.

Chacun crée sa propre sphère de radiations magnétiques. Elle est harmonieuse, élève l'esprit, donne la vie et la santé; elle est attrayante, stimulante, profitable; c'est une vertu, une force pénétrante, qui vous soumet et vous élève. D'un autre côté elle peut être égoïste, dégradante, refroidissant l'âme et la vertu, aussi paralysante que celui dont elle émane. La Faculté est la même, seulement elle diffère en qualité.

L'aura

On n'a pas besoin de prononcer des paroles, ni d'étendre les mains, et pourtant elle produit plus que des paroles, et accomplit

d'avantage que les mains ne le pourraient sans son aide. Il y a une influence subtile, qui entoure chacun de nous, et par laquelle les hommes bons ou mauvais sont reconnus de suite, en sorte que leur présence affecte même les aveugles.

Il existe une atmosphère spéciale appartenant aux divers tempéraments, qui peut être représentée sous la forme d'un oeuf, si l'on veut, variant en couleurs, et qui entoure chaque être; quoique invisible, on la sent, c'est un fait dont nous sommes quelquefois conscients, mais dont nous ne possédons pas une connaissance approfondie et positive.

Il y a un sens psychique que nous connaissons sous le nom de Sympathie entre deux personnes et qui est d'un tel caractère extraordinaire qu'il se fond en télépathie, magnétisme personnel. Il peut être illustré par l'exemple de deux jumeaux qui ont été séparés par des milliers de lieues, et qui ont été pourtant conscients de la mort ou du danger qui menaçait l'un d'eux.

Des avertissements du même caractère, à part le fait qu'ils sont relatés dans la Bible, sont trop fréquents pour être rejetés comme de simples « effets d'imagination ». En premier lieu, il n'y avait aucune raison d'inventer de telles histoires, et on ne voit pas beaucoup comment l'idée de les inventer en serait venue, à moins qu'elles ne soient fondées sur des faits. Plus le sujet du magnétisme est étudié, plus il est évident que l'homme, étant donnée la nature de son organisation complexe, communique avec deux mondes : le monde intérieur, et le monde extérieur.

Le moins connu de ces deux mondes est celui qui se trouve dans l'homme, avec toutes ses merveilleuses possibilités de penser, de sentir, et avec la connaissance qu'il a de cette vie et de la vie future, aussi n'osons-nous pas dire que toutes les histoires relatées plus

haut soient de pures inventions des esprits superstitieux. Le magnétisme humain, compris dans son vrai sens, élargit nos connaissances et nous révèle davantage du monde qui se trouve au dedans de l'homme; nous ne pourrions jamais le faire sans son aide. Cette raison seule suffirait à rendre ce sujet digne d'une étude sérieuse et approfondie.

Le don de sensibilité

Le don de sensibilité est la caractéristique d'un état nerveux raffiné, et toutes les personnes qui en sont douées font d'excellents sujets pour recevoir les effets du magnétisme personnel; si de telles personnes tombent malades, elles peuvent être guéries par ce moyen. La sensibilité est un don naturel particulier à un tempérament sain et nerveux. Journallement, nous entrons en contact avec des personnes qui sont tellement sensibles à ce qui les entoure qu'elles sont même affectées par l'atmosphère journalière, et même par les pensées non exprimables, qui animent l'esprit de ceux avec lesquels elles sont en contact. L'air même qu'elles respirent devient pour eux un réservoir de science duquel elles font dériver toutes sortes d'informations, concernant soit le passé, soit le présent et l'avenir. Cet état d'esprit est plus fréquent dans la vie journalière que nous ne le pensons.

Toutes les personnes sensibles sont affectées par ce pouvoir magnétique, et par les pensées des esprits invisibles. Ces esprits peuvent être des intelligences supra-terrestres, ou ils peuvent encore être sous une forme humaine. On a pu affirmer que « tous les artistes, poètes, orateurs, professeurs et réformateurs ont possédé le don de sensibilité ». C'est par cela qu'ils se sont élevés au-dessus du monde de l'esprit, et qu'ils ont reçu des impressions des

« Esprits gouverneurs », et le flux de leur improvisation leur est venu de l'Invisible au Visible; le feu intérieur s'est manifesté à l'extérieur.

Quelques personnes ont cultivé ce don qui est d'une grande valeur, et cela a été à leur grand avantage. Il y a cependant certains gens parmi nous qui possèdent ce pouvoir mais qui le considèrent comme un malheur, et qui disent constamment: « Je suis trop sensitif, vous savez. »

Ces personnes ne savent pas la valeur de ce qu'elles possèdent; au lieu de le considérer comme un don, elles le considèrent comme une affliction; cela provient entièrement de leur ignorance. Si elles en pouvaient comprendre la nature, et la puissance que ce don pourrait avoir sur elles et sur les autres, elles l'estimeraient au-dessus de tout, et feraient tous leurs efforts pour le cultiver et l'augmenter.

COMMENT IL FAUT FAIRE

Après avoir considéré ce qu'est le magnétisme personnel et les bons effets qu'on en a retirés dans des exemples innombrables, il nous reste maintenant à étudier les méthodes par lesquelles nous pourrons le mettre en pratique pour nous-mêmes et pour d'autres. Il faut d'abord nous mettre dans un tel état, et dresser ainsi notre esprit, que nous soyons capables de faire sortir le meilleur de notre esprit; il faut ensuite nous commander nous-mêmes de manière à pouvoir exercer une influence sur d'autres en les commandant.

La base est la pensée

Cela ne sera pas autre chose que le magnétisme personnel. La base en est la **PENSÉE**. L'homme est tel qu'il le *pense*. Nos pensées créent nos conditions. De vraies conditions arrivent par de vraies pensées; de nobles conditions par de nobles pensées, et pas autrement.

Pensez toujours à ce qui est vrai, honnête, juste, pur, beau; pensez à des vertus s'il y en a, à des éloges si on peut les faire. C'est ainsi que l'on nous ordonne de faire, et Celui qui nous l'ordonne le proclame comme principe fondamental de l'hygiène mentale, à laquelle on ne peut contredire.

Par les voies de la pensée pure, pensez pour savoir comment vivre, pensez à la vérité, à ce qu'elle veut dire, pensez à l'harmonie et à la santé; tenez-vous bien à de telles pensées, et le résultat en sera un grand réveil à une vie nouvelle de paix, de bonheur, de contentement et de tranquillité.

Si nous avons des pensées de haine, il en résultera des conséquences graves, non seulement pour l'esprit mais aussi pour le corps, car des pensées et des méditations craintives tourmentent et affligent les individus au point qu'elles culminent en des troubles corporels. La haine apporte la maladie et les douleurs. Un penseur absolument pur ne peut avoir de maladies.

Quand nous serons capables de penser sans haine, et sans la pensée qui accompagne toujours la peur, nous atteindrons un point où nous gagnerons tous des forces merveilleuses et des pouvoirs qui affermiront toutes nos forces anciennes, et qui leur rendront même une vie nouvelle; nos possibilités seront alors sans limites, et il n'y aura pas d'arrêt à notre progrès; nous continuerons à amasser toujours des forces nouvelles, et serons capables de fortifier celles que nous possédons. Notre développement sera ainsi sans limites.

La force créatrice de l'Univers est dans chacun qui pense justement, et quand nous reconnaissons cette force comme le « Moi », nous nous plaçons dans la juste voie pour recevoir et pour exprimer les éléments les plus parfaits de la vie, et pour faire le travail que notre cerveau et notre corps sont spécialement adaptés à exécuter.

Concentrez vos pensées

La première chose que vous avez à faire est de concentrer vos pensées, ce qui veut dire de les mettre dans une ligne fermement

dirigée. Quand votre pensée se met en route, tenez-la fermement; quand elle commence à errer, ramenez-la au point d'où elle est partie. Pensez par exemple à une Ligne de poésie qui vous intéresse, car sans cet intérêt la tâche vous ennuiera bientôt et deviendra monotone.

D'abord cela peut sembler un peu ennuyeux, car il est difficile de résister au travail de l'esprit par simple détermination, surtout dans le cas où l'esprit avait l'habitude d'errer à sa guise quelquefois par le vaste monde. Mais ne vous découragez pourtant pas. Continuez l'exercice plusieurs fois par jour, à des intervalles convenables, et vous deviendrez bientôt maître de votre pensée; la lutte sera alors gagnée à moitié. Une autre méthode recommandable est de rester assis pendant une demi-heure ou moins et de regarder quelque objet brillant, une tache de lumière par exemple, sur un fond sombre, et d'induire en vous de telle manière une espèce d'automesmérisme.

Une prouesse de mémoire

En racontant son expérience, un homme très versé dans cette matière la décrivait ainsi: « La manière d'agir par laquelle j'ai réussi était de rester assis droit sur une chaise sans en toucher le dos, et de regarder avec une fixité intense un objet lumineux, les pieds unis, les mains sur les genoux, les paumes en l'air, les yeux fixés avec une ardeur intense sur quelque objet placé en haut ou sur un point fixe, et de retenir les mots d'une ligne de poésie avec *toute* la ferme volonté dont j'étais capable. Après avoir retenu ma respiration pour un moment, je la faisais ressortir lentement, et je répétais cela plusieurs fois jusqu'à ce que la période de temps donnée soit finie.

