

**CIHM
Microfiche
Series
(Monographs)**

**ICMH
Collection de
microfiches
(monographies)**



Canadian Institute for Historical Microreproductions / Institut canadien de microreproductions historiques

© 1995

Technical and Bibliographic Notes / Notes techniques et bibliographiques

The Institute has attempted to obtain the best original copy available for filming. Features of this copy which may be bibliographically unique, which may alter any of the images in the reproduction, or which may significantly change the usual method of filming, are checked below.

L'Institut a microfilmé le meilleur exemplaire qu'il lui a été possible de se procurer. Les détails de cet exemplaire qui sont peut-être uniques du point de vue bibliographique, qui peuvent modifier une image reproduite, ou qui peuvent exiger une modification dans la méthode normale de filmage sont indiqués ci-dessous.

- Coloured covers/
Couverture de couleur
- Covers damaged/
Couverture endommagée
- Covers restored and/or laminated/
Couverture restaurée et/ou pelliculée
- Cover title missing/
Le titre de couverture manque
- Coloured maps/
Cartes géographiques en couleur
- Coloured ink (i.e. other than blue or black)/
Encre de couleur (i.e. autre que bleue ou noire)
- Coloured plates and/or illustrations/
Planches et/ou illustrations en couleur
- Bound with other material/
Relié avec d'autres documents
- Tight binding may cause shadows or distortion along interior margin/
Le reliure serrée peut causer de l'ombre ou de la distorsion le long de la marge intérieure
- Blank leaves added during restoration may appear within the text. Whenever possible, these have been omitted from filming/
Il se peut que certaines pages blanches ajoutées lors d'une restauration apparaissent dans le texte, mais, lorsque cela était possible, ces pages n'ont pas été filmées.

- Coloured pages/
Pages de couleur
- Pages damaged/
Pages endommagées
- Pages restored and/or laminated/
Pages restaurées et/ou pelliculées
- Pages discoloured, stained or foxed/
Pages décolorées, tachetées ou piquées
- Pages detached/
Pages détachées
- Showthrough/
Transparence
- Quality of print varies/
Qualité inégale de l'impression
- Continuous pagination/
Pagination continue
- Includes index(es)/
Comprend un (des) index

Title on header taken from:/
Le titre de l'en-tête provient:

- Title page of issue/
Page de titre de la livraison
- Caption of issue/
Titre de départ de la livraison
- Masthead/
Générique (périodiques) de la livraison

- Additional comments:/
Commentaires supplémentaires:

This item is filmed at the reduction ratio checked below/
Ce document est filmé au taux de réduction indiqué ci-dessous.

10X	14X	18X	22X	26X	30X
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12X	16X	20X	24X	28X	32X

The copy filmed here has been reproduced thanks to the generosity of:

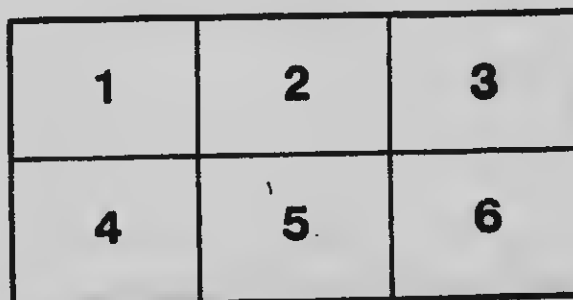
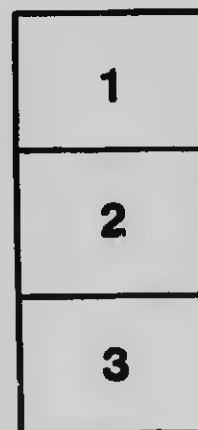
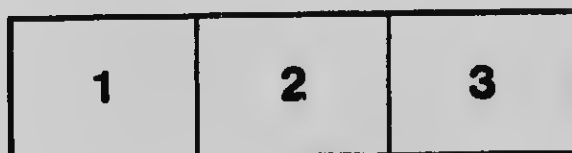
National Library of Canada

The images appearing here are the best quality possible considering the condition and legibility of the original copy and in keeping with the filming contract specifications.

Original copies in printed paper covers are filmed beginning with the front cover and ending on the last page with a printed or illustrated impression, or the back cover when appropriate. All other original copies are filmed beginning on the first page with a printed or illustrated impression, and ending on the last page with a printed or illustrated impression.

The last recorded frame on each microfiche shell contains the symbol \rightarrow (meaning "CONTINUED"), or the symbol ∇ (meaning "END"), whichever applies.

Maps, plates, charts, etc., may be filmed at different reduction ratios. Those too large to be entirely included in one exposure are filmed beginning in the upper left hand corner, left to right and top to bottom, as many frames as required. The following diagrams illustrate the method:



L'exemplaire filmé fut reproduit grâce à la générosité de:

Bibliothèque nationale du Canada

Les images suivantes ont été reproduites avec le plus grand soin, compte tenu de la condition et de la netteté de l'exemplaire filmé, et en conformité avec les conditions du contrat de filmage.

Les exemplaires originaux dont la couverture en papier est imprimée sont filmés en commençant par le premier plat et en terminant soit par la dernière page qui comporte une empreinte d'impression ou d'illustration, soit par le second plat, selon le cas. Tous les autres exemplaires originaux sont filmés en commençant par la première page qui comporte une empreinte d'impression ou d'illustration et en terminant par la dernière page qui comporte une telle empreinte.

Un des symboles suivants apparaît sur la dernière image de chaque microfiche, selon le cas: le symbole \rightarrow signifie "A SUIVRE", le symbole ∇ signifie "FIN".

Les cartes, planches, tableaux, etc., peuvent être filmés à des taux de réduction différents. Lorsque le document est trop grand pour être reproduit en un seul cliché, il est filmé à partir de l'angle supérieur gauche, de gauche à droite, et de haut en bas, en prenant le nombre d'images nécessaire. Les diagrammes suivants illustrent la méthode.

MICROCOPY RESOLUTION TEST CHART

(ANSI and ISO TEST CHART No. 2)



