

Magnétisme Personnel *Et Influence Psychique* *Considérations sur la volonté*

Table des matières

Notre capital de Force-Pensée.....	2
Préparer le bonheur	2
Le bonheur n'est pas un présent du ciel	3
Vouloir c'est pouvoir	4
Développer la volonté comme on développe les forces physiques	5
Une personnalité magnétique : une ère nouvelle qui s'annonce	6
L'entraînement : La clé.....	7

Malgré l'énergie que l'on puisse posséder, il est à peu près impossible d'acquérir immédiatement toutes les qualités qui donnent la Puissance magnétique à un degré très élevé. Il faut à tous pour les acquérir s'ils ne les ont pas et les augmenter s'ils les possèdent déjà plus ou moins, une certaine expérience, de l'exercice, de la pratique, de l'entraînement même.

Si l'on regarde autour de soi pour voir comment se sont comportés ceux qui sont parvenus d'eux-mêmes à la fortune, ou qui ont acquis une très haute situation quelconque, on reconnaît presque toujours qu'ils ont travaillé avec une activité infatigable; qu'ils ont suivi avec la plus grande persévérance, pendant un temps plus ou moins long, la voie qu'ils se sont tracée sans jamais

s'en écarter, et qu'ils ont voulu avec énergie arriver au but qu'ils se proposaient d'atteindre.

Notre capital de Force-Pensée

Le point de départ de tout succès, de toute réussite, est dans la direction que l'on peut donner au courant de ses pensées, car la pensée est un commencement d'activité; c'est un acte à l'état naissant.

Il faut toujours avoir présent à la mémoire que la pensée, quoique invisible, existe sous une forme réelle, matérielle, durable, qu'elle constitue le plus puissant agent que l'âme ait à sa disposition pour parvenir à ses fins, qu'elle est une des forces les plus subtiles et les plus puissantes de la nature, si elle n'est pas la plus subtile et la plus puissante de toutes; que par elle, consciemment ou inconsciemment, nous agissons sans cesse sur nous et sur les autres, comme de leur côté, les autres agissent constamment sur eux et aussi sur nous. Lorsqu'elle revient souvent dans le champ de la conscience, qu'elle s'impose ou qu'on se l'impose, elle entretient toujours et souvent même augmente considérablement ce que l'on peut appeler notre capital de Force-Pensée, lequel, s'il est exclusivement composé de pensées nobles et élevées, forme et développe puissamment notre personnalité magnétique.

Préparer le bonheur

Que l'on sache bien que les pensées de bonté, de bienveillance, de gaîté, d'espérance, de courage, de confiance en soi possèdent par elles-mêmes une puissance organisatrice qui assure notre santé physique, attire à nous les bonnes choses et prépare notre bonheur; tandis que la méchanceté, la haine, la malveillance, la méfiance, le découragement, la tristesse, le désespoir constituent des forces destructives qui ruinent notre santé physique, nous font détester ceux qui nous entourent, éloignent les bonnes choses pour attirer les mauvaises et préparent notre malheur.

Ceux qui sont bons, bienveillants, persévérants, gais, courageux et pleins d'espoir sont attractifs et possèdent déjà la personnalité magnétique à un certain degré; dans tous les cas, ils ont naturellement presque toutes les qualités voulues pour la développer rapidement à un degré très élevé. Ceux qui sont méchants doivent devenir meilleurs. Les désespérés qui ne sont parvenus à rien doivent comprendre que ce résultat est dû à leur insuffisance, à leur maladresse, à leur ignorance, et qu'ils doivent apprendre pour faire mieux.

Pour ces derniers, la tâche sera plus longue, plus difficile que pour les premiers : car ils sont moins avancés sur le chemin de la vie, moins évolués; mais qu'ils tâchent de bien comprendre qu'ils peuvent changer de caractère, devenir meilleurs, plus sympathiques, plus adroits; et qu'alors le bonheur qui les fuyait obstinément viendra à eux d'autant plus vite qu'ils feront davantage pour l'obtenir. Ils abrègeront ainsi le chemin qui doit les conduire au but final, en passant par une voie plus droite, mieux entretenue, plus sûre. Ils gagneront un temps précieux, car là comme ici, selon le proverbe anglais, le temps, c'est de l'argent.