« A force d'expérience vous arriverez à obtenir un commandement sur vos pensées et à renfoncer votre volonté.

Exécutez aussi souvent que possible cette expérience pendant le jour. Mais des expériences de concentration sont surtout indispensables le soir et le matin. Il sera très utile de commencer et de finir la journée par une telle concentration de pensée.

« Quand la journée est terminée, cessez d'y penser. Ceux qui mènent une vie sage et suivent les mœurs doivent avoir le souvenir en horreur. Vous avez fait ce que vous avez été en état de faire, vous avez peut-être commis quelques erreurs et quelques absurdités, mais tâchez de les oublier sitôt que vous le pouvez. Le lendemain est un jour nouveau; il vous faut le commencer sérieusement et bien, et dans de trop bonnes dispositions pour vous laisser encombrer de vos anciennes sottises. Le jour d'aujourd'hui doit être pour tout ce qui est beau et juste, il nous est trop cher et trop appréciable pour que nous perdions un seul instant à penser à la veille. »

Le matin, après vous être réveillé d'un sommeil réparateur, avant que les soins et les affaires n'aient eu le temps d'engager votre esprit, contemplez, pensez bien et généreusement, et vous serez alors bien préparé pour faire votre devoir de tous les jours, de manière à n'être pas oppressé par les mille et un obstacles qui se trouvent sur le chemin de la vie de chaque jour, et qui, si petits qu'ils soient, sont toujours assez grands pour vous fatiguer et pour vous tourmenter.

Cultivez l'intelligence du cœur

Que la lumière de l'Ame Divine brille dans le miroir de vos yeux, et y éveille tout ce qu'il y a de meilleur. Tâchez de devenir maître de vos basses passions et de vos désirs d'une nature inférieure qui essaient souvent d'exercer sur vous une influence funeste au détriment de votre bien-être.

Tâchez d'amasser autant de connaissances que possible, mais cultivez surtout l'intelligence du cœur. On peut y arriver en consacrant sa vie à un grand objet, et en vivant pour un idéal élevé. Que vos pensées soient des meilleures; l'esprit s'enrichit de ce dont il se nourrit. Le pessimiste prédit le mal et l'attend, le mal arrive sûrement.

L'optimiste attend et cherche toujours le mieux, et il n'est pas long à arriver. Le cœur est la raison subjective, et votre esprit réalisera sans doute tout ce que vous pouvez lui suggérer et lui faire croire. Les bonnes pensées chassent toujours les mauvaises et les impures. Tâchez de changer vos pensées : on peut y arriver par la persévérance et l'exercice. Rome ne fût pas construite en un jour, et un esprit bien ordonné ne pousse pas aussi vite qu'un champignon, mais la force magnétique que chacun possède peut accomplir l'œuvre désirable, et elle peut faire des miracles si on l'applique juste comme il faut.

Évitez l'ennui

Évitez surtout l'ennui : on a dit (et c'est tout à fait vrai) que l'ennui a tué plus d'hommes que le travail le plus pénible, car il consomme beaucoup plus de forces vitales que le travail. Tâchez de faire de votre mieux pour l'empêcher de s'enraciner dans vous, et même d'y venir pour un moment: de cette façon votre vie sera plus saine, plus heureuse et meilleure.

Mais tout cela peut être obtenu par la faculté de nous maîtriser, c'est-à-dire après avoir gagné le pouvoir de soumettre et de diriger nos impulsions et nos sentiments. Cela fait, il nous reste à conquérir la pensée et la parole, et finalement à obtenir un commandement sur

tous les organes volontaires de notre corps, de manière à diriger consciemment tous nos mouvements par la volonté. Cela accompli, il faut alors se faire un caractère, car c'est là la vraie essence de l'existence humaine.

Forgez votre caractère

Le bien qui existe dans le cœur humain, c'est le caractère. Quand l'homme n'arrive pas à le créer, il n'arrive pas à accomplir le dessein et le but de son existence. Mais par caractère, nous pouvons désigner la faculté de sentir, penser, parler et agir justement. C'est cela qui constitue le caractère. Pour le former, il est nécessaire d'employer toute la force magnétique et toute l'énergie que l'homme possède. Aucun découragement ne doit se faire sentir.

Si prodigieuse que la tâche puisse paraître, elle peut pourtant être accomplie: elle nous demandera un travail dur et persistant; petit à petit, par des efforts constants, pas à pas, nous y arriverons; c'est dans notre pouvoir que chacun ait confiance en sa propre habileté et en sa force innée.

Les qualités par lesquelles l'homme réussit sont toujours : un esprit ayant confiance en soi-même, du courage, du zèle, de la détermination, et un effort constant combiné avec un grand idéal. Ces qualités cultivées, ajoutées les unes aux autres, renforcées jour par jour, nous avançons pas à pas, laissant les ténèbres et nous dirigeant vers la lumière en ouvrant des perspectives de sincérité et de paix et en nous ramenant enfin au repos.

Après nous être beaucoup occupés de ce que le magnétisme peut

faire pour l'individu, il nous reste à considérer et à définir ce que notre magnétisme personnel peut accomplir pour les autres.

Ceux dont la vie est pure, et qui ont obtenu les conditions exposées dans les pages précédentes, sont naturellement plus ou moins capables de guérir les maladies. Partout où ils vont, ils soulèvent des vibrations de santé. Il n'y a pas besoin que les pensées soient lancées ou que des mots *soient prononcés*, ni que n'importe quoi soit fait — ils purifient l'air par leur présence seule, car elle est rafraîchissante, ranime tous ceux avec qui ces hommes-là viennent en contact, et elle leur est utile.

Dans la vie sociale, dans la vie ordinaire, et dans les affaires, partout leur présence même éveille de nouvelles espérances et crée de nouvelles inspirations, consolant les découragés, encourageant les travailleurs et apportant des rayons de lumière dans la vie monotone et ennuyeuse de chaque jour.

Notre entourage répond à notre attitude mentale

C'est un fait reconnu que nous attirons des gens ou que nous les repoussons par l'attitude mentale que nous prenons auprès d'eux. Notre entourage répond à nos attitudes mentales; le résultat en est vite manifesté.

Quelle force merveilleuse peut-on trouver dans un sourire! Quand nous rencontrons les yeux d'une personne nous ressemblant, quels sentiments se réveillent alors en nous, et que de vibrations sont alors mises en mouvement!

C'est la vraie reconnaissance qui doit passer d'âme en âme constamment dans notre vie. Les enfants, dans les sociétés simples

et rustiques, pratiquent inconsciemment, involontairement cette reconnaissance. L'humble paysan européen du nord la connaît lui aussi; et partout où on la pratique, sous la forme des, saluts perpétuels de droite à gauche, qui se font entre les étrangers quand ils passent le sourire aux lèvres, elle a la force de la lumière magique du soleil.

On peut voir clairement la force magnétique, mais on ne peut pas la comprendre.

Comme une illustration, le fait suivant nous montrera que la force existe réellement:

Le célèbre pianiste Hoffmann fut interviewé, et parmi les questions posées, on lui demanda s'il jouissait de l'exécution de ses propres oeuvres. Il répondit: « Oui, certainement, pourvu que j'aie un bon auditoire. Dans chaque audience, on peut trouver parmi la foule une centaine de personnes qui savent, qui comprennent, qui sentent et qui sympathisent »

On lui demanda alors comment il pouvait distinguer ce petit groupe quand tout l'auditoire semblait également attentif et applaudissait avec la même ardeur. Sa réponse fut la suivante: « Mes amis, vous demandez trop, je ne le sais pas. Personne ne sait comment la communication se fait, mais elle se fait, cela est évident et aussi réel que le message que vous recevez par fax.

Ce n'est pas ce qu'ils font ou disent, ces gens qui savent et qui comprennent, qui m'est une aide, c'est ce qu'ils sentent. Entre eux et moi, un courant est formé, ils me donnent une force que je leur rends; ils me la retournent, je la leur rends encore une fois multipliée, et, ainsi, nous continuons les actions et les réactions, de même que l'armature et l'aimant multiplient la force du courant électrique dans la dynamo.

Sans l'aide que l'on reçoit ainsi, aucun artiste n'arrive à la perfection, et aucune somme d'enthousiasme simulé de la part de gens qui ne comprennent, ni sentent, ni sympathisent réellement, ne peut en compenser l'absence. »

Peut-on exercer notre force magnétique sur n'importe qui ?

En étudiant ce sujet, deux questions surgiront dans l'esprit de ceux qui y pensent sérieusement. La première est: Sommes-nous capable d'exercer notre force magnétique sur n'importe quelle personne? La seconde: Est-il nécessaire qu'il y ait consentement de la part de la personne pour que nous puissions faire usage de la force que nous sentons posséder?

On a constaté que certains individus seulement sont capables d'être influencés par le magnétisme personnel et que cela ne dépend pas toujours de la volonté de ceux sur lesquels nous voulons exercer notre influence, car la plupart des individus sont plus ou moins influencés par la suggestion mesmérisme.

Nous pourrions donner des exemples multiples pour l'illustrer, mais un exemple suffira. Une des caractéristiques de l'humanité est la tendance à l'extrême crédulité. Nous savons tous jusqu'à quel point des personnes se laissent influencer par les idées des autres; il n'y a pas de doute que l'attente d'un effet psychique rende même à le faire naître.