2.45

2.50

2.6

2.7

2.8

2.9

3.0

3.1

3.2

3.3

3.4

3.5

3.6

3.7

3.8

3.9

4.0

4.1

4.2

4.3

4.4

4.5

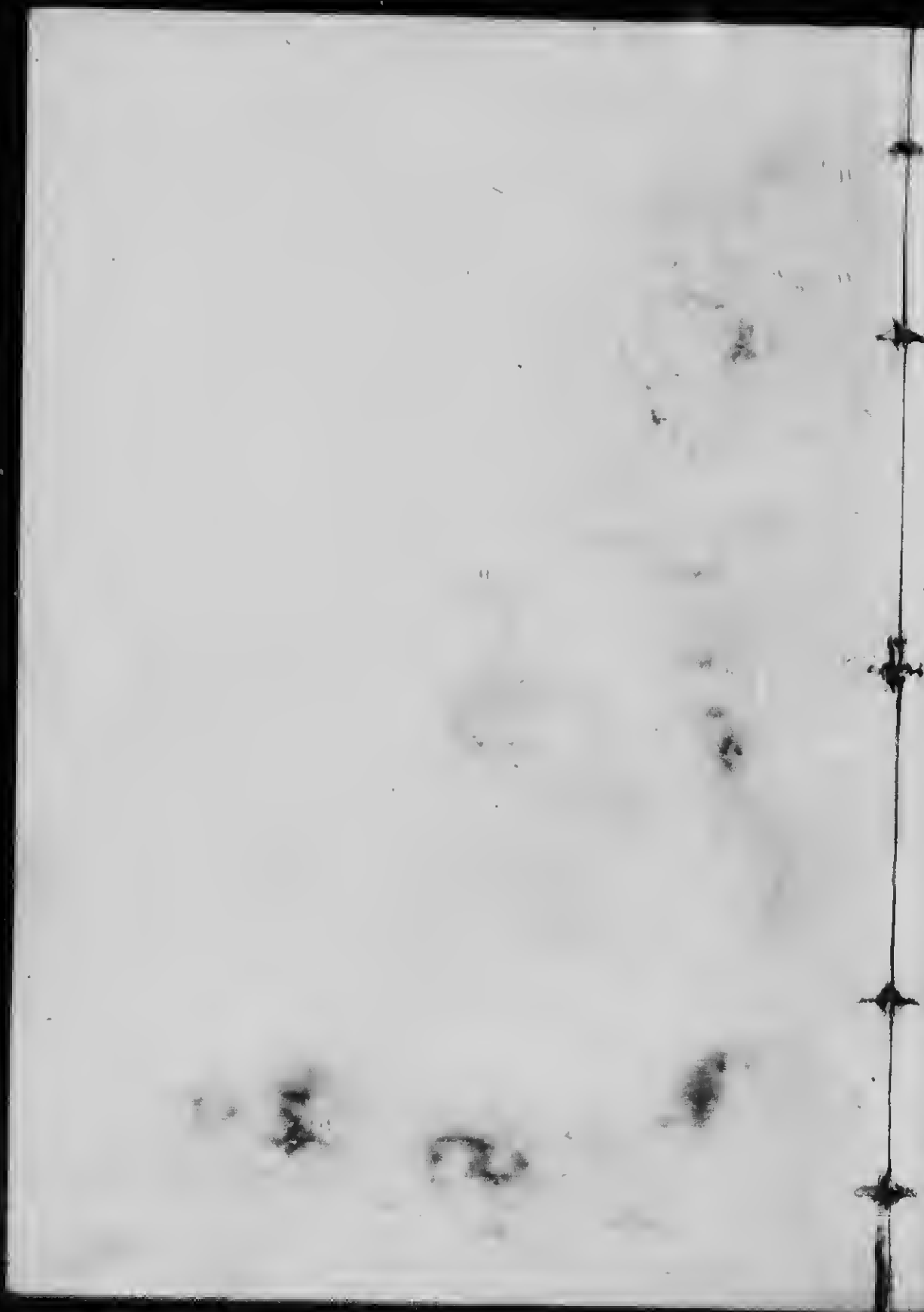
4.6

4.7



APPLIED IMAGE Inc

1653 East Main Street
Rochester, New York 14609 USA
(716) 482 - 0300 - Phone
(716) 286 - 5989 - Fax



Volume 1
A L'USAGE DES ÉLÈVES DE
l'Institut World

NOTIONS ÉLÉMENTAIRES SUR
CONVERSATION ET DISCOURS.—SYNONYMES.—
CULTURE DE LA MÉMOIRE.—POUVOIR DE LA VOLONTÉ.—
PSYCHOLOGIE.—L'ART DU PHYSIONOMISTE.

Publié par
L'INSTITUT WORLD
Montreal, Canada.

1914

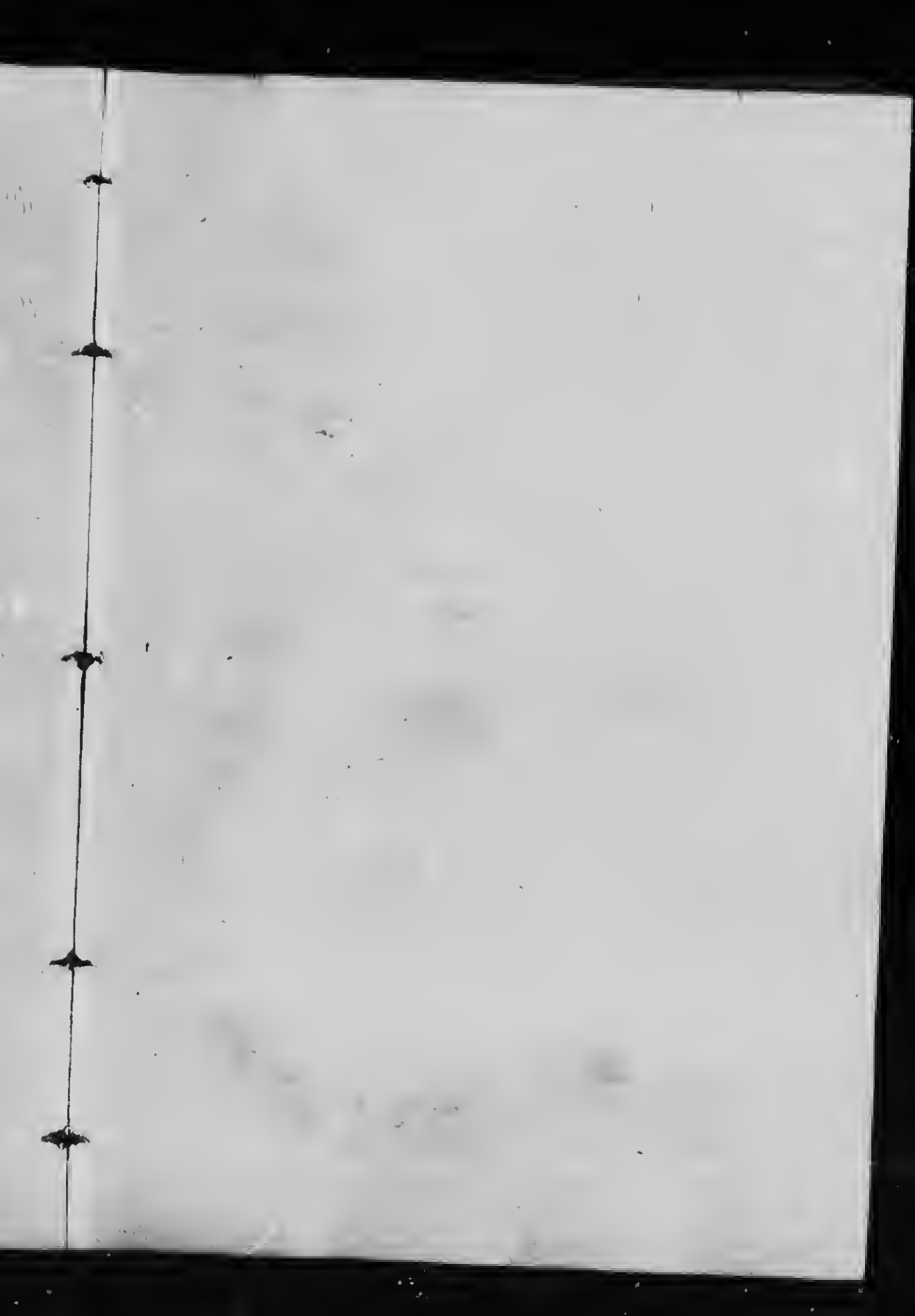
LT 320

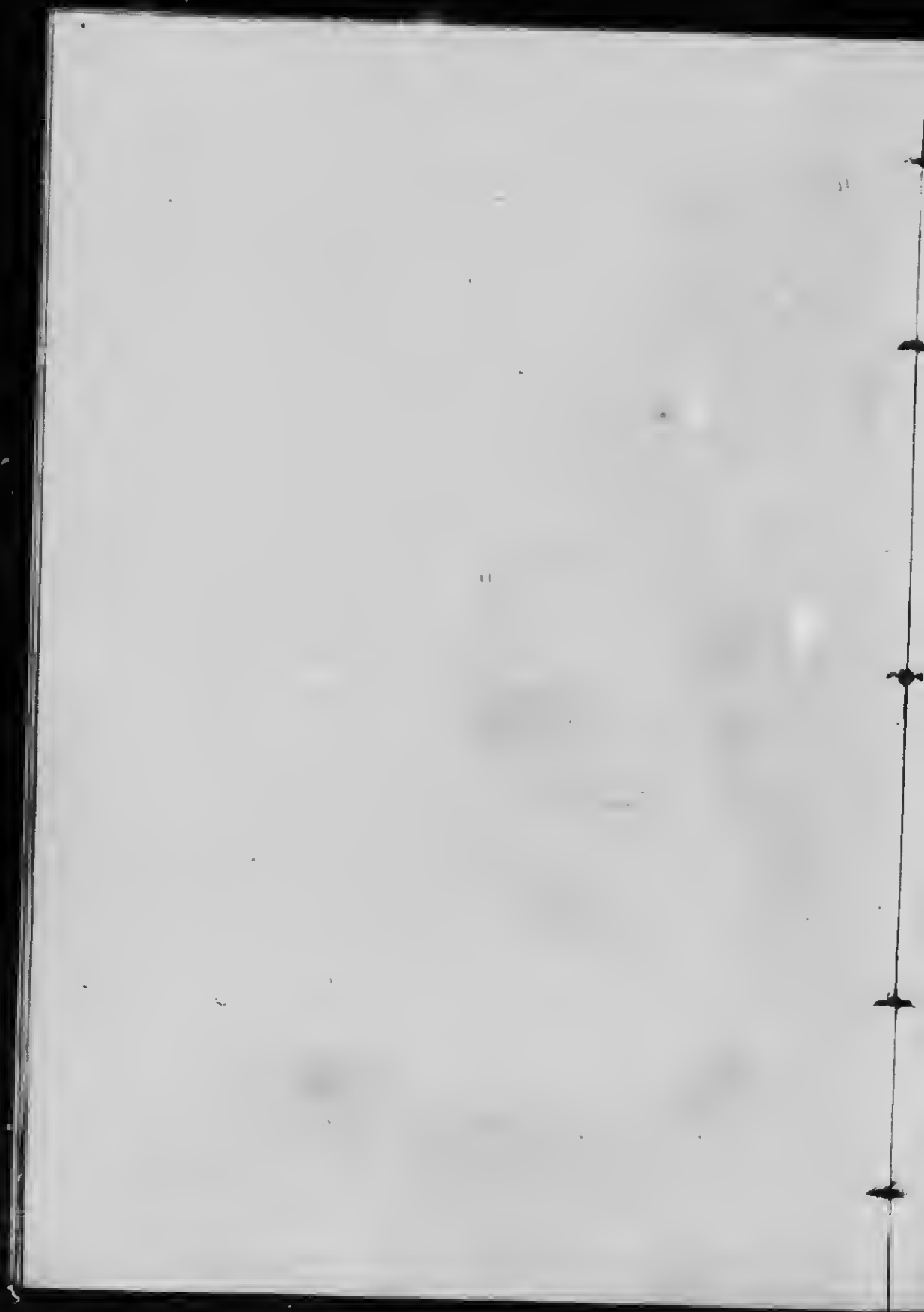
A49

1914

v 1

Enregistré conformément à l'Acte du Parlement du Canada en l'année mil neuf cent quatorze, par le World Institute of Efficiency, de Montréal, au bureau du ministre de l'Agriculture & Ottawa.