Le bonheur n'est pas un présent du ciel

Qu'ils sachent bien que la santé physique et morale, la force, l'influence personnelle, le bonheur ne sont pas des présents du ciel, qu'on ne les reçoit pas, mais qu'on les mérite ; ou pour mieux dire, qu'on se les donne; car ils sont partout dans la nature et chacun peut les prendre. Le bonheur est un des signes les plus apparents d'une individualité forte, plus évoluée, plus développée, plus parfaite, tandis que le malheur est l'indice d'une individualité faible et arriérée.

On parvient à chasser les mauvaises pensées qui obsèdent et à les remplacer par des bonnes qui apportent l'espérance, la confiance, le courage et à les orienter vers le but que l'on veut atteindre rien qu'en le voulant.

Chez les uns, la volonté est presque nulle; chez d'autres, elle agit par saccades et n'atteint que rarement le but visé. On peut

toujours la développer chez les premiers, la régulariser et la développer encore chez les seconds.

Les principes du Magnétisme personnel peuvent être compris dans cette formule que le marquis de Puységur a donnée en parlant du magnétisme physique appliqué à l'art de guérir :

*La Volonté active vers le bien,
Croyance ferme en sa puissance,
Confiance entière en l'employant,*

qu'il résumait en ces trois mots :

CROYEZ ET VEUILLEZ

Je la résumerai davantage encore en disant simplement :

VEUILLEZ

Vouloir c'est pouvoir

Ce que l'on veut avec persévérance, on le fait, car toute volonté se confirme par des actes. Dans certaines circonstances, par la volonté, on parvient même à éloigner la mort. Il est absolument évident que des vieillards dont la dernière heure a sonné, peuvent attendre l'arrivée d'un enfant éloigné; et qu'après avoir donné à celui-ci le dernier baiser, lui avoir fait la dernière recommandation, lui avoir dit le dernier adieu, ils s'éteignent tranquillement.

Donc, développer l'énergie de la volonté est au besoin tout ce que l'on doit chercher, car au fur et à mesure que l'on y parvient, les qualités indispensables au succès viennent d'elles-mêmes.

Je le répète, la plus grande partie des individus peuvent y parvenir avec plus ou moins de facilité, et il n'y a de difficultés réelles que pour certains malades et pour les paresseux qui attendent toujours que les alouettes leur arrivent toutes rôties. Mais, tout en étant difficile pour quelques-uns, la tâche n'est complètement impossible pour personne.

Développer la volonté comme on développe les forces physiques

On parvient à développer les forces psychiques et particulièrement la volonté comme on développe les forces physiques. Pour cela, il y a une gymnastique de l'esprit, des sports psychiques qui peuvent être pratiqués à l'égal des sports que nous connaissons tous. On peut en pratiquer un seul, si l'on n'aspire qu'à une seule chose et devenir en cela ou pour cela une sorte de champion qui arrivera toujours bon premier. On peut les cultiver tous à la fois, ce qui est plus facile encore, et se mettre ainsi dans l'état voulu pour attirer à soi les bonnes choses et repousser les mauvaises, sans rien faire de spécial pour cela.

Il n'y a pas de limites au développement de la puissance magnétique, et quelles que soient les hauteurs que l'on atteigne, il y a toujours des sommets plus élevés où l'on pourra parvenir. Celui qui persévérerait pendant 30 à 40 ans, par exemple, dans le développement d'un pouvoir quelconque parviendrait à accomplir couramment des prodiges aussi étranges que ceux des fakirs, des brahmanes et des thaumaturges les plus vénérés de l'Inde.

Mais je n'engage personne à se lancer dans cette voie qui n'est pas la meilleure, car elle est pleine d'écueils et même de dangers. Il vaut mieux laisser de côté la possibilité d'accomplir des choses extraordinaires et cultiver en même temps toutes ses facultés, car il ne restera pas de lacunes dans notre développement et nous serons mieux préparés pour parcourir les grandes routes de la vie sur lesquelles on ne se perd jamais, mais où l'on peut souvent s'égarer.