Un monsieur se plaignait à plusieurs reprises à son domestique de la position dans laquelle le paillasse était posé près de la porte de son cabinet de travail. Il faisait sombre dans le couloir,

et il était exposé à se heurter quand le paillason n'était pas placé absolument à plat.

Par négligence peut-être, le domestique oublia maintes fois de suivre les recommandations de son maître. Or, un jour, le maître en rage lui ordonna d'enlever le paillason et de ne plus le remettre. Le jour suivant il se heurta encore une fois devant la porte; il appela immédiatement le domestique et lui demanda la raison de sa désobéissance par rapport à l'enlèvement du paillason.

Le serviteur protesta et déclara que l'ordre avait été exécuté, que le paillason avait été enlevé et n'était pas remis à nouveau. Et c'était vrai. Nous avons ici un exemple évident de suggestion automesmérique. La porte et l'obscurité étaient toujours associées dans l'esprit du maître avec le paillason et avec la difficulté pour avancer, et cela fut la cause de son émotion.

LA FORCE DE LA PENSÉE

Qu'est-ce que c'est que la pensée ?

Plusieurs écrivains ont répondu à cette question de différentes manières.

« La pensée est la forme vibratoire du mouvement de l'Ether. L'esprit répond aux vibrations d'une certaine sorte d'Ether. Quand cet Ether vibre cuire un objet et notre esprit, la pensée surgir. La pensée est un mouvement vibratoire dans le cerveau (impliquant l'acte d'évoquer et de comparer les impressions du passé et du présent et la formation des images éthérées des objets de la pensée) qu'une cause extérieure ou intérieure a provoqué, qui a comme point de départ et comme centre le cerveau, et qui influe plus ou moins fort sur l'Ether environnant, en formant des images claires ou vagues en proportion avec la force de concentration du penseur.

« La pensée est la concentration d'énergie dans la substance de l'esprit, comme le tourbillon est une concentration d'énergie dans l'eau; une fois créée, cette pensée devient une chose, une entité séparée, et ressemble à un tourbillon de fumée en cercle qui, une fois formé, peut être transporté de place en place.

Un tourbillon de pensée peut être produit dans la substance

de l'esprit par des courants mis en mouvement par d'autres tourbillons de pensée (des raisonnements) ou par des vagues de l'esprit (émotions, désirs). Il peut être aussi amené dans l'esprit objectif par les organes des sens ou par les phases subconscientes ou superconscientes de la pensée.

« La pensée est une force créatrice qui vibre dans l'esprit et qui, inévitablement, se forme en proportion avec la force de l'esprit qui en use consciemment ou inconsciemment. Elle se présente à l'individu sous la forme des désirs accomplis, conformément à la force d'attraction par laquelle elle est attirée en avant.

« Partant toujours de l'esprit central, pénétrant dans l'Univers créé et y volant partout, le grand Océan de la force d'Ether se forme, avec les vagues et les vibrations que nous appelons la pensée.

« Et c'est cela qui est l'expression de la vie dans l'esprit qui enregistre toujours ces vibrations en les transmettant dans la faculté d'imager mentalement des Idées qui deviendront ensuite des mots et des actes. »

La pensée est une force, ou en d'autres termes une manifestation d'énergie qui a une faculté d'attraction et une force d'union. Elle est aussi *bien* une loi dans le monde spirituel que la gravitation en est une dans le monde physique, et dans sa sphère propre, elle est aussi puissante que la force qui attire les objets à la terre et tient ensemble les différents atomes du monde physique.

La pensée attire ce que nous désirons ardemment

Toute pareille à cette force de gravitation est la pensée, elle

agit exactement de la même manière, attirant vers nous les choses que nous désirons ardemment et que nous cherchons, unissant nos idées et les tenant ensemble et menant à bonne fin nos plus profondes espérances, nous rendant capables d'atteindre le but pour lequel nous luttons. C'est une chose fort étrange que cette grande loi soit si peu comprise. Le monde de la pensée est gouverné par cette force d'attraction toute puissante et l'étude et la considération de ses effets seront d'une utilité immense pour celui qui les entreprendra.

Quand nous pensons et que nous nous demandons ce que c'est que la pensée, nous ne savons quoi répondre. Nous savons bien qu'il existe une telle faculté et que chacun l'a, mais quelle est cette faculté et comment elle agit, cela est un mystère pour la plupart d'entre nous.

Quand nous examinons la question, nous trouvons que dans l'acte de penser, des vibrations ont lieu, quoique nous ne puissions les voir, ni entendre, ni goûter, ni toucher, ni sentir. Il y a pourtant des gens qui ont une sensibilité extrêmement forte et qui déclarent avoir vu de temps en temps ces vibrations de la pensée, et il y en a beaucoup d'autres qui les ont senties lorsqu'elles émanaient de ceux avec qui ils étaient en communication; il y avait une sorte de télépathie entre les âmes de même espèce.

Nous ne pouvons pas nous empêcher de citer le savant éminent, Professeur Gray, qui dit:

« Il y a grande matière à spéculation dans la pensée qu'il existe des ondes sonores qu'aucune oreille humaine ne peut entendre, et des ondes de couleurs et de lumière qu'aucun oeil humain ne peut voir. Le long espace muet et noir entre 40.000 et 400.000.000.000.000 vibrations par seconde et l'étendue infinie au delà de 700.000.000.000.000 vibrations par seconde, où la lumière

cesse d'exister dans l'univers des mouvements nous rendent capables de nous livrer à cette spéculation. »

C'est un fait établi que nos ondes de pensées nous affectent et ont une influence sur nous et sur ceux avec qui nous sommes en rapport; elles attirent vers nous les pensées des autres et nos pensées à nous se communiquent à eux et ont sur eux la même influence et la même force qu'elles ont sur nous-mêmes. De quelque nature qu'elles soient, elles firent des autres des pensées du même caractère. Ainsi des pensées d'amour, de haine, de colère, etc., que nous éprouvons et qui vibrent en nous, causeront à leur tour des vibrations de même nature dans le cœur des autres avec qui nous sommes en contact, qu'ils soient près de nous ou loin. Car c'est un fait indiscutable et qu'on ne peut pas nier que « des choses pareilles s'attirent ». Dans le monde de la pensée, qui se ressemble s'assemble. A peine peut-on même estimer la somme d'influence qu'une personne exerce sur d'autres.

Quand une personne est d'un naturel gai et tendre, cela se fait sentir dans ses paroles et dans ses manières; tous ceux avec qui elle est en contact, soit dans les affaires, soit dans la famille ou dans la société en général, le sentent: son bonheur brille dans ses yeux, on le sent dans sa conversation, on le voit dans ses actes, dans les grands aussi bien que dans les petits; ce bonheur est contagieux et vous emporte avec une force qu'on peut sentir, il n'est d'aucune manière passager.

Les paroles de cet homme, ses regards et ses manières trouvent une place dans les âmes et les esprits des autres, évoquant des vibrations de la même nature et les mettant en mouvement, et ces vibrations à leur tour agissent sur d'autres; elles sont aussi semblables à des cailloux jetés dans un lac, qui font des cercles se multipliant jusqu'à ce qu'ils atteignent la rive d'en face. De même, si

au lieu d'amour et de bonheur, de la haine et du mécontentement mettent en action les vibrations de l'esprit, de la misère et du malheur en résulteront. D'autres qualités agiront aussi dans leur manière particulière, évoquant toujours des sentiments semblables chez d'autres personnes.

C'est ainsi qu'on verra que la force de la pensée est une matière d'une grande importance, car chaque personne est en état de faire sa vie quotidienne selon son désir dans une large mesure, parce qu'elle peut arranger de telle manière son entourage.

Les lois de la pensée

De même une personne ayant un contrôle parfait sur son esprit et qui comprend bien les lois de l'attraction de la pensée est en état de contrôler ses propres sentiments et de maintenir le calme dans son âme, de manière à ne point être dérangée ou affectée par le tumulte qui l'entoure, si grand soit-il, comme si elle ne le voyait ni entendait; elle est capable de suivre le cours aplani de son chemin pendant l'orage, si grand soit-il, calmement et paisiblement, quelque déchaînés que soient les éléments de la nature.

Si nous avons affaire à une personne d'une disposition d'esprit peureuse, les Lois de la Pensée agiront de la même manière: elle a peur de ce qui peut arriver, et évoque ainsi dans son esprit ce qui n'était que possible qu'il arrivât; des vibrations du même caractère se font alors, graduellement, la chose redoutée aura lieu sûrement, et ce qui lui faisait tellement peur arrivera dans sa vie malgré qu'elle ne l'ait désiré ni cherché; la même Loi la gouverne exactement comme si elle le désirait avec ardeur; le même principe agit de la même façon dans les deux cas, car bien que redoutée, la chose était attendue, il n'y avait pas de lutte contre elle, et si l'on avait lutté, le

résultat aurait été tout à fait différent. Les lois de la pensée doivent être étudiées: nous voyons clairement par des faits jusqu'à quel point la vie de chaque individu peut être heureuse ou gâtée grâce à l'action de ces lois.