INTRODUCTION

Avant de donner à nos élèves les premières leçons de notre cours, l'Institut désire attirer l'attention de tous sur la vie trop courte d'un grand homme, l'auteur d'une histoire universellement connue—ce savant est Henry T. Buckle, auteur de " l'Histoire de la civilisation en Angleterre."

Buckle, comme historien véridique a été un de plus grands que le monde ait produit, il est l'instructeur des professeurs. Il ne vécut que quarante ans et était le fils d'un riche marchand de Londres. Buckle devait son génie et ses succès à sa mère Jane Middleton Buckle dont les conseils éclairés et les encouragements ont rendus possibles ses immenses travaux intellectuels.

Il y a une leçon pour toutes les mères dans les traitements et les soins que Buckle reçut de la sienne. Sa méthode de discipline épargnerait une grande dépréciation intellectuelle chez beaucoup de jeunes enfants bien doués.

Cette mère voyant le pouvoir naissant de son jeune fils voulut le protéger en choisissant pour lui ses compagnons de jeu et ses professeurs.

Sachant que la jeunesse requiert une grande protection et de constants encouragements, elle dépensa sa vie à aider et à encourager son fils, si bien qu'à la mort de sa mère, Buckle perdit tout intérêt dans la vie, et, dans son deuil, trouva l'ins-

piration de son touchant récit sur l'immortalité de l'âme.

Sans la croyance qu'il avait dans l'immortalité et l'espérance et la conviction qu'il reverrait sa mère, l'auteur déclare qu'il n'aurait pu supporter la vie un seul jour. Considérons qu'à l'âge de huit ans, Buckle savait à peine son alphabet et qu'il mourût à quarante ans l'homme le plus instruit de son siècle. Vu sa constitution délicate, il fut décidé que toutes ses forces devaient d'abord servir à son développement physique; il y a dans ceci une salutaire leçon pour les parents souvent trop orgueilleux des talents précoces de leurs jeunes enfants, et, les astreignent vivement à une étude trop assidue, détruisant toute possibilité de succès même médiocre dans l'avenir. Le père, de Buckle, un riche propriétaire de vaisseaux, orgueilleux et fier de ses succès voulut que son fils lui succédât dans le commerce florissant qu'il avait établi, mais, sa mère jugeant que le monde a besoin non seulement de riches commerçants mais aussi des hommes riches en pouvoirs intellectuels ne voulut pas que le génie de son enfant se perdit dans une sottise accumulation de richesses éphémères. Le jeune Buckle fut envoyé à l'école du Docteur Halloway de Kentish Town, des instructions sévères furent données aux professeurs à son entrée en classe, commandant que l'élève ne devrait étudier que ce qu'il désirait et que pour aucune considération il devrait être fouetté.

Les parents observeront ici que quelques sévères corrections et deux ou trois années d'efforts mentaux obligatoires auraient pu détruire à jamais le beau génie de Buckle. Le professeur n'ayant pas aimé les ordres sévères de la mère du jeune élève ne porta que peu d'attention à ses études. Cependant, Buckle était toujours très attentif aux leçons de géométrie et d'algèbre quoique suivant les cours régulièrement de sa propre volonté et, souvent demandait au professeur de longues explications sur certains problèmes difficiles, et, au grand étonnement de son père, revint à la maison avec un premier prix de mathématiques. Pour le récompenser de ses succès précoces, son père lui offrit de choisir sa propre récompense, et Buckle demanda qu'on le retirât de l'école.

Il quitta alors l'école à l'âge de quatorze ans sachant à peine lire et possédant une connaissance bien superficielle de mathématiques. Quand il mourut, sa bibliothèque contenait plus de vingt mille volumes qu'il avait soigneusement lus et approfondis. Si les parents considèrent que de sa propre volition, sans être obligé d'étudier dans sa jeunesse, Buckle apprit dix-neuf langues lut une moyenne de trois volumes par jour et possédait une connaissance universelle, vous réaliserez qu'il n'est pas nécessaire de contraindre un enfant à une étude assidue pour en produire un grand homme.

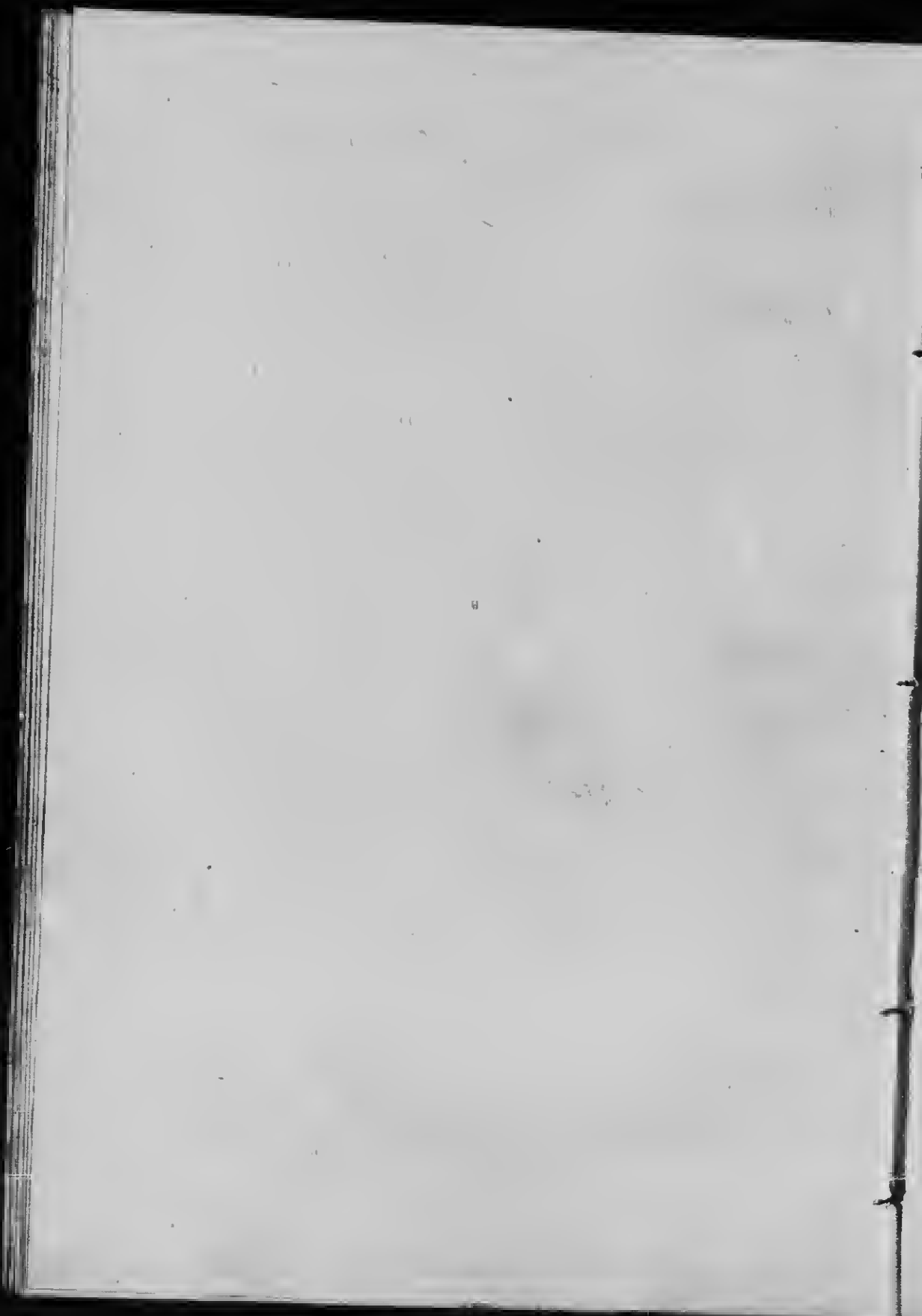
Les génies comme Buckle sont nombreux, on les découvrirait partout dissimulés dans tous les coins de l'univers s'il leur était donné une discipline et les encouragements nécessaires, mais, faute de ces deux nécessités indispensables à une vraie éducation, leurs facultés latentes restent endormies et se perdent ignorées de tous et du génie lui-même. — Quoique cette introduction ne soit pas une leçon, nos élèves trouveront cependant un exemple intéressant et instructif dans cette courte biographie d'un des plus grands savants de son siècle.

A NOS ELEVES

Nous avons préparé dans ce premier volume de notre cours, une série d'essais sur la psychologie et les sciences intellectuelles.

Nous conseillons fortement à tous nos élèves d'étudier à fond cette première partie du Cours quoique cette étude puisse quelquefois paraître obscure et difficile.