Si la tâche est difficile pour ceux qui ne vivent que de haine ou qui sont constamment obsédés par des pensées qu'ils ne peuvent éloigner, car ils ne font rien d'utile pour cela, elle est relativement facile pour le plus grand nombre d'entre nous. Que tous s'y mettent donc hardiment, et pas un seul, même celui qui se croit le plus incapable de vouloir ne perdra complètement son temps.

Une personnalité magnétique : une ère nouvelle qui s'annonce

Dès que la personnalité magnétique commence à se développer, au bout de quelques semaines pour les plus favorisés, quelques mois pour ceux qui le sont moins, on éprouve à un degré plus élevé un sentiment d'amour-propre, de dignité consciente, de confiance en soi-même qui font que la crainte ou l'appréhension que l'on avait cessent ou tout au moins diminuent dans une certaine mesure. L'espérance grandit si l'on en possédait quelque peu, et commence à venir si l'on désespérait de tout. C'est une ère nouvelle qui s'annonce.

En persévérant courageusement dans cette voie de développement, on se rend compte que toutes les qualités précédentes grandissent et que d'autres que l'on ne possédait pas commencent à se manifester.

Comme le physique et le moral sont toujours plus ou moins solidaires l'un de l'autre, au fur et à mesure que cette modification intérieure se produit, on observe une modification correspondante de notre être extérieur. Notre physique se modifie d'une façon appréciable pour tout le monde; notre démarche devient plus gracieuse, plus assurée, plus noble; notre regard est plus puissant tout en étant plus doux et plus agréable aux autres. Nous en imposons davantage, nous devenons plus sympathiques, notre présence est plus agréable, nos conseils sont mieux écoutés et on nous recherche plus qu'on ne le faisait avant. Cette influence personnelle qui commence à se développer et qui ne demande qu'à grandir; c'est la vie mentale qui sort de l'enfance pour arriver à l'adolescence. En devenant de plus en plus conscients de ce développement, nous comprenons mieux les grandes vérités; nous commençons à sentir que nous faisons la conquête de nos facultés, que notre destinée nous appartient et que nous pouvons la diriger vers le but que notre liberté morale nous permet de choisir.

L'entraînement : La clé

En continuant à nous entraîner méthodiquement nous devenons maître de notre esprit comme de notre corps et l'ensemble de nos facultés ne tarde pas à servir à l'accomplissement de nos desseins. Le pouvoir que nous gagnons sur nous se fait de plus en plus sentir sur le milieu qui nous environne, de telle façon que, même sans le vouloir directement, nous dirigeons les autres et nous comprenons très bien que nous sommes d'autant plus aptes à les diriger que nous savons nous diriger nous-mêmes.

Ce développement progressif de notre personnalité magnétique est accompagné d'une sensation particulière de force physique et morale exempte de toute disposition à nous faire valoir. C'est un sentiment intense d'amour-propre, une perception intime de notre valeur réelle qui nous rend plus modeste, car nous commençons à sentir que ce qui est nécessaire à notre bonheur arrivera sans que nous fassions autre chose pour cela.

On ne voit plus les infirmes, les malheureux et les méchants sous le même aspect qu'on les avait vus d'abord, et l'on ne pense nullement à se venger de ceux qui cherchent à nous faire du mal. On comprend que nous suivons tous la même voie pour arriver aux mêmes fins, que les malheureux et les méchants sont des arriérés qui stationnent au-dessous des autres sur l'échelle de l'évolution, et que si l'on est présentement meilleur et plus heureux qu'eux, c'est que l'on a gagné par le travail l'avancement qu'ils devront gagner à leur tour.

Pour acquérir l'influence personnelle si on ne la possède pas et l'augmenter si on la possède déjà plus ou moins, il faut se livrer à un travail d'autant plus grand et d'autant plus constant qu'on veut l'acquérir plus rapidement et à un degré plus élevé.

En prenant pour principe de ne jamais faire aux autres ce qu'on ne voudrait pas qu'il fût fait à soi-même, il est nécessaire de bien se mettre dans l'idée que l'on fera tout son possible pour se débarrasser de ses mauvaises habitudes et les remplacer par des bonnes. Ces résolutions étant prises, 20 à 25 minutes d'exercices

méthodiquement pratiqués tous les jours peuvent suffire au plus grand nombre d'entre nous, surtout au début. Mais, les résultats obtenus quels qu'ils soient, seraient certainement de beaucoup dépassés si l'on pouvait y consacrer un temps plus considérable, une, deux et même trois heures, par exemple.