L'homme qui est résolu, qui a de la confiance en soi-même et est conscient des forces qu'il possède, qui a de la volonté et qui sait en faire usage, cet homme-là se frayera sûrement un chemin dans la vie et dans le monde.

Tout ce qu'il touche devient de l'or pour ainsi dire; il est le succès personnifié et on le considère comme un être né sous une bonne étoile; la fortune guette tous ses pas, le bonheur est son esclave empressé: il fait envie à tous ses amis et à tout le monde. Mais on ne lui attribue pas son succès, on ne croit pas que ce soit grâce à sa propre résolution que la vie lui est si agréable et si facile; on n'admet pas qu'il ait forcé les circonstances de la vie à lui céder, lui obéir et l'aider dans ses entreprises innombrables, par la force de sa volonté résolue.

Et pourtant cela a été ainsi. Il décida et définit du commencement la ligne de sa conduite, et il a employé toute la force de sa volonté et de sa pensée, qu'il sentait vivre en lui, pour réaliser son désir; il adopta comme règle de sa vie ces deux simples mots qui veulent dire beaucoup: ***Je veux.***

Et dès lors il continua son chemin, ne perdant pas de vue son but, ne considérant pas autre chose. Que les nuages se rassemblaient menaçants dans le ciel, que les difficultés fussent grandes comme des montagnes, il ne perdait pas courage et poursuivait son but, sûr que les nuages se dissiperaient et que les difficultés seraient surmontées.

D'autres personnes en ont pris note quand il marchait en avant

sans tourner ni à droite ni à gauche, mais marchant toujours droit quoiqu'il ne vit pas la fin et ne s'approchât du but qu'apparemment. Il attirait vers lui la sympathie de plusieurs personnes. Les vibrations de sa propre force mentale ont mis en mouvement celles des autres hommes et par cela il a montré les merveilles de la force de la volonté et a donné un exemple de la force de la pensée: d'autres ont été amenés à penser ainsi qu'il pensait, lui; ainsi des pensées ont été mises en mouvement dans beaucoup d'esprits agissant en unisson avec sa pensée à lui et réalisant ainsi les choses merveilleuses que l'individu ordinaire se plaisait à considérer comme de la fortune ou de la bonne chance et à les nommer ainsi.

Mais en réalité, comme nous l'avons vu, cela n'était que le résultat de sa détermination agissante et fixe qui ne perdait jamais de vue le but à atteindre. Il se frayait son chemin parmi des montagnes et des vallées sans faire attention à ce que les autres en disaient, ne demandant pas d'encouragement et ne faisant pas cas des dépréciations de la foule.

On fait son propre malheur

Mais il est tout à fait possible de faire usage de cette force de la pensée dans une mauvaise direction, et alors le malheur en résultera. Il est utile de mettre des vibrations en mouvement, mais il faut faire attention qu'elles soient bonnes par leur direction, par leur caractère, car, quelles qu'elles soient, elles évoqueront toujours des vibrations qui leur sont semblables. Supposons qu'une personne se lève avec des pensées d'échec, de difficultés et de chagrin: les autres pensées de la même nature seront bientôt attirées, elles s'uniront et augmenteront alors le trouble et l'inquiétude, rendront plus intense la

difficulté sentie, ajouteront au fardeau et feront grandir la peine heure par heure et jour par jour.

Que chacun à son réveil rassemble la force de ses pensées et qu'il commence la journée avec des idées heureuses, des sentiments joyeux, une pleine détermination de ne voir que le côté plaisant des choses. Qu'il ne cherche à trouver que les plis argentés de chaque nuage de manière à n'en voir que l'intérieur. Levez-vous ainsi bien intentionné et vous verrez bientôt que tout l'air est plein d'harmonie, que des sourires se montrent partout, et que chaque pas à faire est encore plus facile que celui que l'on a déjà fait.

De nouvelles vibrations ont été mises en mouvement, tranquillement d'abord; elles sont devenues ensuite plus fortes et plus vigoureuses de manière à se montrer dans des actes définitifs, laissant sentir partout leur présence. Ainsi nous voyons que tout dépend de la manière dont on fait usage de la Force de la Pensée.

Elle forme une force que chaque être vivant possède, mais l'usage que l'on en fait dépend de l'habileté et de la connaissance de chacun.

Accomplir des choses qui semblent presque impossibles

Qu'une personne sache seulement la valeur de cette force de la pensée et ce qu'elle est capable d'accomplir et cela suffira sûrement pour qu'elle se prenne à étudier les lois qui la régissent, de manière à arriver à faire tout ce qu'elle désire et à accomplir des choses qui, à première vue, semblent presque impossibles. Tout ce qu'on entreprend doit être fait sérieusement, sans la moindre hésitation; car celui qui hésite est perdu, il n'arrivera à rien faire, et il rendra

sa vie pleine de regrets; regardez toujours en avant, et non pas en arrière. « Que les morts s'occupent des morts. »

Vivez et occupez-vous seulement de la vie présente du cœur qui est en dedans de vous-même, et de Dieu qui est au-dessus de vous; de cette façon vous accomplirez beaucoup; votre vie sera comme une existence sainte, vous aurez le ciel sur la terre. Débarrassez-vous du démon de la Peur qui a dominé trop longtemps les cœurs humains; montrez-lui un front intrépide auquel il ne pourra résister, et aussitôt il disparaîtra tout à fait de votre vie.

Tout cela ne peut être fait d'un seul coup, il faut y arriver petit à petit. Que personne ne se décourage, qu'on persiste, chaque effort nouveau sera plus facile que le précédent; faites le premier pas, vous amasserez de cette façon de la vigueur pour le pas suivant et vous continuerez chaque jour jusqu'à ce que vous trouviez qu'il vous est plus facile d'aller dans le bon chemin que dans le mauvais.

Il y a dans la nature humaine bien des choses qui tendent toujours à prendre la direction contraire, et il faut réagir contre cette inclination par la force de la volonté qui, une fois établie, dirigera toutes les actions et sera la souveraine dans votre vie, de telle manière qu'à la longue, il vous semblera impossible de suivre un autre chemin que le droit. Soyez déterminé dès le début, car tout dépend de cela, et vous trouverez bientôt que les jours de miracles ne sont pas passés, qu'ils continuent à exister de nos jours.

Les miracles que nous voyons ne sont nullement l'effet d'une cause surnaturelle

De plus, ces miracles que nous voyons ne sont nullement l'effet d'une cause surnaturelle, ils ne sont que le résultat de la force qui se trouve en nous-mêmes, de cette force merveilleuse dont les capacités

sont si peu connues de nous et encore moins comprises. Mais cette force existe et elle a besoin d'être développée et approfondie.

Chaque homme a la faculté de marcher, mais quand l'homme ne fait aucun effort pour marcher, il reste toujours à la même place. Chacun est capable de parler, mais s'il reste muet et qu'il ne fasse sortir aucun son de ses lèvres, le silence régnera toujours. Il en est de même des forces mentales: elles existent en dedans de nous et attendent qu'on les évoque; elles ressemblent à des instruments qui sont toujours prêts à être employés par le mécanicien habile.

Des désirs forts, une espérance ardente, et une détermination résolue — voilà les instruments de l'esprit; ajoutez-y de la foi et une demande calme de la chose désirée, et vous arriverez à accomplir la tâche, à réaliser votre destinée et à vous affranchir.

Le sentiment puissant de « Je veux » fera des merveilles à condition seulement d'être bien soigné et cultivé. Là où cette force est complètement développée, des géants sont formés, capables d'accomplir toute oeuvre, si grande soit-elle; et chacun de nous pourrait devenir un tel géant s'il prenait seulement connaissance de la force qu'il possède.

Par les forces de la volonté et de la pensée qu'on a fait agir pleinement, on peut obtenir les meilleures connaissances et trouver une satisfaction complète. Pour réussir, il est nécessaire que nous ayons des désirs ardents, et une telle croyance qu'aucun pouvoir ne soit en état de l'ébranler ou de la détruire, une foi qui, au moment même et toujours, soit la claire évidence de l'existence des choses que l'on n'a pas encore vues, mais dont nous nous rapprochons de manière à être capables d'ici peu d'embrasser la substance et d'accomplir l'œuvre commencée.

Nous travaillons avec les instruments de notre esprit, et tandis

que nous sommes engagés dans notre devoir, nous mettons en mouvement la force merveilleuse connue sous le nom d'attraction; par notre travail ardent, nous attirons vers nous de tous les côtés toute chose qui semble pouvoir nous aider dans nos opérations - idées, hommes, circonstances. Ces choses nous entourent tous les jours, et ont une influence sur nous, bien que nous n'en ayons pas tout à fait connaissance au moment où elles exercent leur pouvoir sur nous; elles nous aident matériellement à surmonter les obstacles qui entravent notre chemin, nous poussant inconsciemment et nous rapprochant de plus en plus du sublime que nous nous efforçons d'atteindre. La valeur de cette application persistante ne peut être pleinement appréciée.

Le travail peut être par moments un peu monotone, mais en le continuant joyeusement, ayant en vue toujours et partout le but suprême, sans crainte, ni doute, vous arriverez à le trouver amusant. Ne faites aucune attention aux « mais », « si » et « supposons » que vous imposeront ceux qui se trouvent sur votre passage; ne vous joignez pas à leurs chansons à airs tristes; continuez votre chemin sans y faire attention du tout, conscients de la puissance constante et continue de la force de votre volonté qui se trouve en vous, sûrs que vous êtes capables de tout faire, grâce à cette force créatrice et agissante.