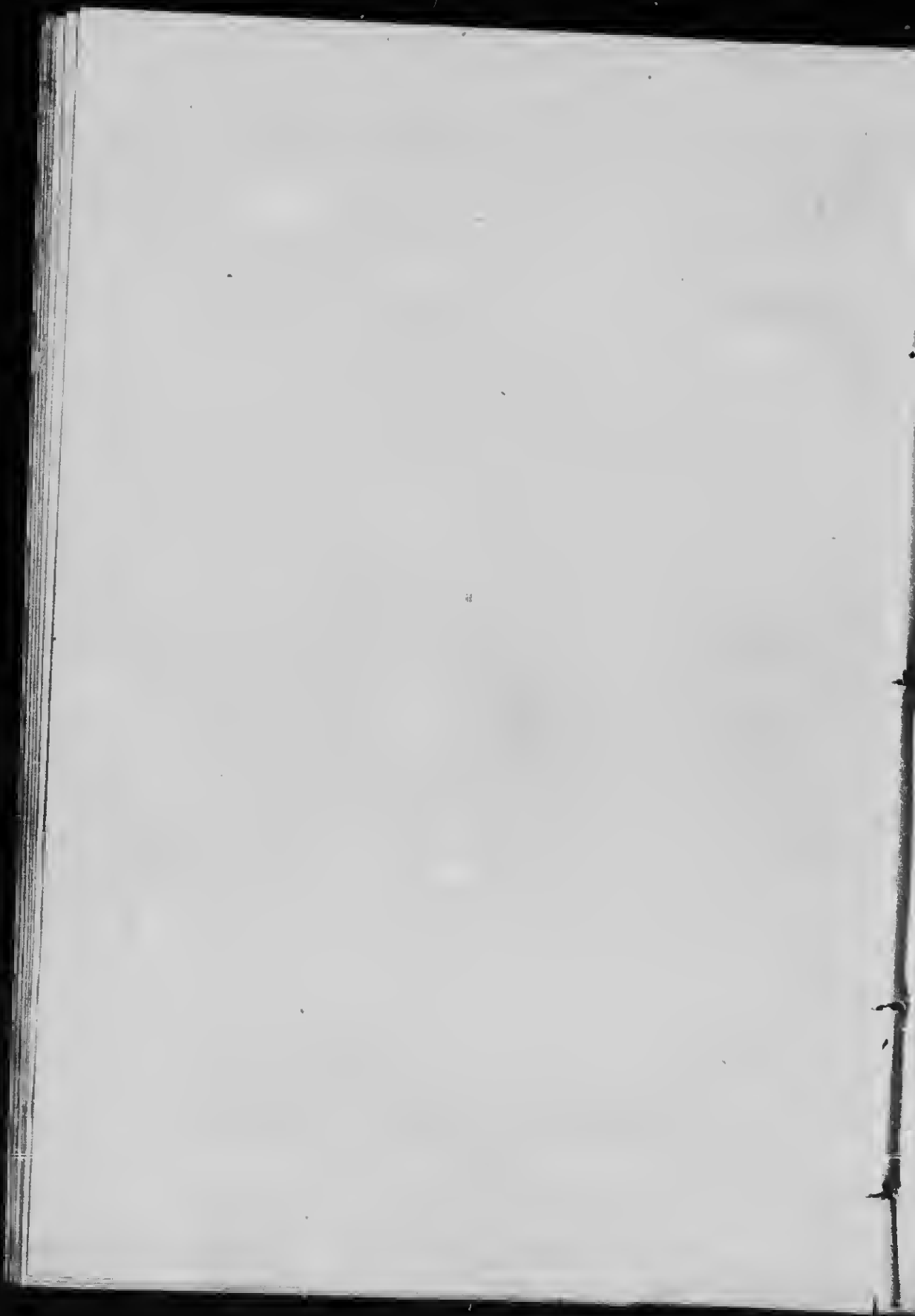
Les chapitres traitant de ces sciences abstraites doivent être étudiés lentement et avec une grande attention; et, graduellement, vous ressentirez se déployer en vous une facilité de compréhension étonnante, laquelle facilitera l'étude des autres volumes et donnera aussi à l'élève de *solides fondations* pour son *éducation intellectuelle*.



CONVERSATION

ET

DISCOURS



AVANT-PROPOS

Enseigner à conquérir la considération par le prestige de la parole, et donner le moyen de cultiver ce don sans prix, l'éloquence est l'unique but de la partie suivante de notre Cours.

Dans notre siècle, le nombre de ceux qui sont contraints, pour défendre leurs intérêts ou leurs convictions, de prendre la parole en public augmente tous les jours.

Les multiples organisations ouvrières, les groupements, les syndicats et même les simples députations de corps d'état, recherchent tous des orateurs, dont la parole soit assez persuasive pour exposer heureusement leurs revendications et faire valoir leurs droits.

Tous les jours ont lieu des réunions dans lesquelles chaque intéressé est admis à émettre son avis, ou à exposer des principes, ayant trait aux intérêts généraux ou à une réclamation particulière.

Les conférences se multiplient. Comme autrefois, ceux qui caressent une idée sont heureux de la faire apprécier par d'autres et ils comprennent que le moyen le plus efficace d'y arriver est de convier le public à écouter les développements qu'elle comporte.

Mais rien n'est plus fâcheux qu'une idée mal défendue, si ce n'est une revendication piteusement formulée.

Ce n'est pas seulement à la tribune et dans les réunions publiques que l'art de la parole doit se manifester.—Il sera surtout précieux d'y recourir dans les mille circonstances de la vie quotidienne, où le besoin de créer une conviction s'alliera avec le désir de soutenir, de consoler et même de réprimander.—L'autorité du chef de famille dépend bien souvent de la façon dont il sait l'exprimer.

Une phrase mal construite, composée d'expressions impropres, a souvent jeté le désaccord entre des personnes qui n'avaient jusque là éprouvé d'autres sentiments que celui d'une sympathie réciproque.

Il arrive aussi que, faute de savoir traduire leur opinion avec des mots qui la résumeraient, beaucoup de personnes gardent le silence et laissent s'accomplir autour d'elles des actes regrettables, qu'une remarque de leur part aurait assurément empêchés.

On ne saurait dire combien sont nombreux ceux qui déplorent le mutisme dont ils sont atteints au moment d'exprimer leur pensée.

Il n'est certes pas donné à tout le monde de dépeindre ses sentiments à l'aide de mots recherchés, mais il est toujours possible de consacrer le temps nécessaire à l'acquisition d'un langage châtié ac-

compagné de gestes harmonieux, exprimant d'une façon lucide, des idées simples et saines.

Il n'est pas de circonstances où l'art de la parole n'ait une place prépondérante dans la conclusion des actes.—Le jeune lettré qui se présente avec aisance et parle élégamment se conciliera plus vite les bonnes grâces de son maître qu'un autre de mérite supérieur, inexpert dans l'art de s'exprimer.

La facilité d'élocution est devenue une nécessité, et, on ne peut que plaindre ceux qui en sont dépourvus car ils courent grand risque de ne jamais atteindre la situation dont ils sont dignes.

La présentation d'une affaire ou d'une idée exige un déploiement de persuasion plus ou moins considérable mais certain; or la conviction ne s'impose que par des paroles, prouvant la vérité des assertions.

Est-il rien de plus piteux que l'attitude d'un homme incapable de se faire comprendre et de faire partager l'idée qu'il voudrait voir adopter.

Quelle que soit la chose qu'il proposera, s'il le fait d'une façon maladroite et embarrassée, on ne prendra aucun souci de ses recommandations.

Nous avons, au contraire vu des intrigants parvenir facilement, malgré la qualité déplorable de leur but, parce qu'ils ont su, par leur verbiage, étourdir ceux dont ils ont surpris la bonne foi.

Mais si l'art de la parole est nécessaire dans la

vie sociale, il ne l'est pas moins dans la vie de famille.

Un père balbutiant et incapable d'exprimer correctement ses volontés ne jouira jamais d'une autorité complète.— Ses enfants se sentiront imparfaitement soutenus par un aussi mauvais avocat, et ils souriront des gauches réprimandes qu'il leur adressera.—

Lui-même, bien souvent, se trouvera si gêné par l'insuffisance de son éloquence, qu'il hésitera à formuler le reproche que sa conscience lui dicte et que sa voix traduit si fâcheusement.— Et que d'occasions nombreuses il perdra d'instruire ses fils en les intéressant.

Il est certaines écoles, nous dit un philosophe grec, où l'art de la parole est enseigné aux enfants avec les premiers éléments de l'instruction.

Le maître n'admet pas les vulgarités du langage et ne donne droit qu'aux réclamations formulées d'une façon aussi correcte qu'on peut l'exiger dans un âge tendre.

Quelle leçon pour nos éducateurs contemporains

Et le philosophe, laissant parler en lui le psychologue, ajoute :

Bien des familles doivent à l'éloquence familière de leur chef l'union et l'harmonie qui sont les dons les plus enviables du monde.— Et lorsque, passant par un beau soir devant les maisons dissimulées dans la tranquillité sereine, le voyageur

entendra la voix d'un homme racontant à sa famille attentive ces merveilleuses histoires qui entretiennent dans les âmes le culte de la beauté et du courage, il pourra hardiment s'arrêter, déposer son bâton et solliciter une place parmi les auditeurs ; il sera accueilli comme les règles de l'hospitalité l'exigent, car là où règne la sérénité, règnent aussi la bonté et la charité.

CHAPITRE I

Comment acquérir l'art de la parole.