Les exercices les plus insignifiants et qui paraissent en eux-mêmes les plus étrangers au résultat que l'on veut obtenir, y conduisent sûrement par l'éducation et le développement de la volonté. « Un paysan qui se lèverait tous les matins à 2 ou 3 heures, nous dit Eliphas Levi, et qui irait loin de chez lui cueillir tous les jours un brin de la même herbe avant le soleil levé, pourrait, en portant sur lui cette herbe, opérer un grand nombre de prodiges. Cette herbe serait le signe de sa volonté et deviendrait, par cette volonté même, tout ce qu'il voudrait qu'elle devînt dans l'intérêt de ses désirs. » (Rituel de la haute Magie, p. 39.)

Les pratiques absurdes de la magie cérémonielle et les formules bizarres qui encombrent les grimoires, sans en excepter les traités les plus sérieux de magie pratique, n'ont pas d'autre but. Le même auteur affirme cette vérité en ces termes :

« Toutes ces figures, tous ces actes analogues aux figures, toutes ces dispositions de nombres et de caractères, ne sont que des instruments d'éducation pour la volonté, dont ils fixent et déterminent les habitudes. Ils servent en outre à rattacher ensemble, dans l'action, toutes les puissances de l'âme humaine, et à augmenter la force créatrice de l'imagination. C'est la gymnastique de la pensée qui s'exerce à la réalisation; aussi, l'effet de ces pratiques est infaillible comme la nature lorsqu'elles sont faites avec une confiance absolue et une persévérance inébranlable. »

Il résulte de ces affirmations que plus les formules sont compliquées, plus les pratiques sont difficiles à exécuter, plus elles sont susceptibles de développer le pouvoir de la volonté.

Je vais réduire les exercices à faire à leur plus simple expression et les classer dans l'ordre qui me paraît le mieux indiqué. Les

principaux, ceux qui semblent les plus indispensables au plus grand nombre d'entre nous sont méthodiquement décrits, dans autant de chapitres; les autres sont exposés sommairement sous la forme de Conseils d'hygiène physique et morale.

Une dernière recommandation : — Au début, les exercices peuvent être ennuyeux et même fatigants; et l'on a toujours tendance à se demander s'ils sont réellement nécessaires. Il faut prendre d'avance la ferme résolution de vaincre toutes les difficultés, ne serait-ce que pour se donner la satisfaction de les vaincre, et ne jamais oublier qu'elles ont un double but : développer les forces psychiques et plus particulièrement la volonté; développer et régulariser la force nerveuse et la force musculaire. Au bout d'un temps souvent très court, la fatigue du début disparaît, et les exercices qui semblaient les plus ridicules et les plus ennuyeux sont faits avec satisfaction, car on comprend qu'ils servent puissamment à conquérir la maîtrise de soi-même.

On devra s'exercer avec la plus grande régularité à la pratique de tout ce que je vais décrire. Plusieurs exercices ne devront être pratiqués que pendant un certain temps; d'autres devront l'être pendant de longues années; enfin, ceux qui tendent à orienter nos pensées vers le but que nous voulons atteindre pour constituer une sorte de manière d'être, de ligne de conduite, ne devront jamais être oubliés. Tout en portant constamment son attention sur ces derniers, les plus occupés d'entre nous par le travail quotidien pourront toujours consacrer aux autres exercices, ne serait-ce qu'au lit, 8 à 10 minutes matin et soir; et il n'en est pas un seul, quelque occupé qu'il soit, qui ne puisse trouver encore quelques instants dans la journée.

Une excellente habitude à prendre au début, pour développer l'énergie de la volonté, c'est de prendre l'engagement formel de consacrer, matin et soir, au lit, ou avant de se coucher et au saut du lit, 10 à 12 minutes à la pratique d'un exercice quelconque, et de ne pas manquer de tenir cet engagement, quels que soient les événements qui pourraient survenir.

CLUB-THERAPIE.COM