« Je peux le faire » et « je le veux »

Les vibrations sont prêtes à marcher en avant, votre être tout entier est éveillé et la musique sur laquelle vous réglez vos pas est « je peux le faire » et « je le veux ».

Ce sont des gens pareils dont le monde a besoin; les autres ne sont que des brins de paille sur l'océan de la vie, poussés de-ci de-là, par chaque vent des circonstances; n'accomplissant rien pour

eux-mêmes, ne faisant rien pour aider leurs compagnons, il aurait peut être été mieux pour eux de ne pas être nés du tout. Pour faire une oeuvre grande et pour devenir une force, il faut faire le devoir de chaque jour par les moyens que nous avons indiqués, par cela même nous rendant plus forts pour le travail suivant.

Le travail est impératif, on ne peut y échapper qu'au prix de notre péril; le caractère du devoir ne nous importe pas, il peut bien nous sembler inférieur par sa nature, mais cela n'a pas d'importance; si on doit le faire, son accomplissement a autant d'importance que s'il était de la plus grande valeur. Aussi ne faut-il pas juger l'homme par la chose qu'il fait, mais par la manière de la faire.

Fait-il de son mieux? Use-t-il de toutes les forces qui sont en son pouvoir dans la bonne direction ? Voilà les deux questions importantes qui se présentent et exigent des réponses de chaque individu. L'homme existe, non pas pour jouer, mais pour travailler; il se peut qu'il faille lutter, alors il ne faut pas éviter la lutte, mais au contraire, il faut y faire face. Que chacun se dise: Soyons forts, levons-nous, prononçons-nous. Que le travail soit dur, que le jour soit long, il ne faut pas pourtant se laisser abattre; il sera dur de travailler la nuit, mais la joie viendra avec le matin.

Ne vous attardez pas à méditer sur les erreurs et sur les contre-temps. Faites usage de la force que vous avez, le simple fait d'en faire usage vous servira beaucoup; il vous fera tourner votre regard vers le succès décisif et il le détournera des échecs et de tout ce qui peut vous décourager et vous entraver dans votre marche en avant, plus vous aurez de cette force, plus vous la trouverez effective.

Si cela vous est possible, associez-vous avec des esprits qui vous ressemblent; trouvez-vous autant que possible dans la société

de ceux qui croient dans cette loi, car plus il y a d'esprits qui se lient ensemble pour chercher cette force, plus chacun d'eux en recevra, grâce à la coopération dans la demande; de cette manière on s'aide l'un l'autre.

Dès qu'une pensée est tracée dans l'atmosphère des pensées sociales, elle commence à agir, ce qu'elle demande est pris et porté en avant par d'autres forces mentales dans l'atmosphère de la pensée et elles contribuent toutes à la réalisation du caractère demandé. Les pensées agissent et réagissent; si elles sont bonnes, la réaction est bonne, elle aussi; si elles sont mauvaises, elle est mauvaise. Aussi est-il important de penser bien. La force mentale est plus puissante que la force matérielle, les pensées gouvernent le monde, et plus nous faisons attention à ce que les pensées veulent dire, plus nous nous convainquons de cette vérité.

Penser, c'est réfléchir, méditer et s'entretenir avec soi-même; pour faire chacune de ces actions, il est nécessaire de faire un effort de nos facultés mentales. Réfléchir, c'est peser un argument dans notre esprit, de même manière et pour le même but que nous pesons sur les balances quelque article pour en définir le poids. Méditer, c'est devenir susceptible d'envisager les sujets: nous les fourrions et retournons, nous y engageons nos pensées, nous les observons de tous les côtés et argumentons pour et contre, de manière à arriver à une conclusion satisfaisante.

S'entretenir avec soi-même, c'est avoir une conversation avec soi-même, une causerie paisible et calme avec notre âme. Quand nous pensons, nous parlons pour ainsi dire avec nous-mêmes et nous possédons ainsi un langage de contemplation c'est ce langage qui détermine l'expression de notre pensée.

Aussi sera-t-il à notre grand avantage de former ainsi cette

habitude de pensée que nous puissions être sûrs de la réalité de nos désirs. Par une éducation pareille, nous arriverons à nous connaître et à saisir le caractère individuel de la pensée, ce que l'on appelait le « I AM », manière de la pensée, et le résultat s'en manifestera bientôt dans l'action de la vie de tous les jours. Oubliez les « hier », ne regardez pas en arrière, tournez toujours vos regards en avant, la face à la lumière; déterminez-vous de ne voir que le côté brillant de chaque objet; le chercheur ardent est toujours en état de le découvrir. Si nous voulons être libres et sains de corps et d'âme, il faut que nous vivions dans le présent, dans la vie d'aujourd'hui, sentant toujours la présence d'une force invisible, qui se trouve en dedans de nous, une force qui nous amènera au succès complet.

LA VOLONTÉ

L'homme est doué de plusieurs facultés, et la plupart des gens comprennent assez bien, en général, ce que c'est qu'une faculté active. La faculté en elle-même n'est aucunement dépendante de nos sens extérieurs, et nous n'en sommes même pas conscients; on ne la voit pas, on ne l'entend pas, on ne peut la toucher, ni goûter, ni sentir. La connaissance des choses est cette faculté d'esprit à l'aide de laquelle ce dernier a une connaissance immédiate de ses propres actes et de ses opérations. La faculté n'étant pas une opération de *l'esprit*, nous n'en sommes pas conscients. Toute opération de l'esprit est *l'exercice* d'une faculté mentale quelconque, mais nous ne sommes conscients que de l'opération seulement, la faculté elle-même nous reste cachée.

Chacun se rend compte qu'il a le pouvoir de déterminer une chose, quand cette chose ne dépend que de sa détermination. C'est à cette faculté que nous donnons le nom de: *Volonté*. On applique le même terme à la faculté même et à l'acte qui en résulte par l'opération de l'esprit. De sorte que le mot *Volonté* est employé pour signifier aussi l'acte de se déterminer, qui est plutôt le *Volonté*, et est connu comme tel. Le *Vouloir* signifie donc l'acte de *vouloir*, tandis que la *Volonté* est souvent employée pour signifier la faculté de vouloir aussi bien que l'acte même de la volonté.

Mais beaucoup de philosophes ont donné au terme *Volonté* un sens beaucoup plus étendu et cela mérite d'être pris en considération.

Dans les termes « *volonté* » et « *raison* » sont enfermés les passions, les désirs et les affections, par lesquels nous désignons la détermination d'agir ou de ne pas agir, en même temps que tous les motifs et les stimulants de l'action. Il y a même des psychologues qui sont allés jusqu'à classer le désir, l'aversion, l'espoir, la peur, la joie, le chagrin, les appétits, les passions et les affections parmi les modifications de notre volonté, mais tous les philosophes n'acceptent pas cette classification, en démontrant que les motifs de l'action, et la détermination d'agir ou de ne pas agir sont totalement différents les uns des autres, et pour cette raison ne peuvent être classés sous le même nom, ni même être considérés comme des modifications de la même faculté.

Il est évident qu'un acte de volonté doit toujours avoir quelque objet. La personne qui veut, veut toujours quelque chose, et la chose voulue est considérée comme l'objet de son vouloir. On ne peut penser sans penser à quelque chose, on ne peut se souvenir que de quelque chose. Cela nous montre clairement que la volonté doit avoir un objet quelconque, et celui qui veut doit avoir une conception de ce qu'il veut.

La force de l'habitude

Cela fait la différence entre les choses que l'on fait par volonté et celles que l'on fait par instinct ou par habitude. Les hommes et les animaux sont toujours en train de faire des choses sans penser à ce qu'ils ont à faire et même sans en avoir l'intention. C'est l'impulsion aveugle qui les pousse à *agir*, la raison en nous est

inconnue. Beaucoup de choses sont faites par la force de l'habitude, que nous ne pouvons considérer en aucune façon comme des actes volontaires. Par exemple, je ferme les yeux plusieurs fois chaque minute pendant mon travail quotidien, mais je ne me rends compte aucunement que je le fais chaque fois que cela se produit. On pourrait citer beaucoup d'autres exemples, mais celui-là peut suffire.

Continuons l'analyse: l'objet immédiat de la volonté doit être toujours une action à moi propre; c'est cette propriété de volonté qui la distingue des deux autres actes de notre esprit, que l'on désigne par le même nom de volonté, ce qui fait qu'on les confond souvent avec elle; ces deux actes sont le désir et le commandement.

Désir et volonté doivent avoir un objet

Le désir et la volonté s'accordent au moins sur un point: ils doivent avoir tous deux un objet, et il leur est essentiel d'avoir la conception de cet objet. Un accord plus ou moins grand est donc nécessaire entre eux, bien qu'ils diffèrent de diverses façons.

Il faut que la chose que nous souhaitons ou désirons soit définie. Je peux désirer manger, boire ou me guérir d'une maladie qui me fait souffrir, mais dire que je *veux* manger, boire, que je veux me guérir d'une maladie, n'aurait aucun sens, parce que cela ne peut rien exprimer. Cela nous prouve de suite qu'il y a une différence perceptible entre le désir et la volonté.