Avant d'en venir à l'éloquence, l'apprenti orateur doit se pénétrer de nombreux principes, de l'observance desquels dépendront ses futurs succès.

L'éloquence est quelquefois un don, mais c'est le plus souvent un art; la nature ne donnera jamais ce que peut apporter l'étude.

Si cependant, celui qui se destine au combat oratoire est naturellement doué; l'étude ne fera qu'affermir sa puissance en assouplissant ses dons naturels.

Il est peu de gens qui, sous l'empire d'une passion, ne soient incapables d'une éphémère éloquence; mais s'il s'agit d'attaquer, de défendre ou de prouver avec habileté et autorité, la plupart succomberont sous les difficultés d'une tâche que la méthode n'aura point aplanie.

L'étude a encore pour résultat de provoquer la plus grande expansion avec le minimum d'efforts. — Les orateurs experts se sauvent ainsi du gaspillage de force qui rend les manifestations des novices si désordonnées et si souvent stériles.

On pourrait diviser l'étude concernant l'art oratoire en deux sections totalement différentes :

L'étude mentale ;

L'étude mécanique ou l'automatisme.

C'est de la première partie dont nous allons nous occuper dans ce chapitre.

Le défaut principal du novice est la confusion, ou, pour mieux dire, la profusion des mots, dont la masse imprécise vient hanter son cerveau.

Il devra donc faire un choix dans tous les éléments verbaux qui assaillent sa pensée et les appliquer d'abord à chaque objet qu'ils semblent plus heureusement définir.

Dès qu'il sera assez maître de lui pour s'imposer une seule appellation pour chaque objet, l'élève construira de courtes phrases, dans lesquelles ce même objet sera désigné sous le nom unique qui, pour commencer, lui est dévolu.

Il s'exercera ensuite à enrichir son vocabulaire d'appellations synonymes et, dans des phrases un peu plus longues, il nommera deux ou trois fois la même chose en lui attribuant chaque fois un nom différent.—Vous trouverez dans un autre chapitre un grand nombre d'exercices à cet effet ainsi qu'un long vocabulaire de synonymes.

La pratique de ces exercices vous rendra de précieux services si, plus tard, au cours d'un discours, le mot cherché venait à se dérober.

Cette mésaventure arrivera moins souvent à l'élève qui se sera familiarisé avec cette méthode ;

mais dans le cas où cette lacune se produirait, ses études habituelles lui permettrait de la combler instantanément.

Un autre Inconvénient, terreur des jeunes orateurs, est la défaillance subite de la mémoire, qui les laisse désemparés, incapables de se rappeler l'ordre de leur discours et l'enchaînement des périodes.

Cet évanouissement de la mémoire n'est jamais de bien longue durée et, si le discours a été bien préparé, il ne tarde pas à se représenter de nouveau à l'esprit du parleur, mais de cette minute d'oubli peut dépendre sa réputation.—Il est donc essentiel, pour celui qui veut éviter cet échec, de se prémunir contre toute absence de souvenir en cultivant l'art de l'improvisation.

Il se contraindra tous les jours à improviser quelques courtes phrases sur un sujet toujours différent.—Cette habitude le mettra à l'abri de l'oubli partiel car, dans le cas où l'argument attendu se déroberait, il trouverait facilement à le remplacer par un autre que l'habitude acquise lui suggérerait facilement.

Un écueil non moins dangereux est la difficulté d'exprimer en quelques mots une pensée très complète.—La prolixité est le grand défaut de l'orateur inexpérimenté, et l'on ne saurait assez s'en garantir.

Il sera donc bon pour l'élève de s'exercer à réduire une proposition, sans pour cela en diminuer

la portée.—Un exercice non moins nécessaire est de poser une période et de la reprendre en la terminant d'une façon différente, sans laisser subsister autre chose que le sujet.—Par exemple étant donnée la phrase:—" Les belles actions sont l'apanage des gens de bien," on laissera subsister ces mots : " les belles actions," et l'on s'exercera à leur trouver un attribut différent, mais toujours conforme à l'esprit de la première phrase :

" Les belles actions sont la richesse des pauvres " gens."

" Les belles actions ne sont comprises que d'une élite," etc.

Pendant tous ces exercices, la préoccupation du novice sera la clarté.

Il ne s'agit pas de se comprendre soi-même simplement, car outre la complaisance que chacun est tenté d'y apporter, on peut arriver à comprendre sa pensée sans s'aider de la parole.

Il est donc nécessaire de se mettre à la place de l'auditeur et de répéter les mots en oubliant l'idée, pour ne se préoccuper que de la compréhension auditive.—Dans bien des cas, le discoureur devra convenir que s'il ne connaissait pas sa propre pensée, il lui serait difficile de la démêler, dans la confusion des mots dont il l'a revêtue.

Pour amener la conviction, la première condition est de frapper les esprits par des images qui sollicitent leur attention.

La confusion est toujours l'ennemi de la sym-

pathie qui doit s'établir entre l'orateur et les auditeurs.

Lorsque tous ces principes seront mûrement étudiés et fidèlement observés, il sera temps pour le jeune orateur de s'exercer à la parole, en s'intéressant à ce qui touche la mentalité, l'intelligence et l'expérience.

Un de ses soucis journaliers sera donc l'extension de son vocabulaire.

L'indigence des termes techniques marche rarement de pair avec la richesse de l'esprit; elle est, en tout cas, un obstacle sérieux au succès de l'orateur. L'acquisition de quelques appellations, de quelques expressions, de quelques définitions nouvelles, sera donc un but qu'il poursuivra activement.—Il pourra en faire un judicieux usage dans la conversation journalière, là où la liberté de composition, la variété des sujets le laisser-aller du style permettent d'aborder tous les genres et de donner carrière à une imagination non retenue par les exigences du discours.

Un des artifices de l'art oratoire consiste encore dans l'emploi de certaines phrases qui permettent d'attendre le retour de la pensée fugitive.

L'orateur prudent ne manquera pas d'emmagasiner ces phrases dans sa mémoire comme on fait dans une maison à l'égard d'un objet de peu de valeur, mais dont la nécessité peut un jour se faire sentir.

Nous conseillons fortement à nos élèves l'ac-

quisition de ces phrases de secours, que tout discoureur devrait avoir à sa disposition, en cas de pénurie, telles que :

Je ne voudrais pas vous imposer mes convictions, cependant

J'aurais voulu vous dire mieux que je l'ai fait combien.....

Pour aujourd'hui, je me bornerai à vous exposer.....

Est-il besoin d'insister d'avantage

Il est des vérités qu'il est impossible de ne pas reconnaître.....

Dans le cas où l'orateur désirerait placer une anecdote relatant un fait où il a joué un beau rôle :

Je vous demande pardon d'évoquer un souvenir personnel, mais.....

Ou encore : Et à ce propos je vous demanderais d'évoquer un souvenir personnel. Cependant, l'orateur délicat méprise ces subterfuges et ne veut s'en servir que dans les cas d'extrême nécessité.

N'avez-vous jamais vu des matelots exercés s'embarquer pour une traversée dangereuse ? nous fait remarquer Xanthès le philosophe grec, —malgré la solidité de leur puissante galère, ils négligent rarement d'emporter avec eux des ceintures destinées à les maintenir à la surface de l'eau, en cas de naufrage.

Ces instruments n'ont d'autre but que de leur

laisser le temps d'attendre un vaisseau sauveur. Ceux qui mépriseraient ce secours seraient taxés d'imprudance, car ce dédain pourrait bien leur coûter la vie.

Les phrases dont nous venons de parler jouent, dans le discours, le rôle des ceintures de sauvetage elles sont destinées à éviter le naufrage de l'orateur dans l'océan de l'oubli et à lui permettre d'attendre le retour de la mémoire ou celui, non moins désiré de la présence d'esprit.

Bien des qualités sont indispensables pour la formation d'un bon orateur.

Nous l'avons déjà mis en garde contre un danger redoutable: la diffusion.

Il ne saurait trop se méfier de l'abus des périphrases.

Il cherchera l'élégance dans l'assemblage des mots.

L'élégance peut exister aussi bien dans le lyrisme que dans le style pathétique que dans les exhortations viriles ou les déclarations belliqueuses.

C'est l'opposé de la vulgarité; elle peut être brutale ou enthousiaste, simple ou recherché, mais elle commandera toujours l'attention par le souci du mot juste et la recherche de l'expression.

Le ton naturel, acquis par les exercices dont nous parlerons dans le prochain chapitre, est celui vers lequel doivent tendre tous les orateurs.

Pour l'acquérir, voici un procédé très appréciable.

Prenez une phrase familière très courte et prononcez-la du ton dont vous le feriez si elle était enrichie de commentaires.—Prenons la phrase la plus ordinaire : *Je ne sais pas*, et exerçons-nous à la dire avec l'intonation que lui valent les circonstances dans lesquelles nous la prononçons.

D'abord la négligence.—Cette question m'importe peu, je dédaigne de l'approfondir ; il m'est donc impossible d'en parler, *Je ne sais pas*.

Le regret léger.—J'aurais plaisir à vous informer, mais *Je ne sais pas*.

Le dépit.—Comme je serais heureux de connaître les intentions qui ont dicté cet acte, mais j'ai beau chercher, *Je ne sais pas*.

La colère.—Et dire qu'en ce moment peut-être on ourdit un complot contre moi et il m'est impossible de me défendre, puisque, *Je ne sais pas*.

La douleur.—Peut être mon ami le plus cher a-t-il disparu dans cette guerre, mais quoi que j'aie pu faire, il m'a été impossible d'être fixé : *Je ne sais pas*.

La constatation.—Si l'on m'avait appris cet art, je pourrais en parler maintenant, mais, *Je ne sais pas*.

La variété des nuances, lorsqu'elle est habilement observé, est un des charmes du discours.

Celui qui sait, par d'heureuses transitions, passer de l'amplification à la simplicité et du lyris-

me à la froideur sentira son auditoire vibrer sous l'influence de sa parole.

Le rôle de la voix est aussi d'une importance capitale et ses transformations sont toujours de nature à renouveler l'attention.

Le changement de registre indique aussi une diversion et rompt la monotonie du discours.

Il est bon de s'exercer à souligner légèrement par une intonation de voix, un mot auquel on veut donner une valeur plus forte.

C'est parfois une phrase toute entière à laquelle on tient à attribuer la place méritée par l'idée qu'elle exprime.

Il y a plusieurs façons de souligner : la première réside dans l'articulation : l'autre dans le volume augmenté ou diminué de la voix.

Quoi qu'il en soit, c'est un artifice excellent pour consolider et retenir l'attention de l'auditeur.

En feuilletant encore quelques pages, vous trouverez des conseils concernant les débuts des orateurs.

Dès que le novice porteur de parole se sentira suffisamment armé, il s'attachera à mettre à profit toutes ses acquisitions.

La plus grande harmonie règnera toujours entre sa parole et ses pensées ; il bannira la timidité, mère de l'embarras et s'efforcera de ne parler que judicieusement.

Le moment venu de se produire en public, il

s'inquiètera d'abord de l'endroit où il devra parler.—Ceci est d'une très grande importance, car les discours doivent toujours être appropriés au lieu dans lequel ils sont prononcés.—En plein air, la voix s'étendra plus volontier, les phrases s'amplifieront et le rythme des périodes se fera plus vigoureux.

Dans un amphithéâtre, les nuances seront plus indiquées et l'on pourra de temps en temps abandonner ce genre pompeux pour prendre le ton simple et presque familier.—Il est donc essentiel de se renseigner exactement sur l'endroit où l'on parlera et, si cela est possible, d'en essayer l'acoustique, car il faut toujours craindre les résonances, qui, en prolongeant la dernière syllabe de chaque mot, produisent une confusion dans l'audition.

La nature de l'auditoire est encore un objet de préoccupation.

Il faut parler au public le langage qu'il est apte à comprendre et celui qui s'exprimerait dans les mêmes termes devant une assemblée de savants ou devant des illettrés, ne serait pas digne du nom d'orateur.

Les plus grands pontifes de l'art de la parole ont dit : "Celui qui parle au public en est le maître ou l'esclave, suivant qu'il sait ou non l'influencer."

On ne manquera pas, tout en parlant, d'observer les assistants afin d'observer leur attitude et

de gouverner son discours suivant la façon dont ils l'accueillent.

Si l'on remarque la moindre impatience, il ne faut pas hésiter à sacrifier quelques périodes pour écourter le discours et s'efforcer d'avoir recours aux diversions dont nous avons déjà parlé.

En aucun cas, on ne se laissera déconcerter et si l'on se trouve dans l'obligation de répondre à un contradicteur, on le fera posément, en plongeant son regard dans le sien et en appelant à son aide le souvenir des improvisations quotidiennes.

CHAPITRE II

De l'éloquence.

Il est deux sortes bien distinctes d'éloquence.

L'une pourrait se comparer à la foudre qui enflamme et atteint brusquement.

L'autre ainsi qu'un feu dissimulé sous la cendre, couve longtemps avant de laisser surgir la flamme communicatrice.

L'éloquence est surtout le talent de persuader. Elle est parfois aussi le moyen d'entraîner les foules et de décider les mouvements d'héroïsme et d'abnégation.—Cependant, sous cette dernière forme, elle trouve moins facilement à s'employer.—Les élans glorieux et les gestes pathétiques ne tiennent qu'une place relativement restreinte dans la vie ordinaire, mais le besoin d'amener la conviction existe à tous les degrés de l'échelle sociale, et ceux qui ont le secret de la faire germer dans les coeurs, appartiennent à la classe des puissants de ce monde.

Pour être éloquent, il est indispensable que celui qui parle soit persuadé de la justesse de la cause qu'il défend.

Cependant, nous prévenons le cas où un désir d'humanité ou de protection inviterait un orateur

à soutenir le bien-fondé d'une cause qu'il sait mauvaise.—On pourrait objecter que bien des hommes d'un talent éprouvé ont parlé contre leurs convictions en proclamant l'innocence d'un coupable qu'ils étaient appelés à défendre.—Beaucoup d'entre eux sont parvenus à faire passer dans l'esprit des juges la croyance en une innocence qu'ils savaient ne pas exister.—Cette assertion est véritable et trop d'exemples fameux viennent la confirmer pour la mettre en doute.

Mais on ne doit pas oublier que ces hommes qui défendent le crime, sont mus par deux sentiments dont l'un très noble : celui de contribuer au rachat d'une conscience et d'une individualité, et l'autre grotesque, celui de l'intérêt rémunérateur.

La beauté du premier sentiment leur fait oublier l'erreur du motif ; et ils ne sont pas de mauvaise foi lorsqu'ils plaident l'innocence, car ils pensent surtout à la rénovation future de celui que leurs efforts oratoires arracheront au châtiement mérité.

Le second motif est la destination.—Avant tout, un discours, pour être éloquent doit avoir un but précis.—Qu'il soit grave ou frivole, réel ou chimérique, ce but se dessinera nettement dans l'esprit de l'orateur, sinon ses discours ne prouvant rien et ne traduisant pas une théorie définie, il lui serait difficile de tracer l'attention vers

une conclusion confuse qu'il serait lui-même empêché d'exposer avec clarté.

Une erreur assez commune est de s'imaginer que l'éloquence consiste en phrases redondantes, en verbiage abondant et brillant et en traits d'esprit.

Cette phraséologie ambitieuse n'a rien à voir avec l'éloquence véritable.

Celle-ci, loin de se prodiguer en mots sonores, s'applique à les encadrer dans des phrases élégantes et courtes.

La clarté et la simplicité sont les qualités premières de l'éloquence.

Un discours doit avant tout donner une impression de netteté et de logique.

L'union est encore à considérer, car c'est grâce à elle que toutes les parties du discours peuvent tendre à la conclusion.—Celui qui, pendant un instant seulement, perdrait de vue la conclusion de son discours, risquerait de s'égarer dans des digressions oiseuses qui lui raviraient l'attention du public.

Or nous avons déjà constaté combien elle est fugace et quelle difficulté il y a à la rappeler lorsqu'elle s'est évadée.—C'est pourquoi on ne saurait jamais assez encourager les jeunes orateurs à ne point laisser dévier la leur, en s'arrêtant à la recherche d'un mot ou d'un argument qui momentanément, leur échappe.—Dans le premier cas, on remplace le vocable manquant par

un synonyme; fût-il moins harmonieux ou moins heureux comme application, on ne doit pas cependant négliger de saisir celui qui passe, s'il remplit à peu près les fonctions du fuyard.

On fera de même pour l'argument.—Pourtant le cas ne se présenterait pas si le discours était d'abord *pensé*, comme il convient que tous les discours le soient.

Mais si, malgré tout, cela se produisait, l'orateur au lieu de s'affoler et, de laisser voir son désarroi au public, devrait résolument abandonner cette recherche et choisir un commentaire nouveau.—Pendant ce temps, et afin de dissimuler son embarras, il répètera sa dernière phrase, comme si il voulait qu'elle se gravât spécialement dans l'esprit des auditeurs.—Puis il fera une pause.—La pause est nécessaire, lorsqu'elle n'excède pas quelques secondes.

Elle est dans le discours le signe qui, dans les manuscrits, marquent les terminaisons de phrases.

Après la pause, l'auditeur est averti qu'un argument différent, sinon une nouvelle idée, va lui être soumis et son attention s'en trouve aiguisée.

Tous ces artifices permettront au discoureur de construire une autre période, qui devra toujours se relier à la précédente et tendre, comme toutes celles qu'il a pu préparer, vers la conclusion dont il veut imposer la compréhension.

Un autre moyen certain de renouveler l'attention vacillante est de savoir ménager les effets d'opposition.

On ne saurait assez le répéter ; il s'agit pour un orateur de forcer l'attention de son auditoire à ne point se détacher de ses paroles.

La qualification d'éloquent appartient à celui qui détient ce secret.

Aussi, faut-il par tous les moyens possibles, arriver à la mériter ; à défaut de persuasion, l'effraction est un acte louable, pour celui dont la mission est de laisser pénétrer la conviction au fond des âmes.

Nous dirons dans un chapitre ultérieur en quoi consiste scientifiquement la composition d'un discours.