Cette dernière doit être manifestée par une action qui doit être d'un caractère personnel, tandis que ce que nous souhaitons ou désirons n'est rien en réalité. Je désire que mes amis soient heureux et contents; s'ils le sont, cela ne dépend pas de moi, cela est le résultat de leurs actes à eux. De plus: je peux désirer tranquillement

et paisiblement une chose et cependant ne pas vouloir; c'est pourquoi le désir ou le souhait ne sont que quelque chose qui nous pousse à faire ou à vouloir, mais ils ne sont aucunement le vouloir, car je peux bien me résoudre à *ne pas* faire, ce que je *désire faire*.

Dans bien des cas, le désir ou le souhait est joint à la volonté, et c'est alors que la distinction se perd. Mon commandement peut s'appeler mon désir ou bien ma volonté, mais les deux termes ne sont pas les mêmes, car il existe une grande différence entre eux.

L'objet de ma volonté est une action à moi, mais l'objet de mon commandement est une action de quelque autre personne que je désire influencer, gouverner et diriger. Comme mon commandement est un acte libre, il faut que j'aie la volonté de le donner, mais c'est le désir qui est généralement la raison de cet acte de volonté et le commandement n'est que l'état naturel de ce désir. On peut considérer que le commandement n'est qu'une autre façon d'exprimer le désir que ce qui est commandé doit être fait. Mais cela n'est pas exact autant que je puis désirer sans commander et vice versa.

On peut commander sans avoir aucun désir que le commandement soit exécuté. On peut en trouver des exemples dans l'histoire des différentes nations. Combien de fois n'a-t-on pas enregistré que des gouvernants tyranniques et arbitraires ont donné des ordres cruels à leurs subordonnés, afin de tirer avantage de l'inexécution de ces ordres, ou même afin d'avoir eux-mêmes une excuse valable pour punir les subordonnés ou même pour les exécuter.

Il est nécessaire aussi de comprendre clairement que tous les commandements sont des actes sociaux de notre esprit. Ils ne

peuvent exister sans que nos pensées soient communiquées à une personne capable, possédant des facultés intelligentes; comme il ne peut en être autrement, il va sans dire qu'une telle personne doit exister et être en rapport avec nous-mêmes, sans quoi elle ne serait pas capable de recevoir nos pensées ni nos communications.

Aussi doit-il être évident maintenant que le désir d'une personne et sa volonté ne sont nullement à l'unisson, mais ils sont à part et agissent séparément.

L'objet spécial ou l'œuvre de notre volonté ne doit pas être quelque chose d'impossible, ou au-dessus de notre pouvoir, et *l'accomplissement*, quel qu'il soit, doit dépendre uniquement de notre volonté.

Je peux par exemple désirer voler, mais je ne peux avoir la volonté de le faire, parce que cela est en dehors de mon pouvoir.

D'autres exemples semblables peuvent être cités, qui pourraient démontrer que nous ne pouvons vouloir que ce que nous sommes capables de faire, et ce dont l'exécution ne dépend que de notre volonté. Il y a encore une autre observation très importante à faire: lorsque je veux faire quelque chose tout de suite, je fais en même temps un effort, et la somme d'efforts exercés sera en accord avec le travail exécuté, comme, par exemple, quand nous soulevons des poids, qu'ils soient grands ou petits, l'effort s'accorde toujours avec le poids: un poids lourd demande un effort gigantesque, tandis qu'un poids léger ne demande qu'un effort léger.

Et non seulement dans des matières physiques, mais aussi bien pour les choses mentales, de grands efforts ne peuvent facilement être surmontés; il en résultera toujours des difficultés, et si nous persistons dans nos grands efforts, nous sommes accablés de fatigue, si bien qu'en aucun cas ils ne doivent être ininterrompus.

Si un travail nous demande la dépense d'une grande force, nous appelons cette dépense de force Effort. Un travail que l'on accomplit facilement, et qui ne demande pas une grande dépense de force, n'a aucune signification spéciale, car on n'en sent pas l'effet, de sorte que nous ne nous en apercevons pas: pourtant, ces deux forces sont de la même espèce, elles diffèrent seulement en degré.

Notre esprit doit avoir toujours quelque chose en vue

Quelle que soit la chose à laquelle nous nous déterminons, il est toujours nécessaire qu'il y ait quelque précédent qui nous dispose ou nous incline à telle détermination donnée. Notre esprit ne peut être continuellement indifférent, manquer de motifs ou de raisons pour agir ou ne pas agir, pour travailler d'une façon et non d'une autre. Il doit avoir toujours quelque chose en vue, il doit toujours être gouverné par quelque loi.

Diriger l'action de notre esprit de telle manière ne serait que du travail perdu. Nous serions alors tout à fait passifs, ne voulant jamais faire aucun travail, ou ne nous inspirant pour le faire d'aucune raison d'utilité ou même de raison d'être, bonne ou mauvaise, judicieuse ou non judicieuse.

Tous ceux qui sont doués de quelque force active possèdent aussi certaines règles pour que la force soit dirigée dans la bonne voie, dans celle qui lui était désignée.

Il y a dans la constitution de l'homme des principes d'action parfaitement d'accord avec ses besoins, et il vaut la peine de consacrer une étude pour définir la relation entre ces principes et la volonté et pour savoir comment la volonté est gouvernée par eux.

L'être humain entre dans le monde sans rien connaître, et pourtant, dès le premier moment, cet être doit faire certaines choses afin d'exister.

Par exemple, prenez l'enfant au sein de sa mère, il faut qu'il se procure sa nourriture en tirant le fluide laiteux, et quand il l'a tiré, il faut qu'il l'avale. Ce petit spécimen de l'humanité ne sait absolument rien des lois de succion, et il ne peut pas non plus apprendre comment il faut le faire. Cet acte est intuitif; l'enfant ne sait ni le « pourquoi » ni la raison de ce qu'il fait, il ne connaît pas la nécessité de le faire, ni les conséquences fatales qui pourraient avoir lieu s'il ne le faisait pas.

Nous pouvons donc affirmer que cet acte n'est pas conscient, ce n'est rien autre qu'un acte instinctif. Cet instinct n'est nullement particulier à la vie d'un enfant, il nous accompagne toujours dans la vie, qu'elle soit longue ou courte. Si une personne place sa main accidentellement sur le feu, elle ne considère pas ce qu'elle a de mieux à faire, mais elle retire tout d'un coup sa main du danger. L'action est faite dans un moment.

L'instinct

C'est cela que nous appelons l'instinct. On pourrait facilement se rappeler d'autres cas qui montreraient que beaucoup de choses ne sont faites que par instinct ou par habitude, et ne dépendent ni de notre considération, ni de notre volonté, qui seraient, elles, le résultat de notre jugement.

Je dois manger pour vivre, mais quoi ? manger combien de fois? Et, quand cela ne me demande pas de raisonnement, je n'en ai pas besoin, la nature même me guide et me dirige. Je suis doué de ce

que l'on appelle appétit, qui répond, lui, à toutes les questions, de sorte que je n'ai besoin d'aucune connaissance pour me guider. Je possède naturellement certains principes d'action pour suppléer à l'insuffisance ou au manque de connaissance et en même temps et de la même manière, je possède des principes d'un autre caractère pour suppléer à l'absence de sagesse et de jugement.

Tous les êtres humains, qu'ils soient sages ou fous, vertueux ou vicieux, ont des désirs, des passions et des affections; celles-là sont communes à tous, non seulement aux humains, mais aussi aux êtres bruts. Nous pouvons bien l'observer sur nos animaux domestiques, comme le chien et le chat. Ces principes-là agissent si fortement sur les êtres humains que chacun est capable d'accomplir les travaux durs et pénibles de la vie quotidienne par ses propres moyens, sans avoir le moindre besoin d'apprendre et d'acquérir des connaissances.

Pour illustrer notre pensée, nous pourrions le comparer un navire sur le grand océan, loin de la terre, qui ne quitte pas la direction voulue tant que le vent est favorable, ne demandant ni l'attention ni l'habileté des marins à son bord; leurs connaissances maritimes ne sont pas utilisées. Mais quelquefois, poussés par l'affection ou par la passion et sans être guidés par le jugement, les êtres humains donnent une impulsion à leurs actions, qui peut être forte ou faible.

Dans les actes qui découlent de l'affection ou de la passion, l'individu est en partie passif et en partie actif, et c'est pourquoi ces actions sont attribuées à la passion. Quand l'affection ou la passion sont d'une telle force qu'il est impossible de leur résister, on en conclue tout de suite que l'action ne peut être imputée à l'individu.

Les habitants de nos maisons d'aliénés ont leurs appétits et leurs passions, mais ils n'ont pas la force de se gouverner eux-mêmes, de sorte que beaucoup de leurs actions exécutées dans un accès de folie ne leur sont pas imputées, mais attribuées seulement et entièrement à la maladie dont ils souffrent, car ils en sont esclaves. De même, les membres de la création brute n'ont pas de principes élevés pour réfréner ou diriger leurs appétits naturels, leurs désirs et leurs passions, de sorte que tous leurs actes, de quelque caractère qu'ils soient, ne sont pas soumis à des lois morales, et ils ne sont responsables ni de leurs actions, ni de leur conduite.