Un des principaux défauts de l'orateur inexpérimenté est de débiter très vite—dans la seule intention de gagner du temps, dans une harangue qui lui semble trop longue.—Ceci arrive généralement au moment où celui qui parle perçoit quelques signes de fatigue dans l'auditoire.

Voulant détruire l'impression de longueur, le novice parle avec une telle volubilité qu'il oublie l'art des nuances ; or la monotonie rend tout interminable et cette façon de procéder a le don d'évoquer l'impatience du public.

Si cela se produisait, le jeune discoureur n'aurait d'autre solution à adopter, pour ramener l'attention échappée, que de provoquer brusquement

par une phrase, dans laquelle la façon de procéder indiquerait un contraste très net avec la précédente.

Par exemple si la phrase débitée est du genre neutre, un langage fougueux s'imposera.—Si au contraire elle portait sur des considérations austères, une opposition, appelant la représentation de gracieuses images dans l'esprit des assistants, aurait vite vaincu l'impression mauvaise et captivé de nouveau leur curiosité.

Hors le discours pompeux, on peut compter encore bien des sortes d'éloquence.—Celle qui, dictée par une impérieuse conviction, est le résultat d'une aspiration, dont le but apparaît sous la forme d'un sacerdoce.

On peut encore regarder comme de l'éloquence, la rudesse familière du bon sens, exprimé en termes si nets que chaque coup porte et laisse sa trace.

L'ironie est quelquefois aussi de l'éloquence lorsqu'elle n'adopte pas le ton de la satire et qu'elle se garde de la brutalité.

Mais dans aucun cas elle ne doit tomber dans la trivalité.

Le secret de l'éloquence consiste encore dans l'art de choisir son sujet, par rapport aux auditeurs qui sont appelés à le commenter avec l'orateur.

Il est un principe dont il ne doit jamais se départir :

Dans aucun cas, le besoin de placer un trait brillant ne lui fera oublier l'art de la composition.

Devant quelque public qu'il soit appelé à parler, il ne négligera la perfection qu'il apporterait dans les joutes oratoires les plus célèbres.

Et si modeste que soit la mentalité de son auditoire, il n'oubliera jamais ce principe :—Bien peu de gens ont assez d'érudition pour mépriser l'approbation des ignorants.

CHAPITRE III

Le geste.

L'art des orateurs comprend deux langages : celui de la parole qui s'adresse à l'ouïe et à l'esprit et celui de la mimique, destiné à commenter le premier et qui s'adresse aux yeux et à l'intelligence.

Ce dernier pourrait se diviser en plusieurs parties :—

Le geste,

La physionomie,

L'attitude.

Le geste est d'un grand secours à l'orateur qui sait s'en servir judicieusement, non seulement pour ponctuer sa phrase, mais encore pour lui permettre une plus large aspiration.

La mimique doit varier d'ampleur suivant le genre des paroles qu'on prononce et surtout suivant le lieu où elles sont prononcées.

Il est certain qu'un discours prononcé en plein air, devra être ponctué de gestes plus larges que ceux qui accompagneraient les mêmes phrases, dites dans une salle exigüe.

Le tribun qui incite à la défense du soi ne peut

avoir le même geste que le savant expliquant à ses disciples le mystère de la science.

Le geste, dans une salle étroite et devant un public peu nombreux, peut parfois se réduire à des mouvements de physionomie.

Le geste sera lent ou bref, suivant les besoins de la phrase qu'il souligne.

Mais il devra toujours être large, arrondi, sans nervosité, sans mollesse et surtout sans gaucherie.

Nous allons examiner quelques-uns des défauts caractérisant la majorité des jeunes orateurs.

D'abord l'exagération qui, si elle n'est point pratiquée par un orateur sublime, parlant de choses héroïques, deviendra très vite de la gaucherie.

Et encore faut-il que cette exubérance soit fugitive et requise par les exigences de la situation.

—On taxe d'exagération tout geste inutile, qui n'est pas dicté par les besoins de la phrase. On bannira aussi tous les gestes vulgaires, tels que celui qui consisterait à rejeter derrière le dos les plis de sa toge, ou autres de la même nature.

Les mains aux hanches, les poings en avant, les mains jointes sur l'abdomen sont autant de façons qui marquent le laisser-aller et dont il faut se garder.

On évitera aussi les gestes qui couvrent le visage, ou qui s'entre-croisent sans motif ; on évitera d'écartier les doigts ou de fermer la main en entourant le pouce, etc.

La mobilité excessive est toujours un défaut, car elle communique à l'auditeur l'inquiétude, qui semble agiter le discoureur.

La production à intervalles réguliers du même geste est également un spectacle énervant pour l'auditoire, qui, malgré lui, attend et craint le retour de ce geste; or, cette préoccupation cause à l'orateur un sérieux préjudice, puisqu'elle détourne, au profit d'une puérité, une partie de l'attention due toute entière à son discours.

Cependant, pour éviter cet écueil, il serait dangereux d'avoir recours à l'immobilité.

Après avoir signalé les défauts de la mimique, nous nous attacherons à démontrer les qualités qu'il faut cultiver.

La première de toutes est de rechercher l'harmonie dans le geste et la parole.—Un mouvement gracieux sera déplacé, s'il ponctue une période héroïque.

Tel autre, qui eût été admiré dans ce dernier cas, sera ridicule s'il commente un gracieux récit.

L'aisance est la qualité la plus prisée et celle que l'on exige avant tout du porteur de la parole.

La variété du geste doit résoudre ce difficile problème de s'allier à la sobriété.

Rien n'est plus fâcheux que ce tourbillon de bras et de mains qui à tout propos—se lèvent, se baissent, s'agitent; il en résulte toujours un

malaise, dont le discours le mieux équilibré se ressentira assurément.

Le geste sera toujours ample, arrondi et non saccadé.

Pour obtenir ces résultats, un exercice journalier est nécessaire.

Il est indispensable aux élèves, mais les maîtres ne s'en libèrent pas non plus, et, depuis Demosthène jusqu'à l'orateur le plus obscur, tous ceux qui ont fait profession de parler s'y livrent chaque jour avec application.

Il consiste en une série de gestes qu'il est bon de travailler séparément afin de les produire avec aisance, le moment venu.

On s'exercera donc à produire le geste voulu en s'abandonnant d'abord au naturel et en corrigeant ensuite ce qu'il peut avoir de disgracieux ou de vulgaire.

Afin de faciliter cette étude, nous classerons les gestes en différentes catégories dont nous citerons d'abord les deux divisions principales ;

Les gestes d'impression.

Les gestes d'indication.

Les premiers traduisent presque toujours uniquement le sentiment ; cependant on peut les employer pour exprimer une sensation physique : la douleur, le bien-être, le froid, le chaud, etc.

On étirera les bras si l'on est en proie à la fatigue ; on s'essuiera le front par une grande chaleur ; on portera la main au front ; sous l'impres-

sion douloureuse de la migraine; on étanchera ses larmes, etc.

Cependant beaucoup de gestes ne peuvent être exécutés pendant le discours, auquel on donnerait un aspect de vulgarité, confinant au ridicule.

C'est à l'orateur de choisir ceux qui lui semblent adéquats au sujet qu'il traite et, après les avoir longuement étudiés, de ne s'en servir qu'avec la plus grande discrétion.

On peut encore classer parmi les gestes d'impression, celui de la menace, ainsi que ceux de la haine, de l'amour, de la vengeance, de la satisfaction, du mécontentement, de la surprise et de la stupeur.

Dans les gestes d'impression, les sensations intimes peuvent être toutes personnifiées par l'orateur.

L'enthousiasme sera exprimé par un mouvement des bras en l'air, ou projetés en avant.

Le découragement, par les bras tombants et une attitude affaissée.

Le défi, par les bras croisés.

Si l'on se trouve amené à protester de sa bonne foi ou de son dévouement à une noble cause, la main s'appuiera sur la poitrine, dans un geste large.

L'impuissance sera démontrée par les bras écartés du corps.

Le bras légèrement écarté, la main entr'ouver-

te en forme de coquille, la paume en l'air exprime le geste d'accueil.

Le même mouvement, mais les doigts réunis et la main horizontale traduit l'offre.

Les gestes d'indication sont plus précis :

Le bras tendu avec l'index horizontal est l'indication d'un congé brutal.

Le même geste, si l'index est recourbé vers la poitrine sera un appel.

Dans la familiarité, le bras se lèvera et l'index remontera à la hauteur du visage.

La paume horizontale et les doigts écartés, dans un geste glissant, indiquent une chose plane et exprime le calme et la sérénité.

Ce même geste ondulé marquera les sinuosités.

Pour inciter au calme, on agitera légèrement la main de haut en bas.

L'expression de la physionomie se classe aussi dans la partie de l'art oratoire dénommée la mimique.

Il est très important de ne jamais la laisser dévier jusqu'à peindre un sentiment contraire à celui que l'on exprime.

Il est non moins essentiel de ne point adopter l'immobilité que certains novices prennent pour une froideur de bon goût.

Ils se garderont aussi des témoignages trop exagérés, comme des froncements de sourcils,

du sourire sans cause ou des contorsions de la bouche.