Il n'est nullement rare qu'une impulsion, ou une passion plus forte, s'oppose à une autre de moindre force, et dans ce cas, il peut y avoir de la résolution et de l'action, mais le jugement manque entièrement. L'effet de ce principe est démontré par l'exemple que nous donne un chien affamé, quand son maître place devant lui par terre un plat de viande, et qu'il le guette, le fouet à la main, et le force par la parole et par le geste à comprendre que s'il ose toucher à la viande, il recevra une raclée retentissante.

L'animal comprend fort bien l'état des choses, car il regarde tour à tour le morceau tentant, et son maître. Que faire ? Il hésite. La faim le pousse à dévorer la viande, mais la peur du fouet l'en retient, et c'est ainsi que sa résolution de manger ou de ne pas manger ne dépend que de la force de ces deux impulsions; et c'est la plus forte qui triomphera. Les êtres humains agissent de même, entièrement par impulsion, sans pensée, ni considération, ni jugement, surtout dans les moments de détresse, de tempête et de tension; mais quand la tranquillité règne et que l'esprit est au repos, la vie coule alors paisiblement, sans passions ni appétits, l'impulsion manque, et, par conséquent, le bien et le mal peuvent être froidement examinés.

C'est alors que l'on arrive facilement à une juste décision, car les projets, les contrats sont envisagés, et tous les arguments sont bien pesés. Dans un cas semblable, la résolution est justement attribuée à l'individu, à lui personnellement, et non à ses appétits ou à ses passions, car ni les uns, ni les autres n'avaient rien à voir dans les points en question.

Toute personne bien pensante a dans son esprit l'appréciation plus ou moins correcte du bien et du mal, dans la conduite de la vie humaine, en ce qui concerne la santé, la réputation, la vertu, l'approbation de soi-même, la richesse, le plaisir et des choses semblables. Tout cela a une certaine importance dans le jugement, qui reste toujours bien pesé et de sang-froid dans un esprit bien coordonné. Un tel esprit n'agit jamais à la hâte, mais après avoir bien considéré les côtés différents de chaque question; il ne prend une décision que d'après ce qui est juste et vrai, il ne prend qu'une décision qui pourrait contribuer à augmenter son bonheur personnel, et en même temps le bonheur des autres. Quand tels sont les procédés, toute l'œuvre n'est que l'exercice du jugement, et n'a rien de commun avec l'impulsion ni la passion, qui, elles, ne font agir que sous l'influence du moment, sans réflexion ni considération. Ce n'est que de cette façon que nous pouvons trouver les moyens convenables pour arriver à atteindre le meilleur résultat, qui puisse avoir une valeur réelle, soit pour nous-mêmes, soit pour les autres; sans jugement, nous n'y arriverons jamais. Tout le monde doit être d'accord sur ce sujet, même le penseur le plus superficiel. Ce n'est que le jugement seul qui peut apprécier à sa juste valeur ce que nous nous efforçons d'atteindre.

Les hommes sont pourtant constitués de manières *différentes*. Il y en a quelques-uns qui ne peuvent percevoir l'obligation de la vertu, même en s'efforçant de juger de leur mieux; de telles

personnes ne sont des hommes que par le nom, et non en réalité. Ils ne sont capables ni de vertu, ni de vice, et ne peuvent être considérés comme des êtres aux sentiments moraux; ils sont plutôt au même niveau que les membres de la création animale, et doivent être classés parmi ceux-là.

Les facultés de volonté et de pensée

Les facultés de volonté et de pensée sont des facteurs importants dans l'univers, mais même à notre époque de progrès scientifiques, on ne les comprend pas pleinement; on les considère et examine chaque jour, et les membres des sociétés savantes les étudient minutieusement. La force de la pensée est traitée en sujet principal, et, à en juger d'après l'attention qu'on lui porte, on peut espérer que la nature en sera sous peu découverte, aussi bien que les lois qui la régissent, et l'usage ou les usages que l'on peut en faire.

Nous savons que chaque être intelligent est capable de faire sortir de son esprit un courant constant de pensée positive, et que cette faculté peut être efficacement employée, produisant des effets merveilleux, ayant des influences inouïes sur les hommes et les animaux. Cela est évident et on peut s'en rendre compte en observant l'influence des appels éloquentes et puissants de plusieurs de nos orateurs publics quand ils s'adressent aux foules, déchaînant des antagonismes, éveillant des enthousiasmes, faisant régner le silence et le calme sur la scène, un silence qu'on peut presque sentir.

La volonté peut forcer les actions des autres

Toutes ces conditions sont causées par la force de la volonté, et cette force peut se faire sentir dans toutes les recherches de la

vie; si la volonté est d'une force suffisante, elle peut forcer les actions des autres. Pour stimuler la volonté, il est absolument nécessaire qu'il y ait un désir intense et de la concentration; or le désir, émane de la réalisation du bien absent, et une recherche appliquée de ce bien dirige et éveille le désir. Il est nécessaire que cette force soit aussi grande que possible, et le seul moyen pour l'obtenir est la concentration, qu'il ne faut pourtant pas confondre avec l'effort spasmodique. Par son caractère même, la concentration fait supposer un état dans lequel les pensées sont arrangées dans une ligne donnée.

Le désir, et surtout celui qui est persistant et puissant, est la force qui éveille nos facultés parce qu'il a un objet réel vers lequel il tend, et c'est pour cela que nous le considérons comme le moyen d'arriver à la concentration. Il faut qu'il n'y ait rien de vague ni d'indéfini, mais une chose réelle à posséder, une chose qu'on peut voir ou sentir; il faut aussi qu'il ait une résolution calme à l'obtenir. Une telle force ne peut être obtenue que par un esprit calme et équilibré qui n'est ni indifférent, ni nonchalant, mais qui est sûr de lui-même, et conscient de posséder une force capable de surmonter tous les obstacles, jusqu'à ce que la chose désirée soit réalisée, et l'objet si longtemps convoité obtenu.

Bref, la vraie concentration n'est que le contrôle tranquille et calme des pensées et des croyances, l'action de concentrer l'esprit sur une chose à un moment donné, en laissant toutes les autres de côté, pour unir toutes les forces dans une seule puissance immense, contrôlée et dirigée par une volonté bien établie et invincible d'accomplir ce que l'on s'est proposé de faire et d'atteindre le but rêvé. Le bénéfice que l'esprit retire de l'exercice d'une telle concentration est incalculable, car les forces ainsi

régénérées et renforcées sont simplement illimitées, nous ne pouvons les définir.

L'éducation de la volonté peut être difficile au commencement, mais les avantages en sont si nombreux et d'une si grande valeur pour la vie que personne ne devrait reculer à entreprendre ce travail. Comme les pensées sont naturellement inclinées à vagabonder dans un vaste espace, et qu'il n'est pas facile d'abord de forcer l'esprit à ne penser qu'à un objet déterminé, une vigilance constante est nécessaire. Nous pouvons pourtant y arriver par la persévérance et par la détermination, et, cela accompli, le caractère deviendra plus fort, et de nouvelles forces seront engendrées, si bien que l'on pourra obtenir toute sorte de bien dans toutes les directions ayant trait à l'individu lui-même, ou bien à l'œuvre dans laquelle il s'est engagé ou qu'il est en train d'entreprendre.

Il faut prendre en considération la faculté de raisonner quand il s'agit de la volonté, étant donnée l'influence du raisonnement dans chaque acte de volonté qui est généralement reconnue. Quand je veux quelque chose, il est évident que je dois savoir ce que je veux; cette connaissance fait donc partie du raisonnement. Les facultés attribuées généralement à la raison font dans une si large mesure partie de la volonté, qu'on les considère justement comme volontaires, les classant sous des rubriques différentes, à savoir: l'attention, la délibération, et la résolution. Nous avons absolument besoin de la première de ces facultés. Il est nécessaire que nous fixions notre esprit sur quelque sujet, et que nous y engagions notre pensée, autrement nous n'avons aucune notion de sa nature; nous ne savons pas ce qu'il est réellement, quel en est l'usage et à quoi il se rapporte.

L'influence de la tension de l'esprit et ses résultats sont d'une telle importance que rien ne peut être accompli elle absente. Je peux

m'asseoir et écouter le discours d'un orateur éloquent, mais si je ne prête pas attention à ce qu'il dit, ou si je ne fixe pas mon esprit sur ses paroles, que m'en restera-t-il ? Ce serait comme si je n'y assistais point. J'ai bien entendu parler, mais je n'ai pas compris ce que l'on a dit, tout simplement parce que je n'y ai pas fait attention. Je peux voyager en chemin de fer et traverser les plus beaux paysages du monde; mes yeux peuvent se fixer sur les scènes qui se déroulent devant eux, et pourtant mon esprit pourra être ailleurs, perdu dans la contemplation mentale d'autres scènes. Il ne me restera aucune impression dans la mémoire des pays que j'aurai traversés, je ne pourrai en rendre aucun compte, bien que mes yeux n'aient pas été fermés, et qu'ils aient été constamment fixés pendant mon voyage; je n'ai rien vu, simplement parce que je n'y ai pas fait attention; et je n'étais pas capable par conséquent de me former aucune idée des scènes que j'avais traversées.

Cela démontre que je ne vois pas ce qui se passe devant mes yeux, si mon esprit est occupé ailleurs. D'autre part, supposons que je souffre de quelque attaque soudaine de maladie, la force et la violence de ma souffrance seront de beaucoup amoindries si mon esprit est fixé sur un autre objet ou que ma pensée soit engagée dans une autre direction au lieu de s'arrêter sur les sensations de la douleur et d'y revenir toujours.

Tout le monde possède la faculté d'attention

On peut obtenir un effet semblable par une conversation entraînante, avec un ami, ou par d'autres moyens qui se présenteront eux-mêmes à l'esprit à ce moment. De la sorte on peut voir facilement que, lorsqu'une faculté quelconque de l'esprit est fixée sur un sujet ou un objet donné, les autres facultés restent inactives.

Les facultés de jugement et de raisonnement dépendent entièrement de la fixation de l'esprit, et de la conception exacte et claire qu'il a du sujet en question.

Tout le monde possède la faculté d'attention et tout le monde peut obtenir les effets voulus, nous pouvons tous diriger notre attention sur ce qui nous plaît, pour le laps de temps que nous voulons; même l'intensité ne dépend que de nous puisqu'elle est un acte volontaire et dépend entièrement de notre volonté. Comme dans la plupart des cas où nous faisons attention à quelque chose, nous le faisons volontairement, la sagesse et la vertu ne consistent donc que dans la direction que nous donnons à cette attention.

Nous pouvons bien tous délibérer ou ne pas délibérer, ainsi que nous le voulons, nous pouvons envisager tous les pour et les contre de n'importe quel sujet, bien étudier ce que l'on peut y trouver de vrai, et de faux, et en tirer alors des conclusions. La délibération peut être faite avec ou sans attention; les choses peuvent être sérieusement ou légèrement considérées, et l'on peut employer les meilleurs moyens pour se former une opinion impartiale. Et c'est ainsi que les hommes déterminent ou désirent le bien ou le mal.

Mais les délibérations sont pourtant justes à de certaines règles. Quand la chose est claire et évidente, il n'y a pas lieu de délibérer. Faut-il que je sois heureux ou malheureux? Pour y répondre, je n'ai pas besoin de délibérer. Dois-je être honnête ou non? Ici, il n'y a pas à discuter non plus. Seulement, pour les choses qui ne nous paraissent pas claires à première vue, quand il peut y avoir des doutes quant à l'issue et à l'opportunité de la matière en question, il est nécessaire alors que tout soit bien considéré, que toutes les conséquences de ceci et de cela soient bien pesées, et que toutes les particularités soient bien envisagées, que les proportions soient

bien gardées en considérant les pour et les contre, et que tout l'ensemble des circonstances et des conditions soit considéré de tous les côtés de manière à former un jugement juste. Tout cela doit être fait carrément et impartialement, sans trop d'hésitations et sans perdre trop de temps en vain. Mais cela n'est pas toujours facile à faire, car nous rencontrons toujours maints obstacles et beaucoup d'opposition.

Il arrive qu'on ait à lutter contre ses propres désirs naturels, contre ses passions et ses affections. Il reste donc à définir jusqu'à quel point tous ces désirs et toutes ces passions peuvent être tolérées. Si nous nous laissons tant soit peu fléchir par les passions et les désirs, nous ne nous conformons pas alors aux règles qui doivent régir la vraie détermination, celle que la raison approuve. Et c'est ainsi qu'une lutte surgit entre la passion et la raison. Les impulsions ou les passions se mettent en conflit avec les commandements de la raison.

Nous serons toujours tout à fait hors de danger aussi longtemps que nous entendrons les conseils de la raison, bien qu'opposés à nos passions et à nos désirs. Il n'est nullement facile d'y arriver, mais à force de volonté et de raisonnement, on obtiendra des résultats favorables.

Délibérez attentivement

On dit souvent: « Cela a été fait par ignorance », mais il serait plus juste de dire: « Cette chose a été faite grâce à l'absence d'une délibération attentive ». C'est une folie que d'agir en opposition avec ce que l'on reconnaît être un avantage réel, simplement parce qu'on est dominé par les passions ou par les désirs; ce n'est que de l'immoralité que de faire ce qui est manifestement opposé au

devoir. Et pourtant, nous trouvons beaucoup d'exemples de ces folies et de cette immoralité dans la vie.

Nous avons déjà remarqué qu'il n'est pas toujours facile de renoncer à ses passions et à ses désirs. Et quand nous voyons un homme faire ce qui est juste et bon pour lui-même aussi bien que pour les autres, malgré la puissance de ses passions, de ses affections et de ses désirs, qui sont si communs à la nature humaine, et qui poussent tous dans une direction opposée, nous pouvons constater que plus grande est la lutte, plus vive est la satisfaction qu'il éprouve, et plus grande doit être l'estime qu'ont pour lui ses semblables.

La victoire qu'il obtient ainsi sur lui-même est d'une valeur inestimable, et l'effet en restera toute la vie. « Celui qui sait diriger son esprit (ou sa volonté) est plus grand que celui qui a pris une forteresse. »

La troisième opération de la volonté qui est d'un caractère volontaire, c'est la résolution ou, en d'autres termes, un but fixé par rapport à la conduite future.

Se fixer un but

Il arrive souvent que l'on ait pris le parti de faire un certain ouvrage auquel on a beaucoup pensé avant de se décider à l'entreprendre, mais que l'on ne soit pas en état de le faire de suite; les occasions n'étant pas favorables, un laps de temps est nécessaire avant que l'on puisse le commencer réellement. Mais, quand le but est fixé, et que la résolution est prise de l'accomplir exactement en accord avec les délibérations résultant des pensées attentives que l'on a faites avant d'arriver à une décision juste et

bonne, notre résolution reste alors fixe et inébranlable, et l'ouvrage sera accompli ainsi que nous l'avons décidé, et pas autrement. C'est ainsi qu'il faut comprendre le terme « résolution » ou « but fixé », qui est l'une des opérations de la volonté, et des plus importantes.

Considérons maintenant les buts. Ils peuvent être de deux sortes: le but *particulier* et le but *général*. Celui-là se rapporte à l'action individuelle, à un moment ou à une époque donnés, celui-ci est du caractère à pouvoir continuer indéfiniment et à gouverner et dominer toutes les actions jusqu'à la fin de la vie. Le principe d'une oeuvre une fois formé, il faut qu'il soit suivi sans le changer toutes les fois que l'on va la faire.

Une vie ainsi vécue est, comme règle générale, de beaucoup dans la formation du caractère. Toutes les vertus morales sont le résultat d'un but fixé qu'un homme vertueux s'est formé, et d'un système de conduite d'après les règles données.

Un but fixé ou une résolution a une influence sur la conduite, et peut être défini comme une habitude de la volonté. S'il a une influence sur la croyance, il devient une habitude du raisonnement, et c'est par ces habitudes que nous sommes gouvernés dans nos opinions et dans notre pratique. Il y a malheureusement certains êtres humains qui n'ont aucun but fixé. On peut les considérer comme n'ayant point de caractère, et, dans leur vie, ils sont capables d'agir entraînés par la passion et par le désir comme des brins de paille entraînés par les vagues de l'océan. Au point de vue de leur conduite, ils peuvent être considérés comme les plus malhonnêtes de l'espèce humaine.

Quant à ceux qui font usage du raisonnement dans leur conduite, ils ont toujours un certain but ou un dessein vers lequel leurs efforts

tendent, et tous leurs actes sont réglés de manière à l'atteindre. Sans cela, pas de stabilité. Ce qui importe le plus, c'est d'avoir une fermeté ayant comme base une conviction qui est conforme à la raison et qui, devenue part de l'individu même, est toujours approuvée par lui.

Table Des Matières

LE MAGNÉTISME PERSONNEL	2
Rien de surnaturel	3
Faites attention dans le choix de votre entourage	4
Le désir de guérison	5
L'homme est tel qu'il le pense	6
Le pouvoir du cerveau	7
Votre magnétisme dépend de vous	8
La contagion de l'espoir	10
Une force pénétrante qui vous soumet et vous élève	12
L'aura	12
Le don de sensibilité	14
COMMENT IL FAUT FAIRE	16
La base est la pensée	16
Concentrez vos pensées	17
Une prouesse de mémoire	18
Cultivez l'intelligence du cœur	19

Évitez l'ennui	20
Forgez votre caractère	21
Notre entourage répond à notre attitude mentale	22
Peut-on exercer notre force magnétique sur n'importe qui ?	24
LA FORCE DE LA PENSÉE	26
Qu'est-ce que c'est que la pensée ?	26
La pensée attire ce que nous désirons ardemment	27
Les lois de la pensée	30
On fait son propre malheur	32
Accomplir des choses qui semblent presque impossibles	33
LA VOLONTÉ	40
La force de l'habitude	41
Désir et volonté doivent avoir un objet	42
Notre esprit doit avoir toujours quelque chose en vue	45
L'instinct	46
Les facultés de volonté et de pensée	50
La volonté peut forcer les actions des autres	50
Tout le monde possède la faculté d'attention	53
Délibérez attentivement	55
Se fixer un but	56