L'expression des yeux sera pour eux l'objet d'une étude particulière ; leur mobilité excessive, le clignement trop fréquent seront autant de défauts, qui viendront détruire l'harmonie de la physionomie.

L'habitude de clorre les yeux doit être vivement combattue, car elle dérobe aux assistants les sentiments qu'ils sont chargés d'exprimer.

La fixité a le même inconvénient.

Il est encore mauvais de jeter les yeux toujours sur le même point ; la tête se trouvant ainsi souvent penchée du même côté il se trouve qu'une partie de l'auditoire se voit, inconsciemment, négligée par le discoureur.

Pour toutes les autres parties du visages, l'orateur, sans se livrer à une mimique excessive, qui dépasserait les limites de l'imitation permise, s'attachera à esquisser à l'aide de mouvements de la face les impressions qu'il décrit.

Lorsqu'un orateur dira : Pleurons sur le sort de nos frères tués à l'ennemi, tous les traits de sa figure peindront la tristesse, mais il serait parfaitement ridicule s'il fondait en larmes.

De plus, la simple esquisse permet de passer très vite de la tristesse à un autre sentiment, ce qui deviendrait très difficile si l'impression avait été trop profondément marquée.

Pour continuer le même exemple, on prendra

la phrase citée plus haut en la terminant par les mots : Vengeons-les, et l'on se rendra compte qu'il serait impossible à l'orateur qui aurait contraint ses traits à exprimer la tristesse la plus profonde, de les forcer immédiatement à marquer l'énergie farouche contenue dans les mots : vengeons-les.

Si, au contraire, il a simplement esquissé la tristesse recueillie, il lui sera aisé, par un mouvement imperceptible, de les amener à peindre la résolution dictée par les paroles de conclusion.

Les yeux sont les éléments principaux de la physionomie ; c'est donc surtout leur expression à laquelle l'orateur doit s'attacher.

Suivant qu'ils sont grands ouverts, mi-clos ou baissés, ils témoigneront la surprise, la peur, l'indifférence ou la pudeur.

S'ils brillent sous des sourcils rapprochés, ils indiquent la colère ; s'ils restent calmes, tandis que les sourcils se froncent, c'est le signe de la résolution froide.

Les narines ouvertes expriment le dédain.

La bouche s'ouvre dans l'émotion causée par la peur en une violente surprise.—Dans la douleur, les commissures des lèvres s'abaissent.

La lèvre inférieure projetée en avant marque le dédain et parfois l'ignorance.—Le mouvement de la tête rejetée en arrière s'accompagnant d'un relèvement de sourcils traduit l'audace.

L'affirmation s'exprime par un geste de la tête de haut en bas.

Tournée plusieurs fois dans un sens différent, la tête indiquera une négation.—Plus ces deux mouvements seront vifs et répétés, plus l'affirmation ou la négation aura de violence.

La troisième partie de la mimique, l'attitude, est une chose moins définie que les gestes.

L'attitude est un composé de tout ce qui concerne la mimique.

C'est l'art de plaire aux yeux tout en charmant les oreilles.

Un orateur ne doit pas oublier que c'est par son attitude qu'il est jugé d'abord.

Il se présente avant de parler et si son maintien déplaît au public, il aura mille fois plus de difficultés pour le conquérir.

On comprendra donc de quelle utilité peut être la science de l'attitude puisqu'elle évite d'être jugé par le public, avec une sévérité prématurée.

La première de toutes les conditions pour conquérir une attitude harmonieuse est d'observer toutes les règles prescrites, quant à la sobriété et la beauté du geste.

Il est nécessaire ensuite de savoir prendre possession de son public, c'est-à-dire de le dominer par la franchise du regard et la froide réserve du maintien.

Les timides ne parviennent jamais à s'imposer

à l'auditoire, parce qu'ils ne sont pas suffisamment convaincus de leur propre valeur.

En montant à la tribune, tout orateur qui veut être maître de son public doit se pénétrer de la pensée de sa supériorité.

En agissant ainsi il ne commettra pas un acte de vanité outrée, car il est incontestable que la plupart de ceux qui sont venus pour l'écouter admettent cette suprématie, leur présence étant une preuve certaine de cette conviction; on ne se dérange pas pour écouter un discoureur, lorsqu'on est persuadé qu'il ne peut rien nous apprendre.

L'orateur prendra donc une attitude aisée et sûre de lui; s'il ressent de l'émotion, il fera un effort énergique pour la dissimuler.

Il attendra que les rumeurs soient apaisées pour parler; dans le cas où il aurait prononcé ses premiers mots dans le tumulte, il les répètera en laissant s'écouler un intervalle de quelques secondes entre ces mots et leur répétition.

Le silence subit de l'orateur est le meilleur moyen d'apaiser le tumulte de l'auditoire.

Pendant la durée de son discours, il tournera la tête tantôt à gauche tantôt à droite, afin que chacun puisse en prendre sa part.

Il s'efforcera de produire seulement les gestes que commentent ses paroles.

Il augmentera ou diminuera le volume de sa voix, suivant la dimension et l'acoustique du lieu où il parle.

Il aura soin d'exprimer par un sobre jeu de physionomie les sentiments qu'il décrit et il les soulignera de gestes élégants et empreints du souci de la beauté.

Il est toujours meilleur de commencer lentement un discours et de débiter par de courtes phrases.

On doit penser à agir sur l'esprit du public, qui s'imprègne d'autant plus sûrement de l'idée, qu'on n'a pas brusqué l'effort de compréhension qu'on exige de lui.

Abrégez l'exorde et entrez le plus vite possible au coeur du sujet; vous aurez beaucoup plus de chances d'être écouté que si vous avez déjà fatigué l'attention du public par des considérations inutiles.

Un discours n'est pas une leçon de rhétorique; c'est une démonstration en faveur d'une conviction.

Pour cette raison, lorsque l'on parviendra, après l'exorde, au commencement du discours, il sera bon de créer en soi un enthousiasme qui se propagera dans le public, par le moyen de chaleureuses paroles que cette ardeur dictera et des gestes justes et harmonieux dont on commentera les périodes, qui, à ce moment, deviendront plus longues et surtout plus sonores.

Le geste final, comme la phrase de péroraison, ne sera jamais laissé au hasard de l'improvisation.

Ce geste a autant d'importance que le premier de tous.

Si l'attitude initiale influe sur la disposition des auditeurs, celle de la terminaison restera figée dans leur mémoire représentative; elle abolira les gestes précédents pour ne laisser subsister que celui-ci.

Bien entendu, nous écartons les cas de gaucherie ou de ridicule ; cependant en admettant qu'on ait eu à en constater au cours de la harangue, la belle attitude de la péroraison les ferait oublier.

CHAPITRE IV

Les mots et le langage

Les mots sont de sons combinés avec des bruits d'articulation dont l'assemblage produit dans notre esprit, par la force de l'habitude, l'apparition de l'objet qu'ils veulent désigner ou celle du sentiment qu'ils s'efforcent de dépeindre.

La représentation est plus ou moins précise, suivant la nature du mot qui la rappelle.

Certains d'entre eux n'éveillent qu'une image confuse, peu propre à frapper l'esprit.

D'autres, au contraire, sont de véritables torches, éclairant d'une vive lueur le sujet qu'ils sont chargés de présenter à notre imagination.

Le langage est l'association de ces mots, pour former une suite d'images, dont la cohésion, plus ou moins parfaite, affermit ou atténue la force des figures représentatives.

Les mots sont appelés à représenter des sentiments divers, suivant la façon dont on les dispose.—Tout le succès d'un orateur dépend parfois, non des mots qu'il emploie, mais de la manière dont il sait les grouper.

Il est certains mots que l'on pourrait qualifier de mots de renfort, car ils permettent d'employer

des expressions diverses, dont l'énoncé rend plus distincte l'image que nous voulons préciser.

Car il ne suffit pas pour un orateur de concevoir nettement l'objet dont il parle; il doit encore le rendre, pour ses auditeurs, absolument tangible.

Comprendre et voir distinctement, c'est bien, mais ce n'est pas tout; il faut que, par la description, nous présentions le sujet de nos observations, de façon à ce que ceux qui nous écoutent participent à cette vision.

Avant de chercher à provoquer chez les autres la contemplation dans laquelle nous nous complaisons, il est nécessaire d'entourer de lumière ce que nous voulons leur faire admirer.

Or, la lumière, pour un orateur, consiste dans le choix de mots, d'abord.

Ce choix doit s'appliquer exactement à la nature de l'objet en cause.

La recherche de l'expression est d'une importance capitale dans la qualité du discours.

Il y a des mots pompeux, qui semblent porter un manteau de pourpre.—D'autres, tout cliquants, nous apparaissent comme des guerriers marchant sous leur armure.

Quelques-uns sont la draperie que la poésie jette sur les brutalités du sentiment.

Certains mots éveillent des visions grises; d'autres dépeignent l'effort et l'amertume.

Il en est qui flamboient comme des éclairs, diffusant autour d'eux la lumière dont ils sont faits.

Mais pour que chacun de ces mots produise dans l'esprit de l'auditeur l'effet qu'on en attend, il est indispensable de les placer là où ils doivent l'être et de les faire valoir et de les renforcer.

Certains mots satiriques devront donner l'impression de coups de fouet, tandis que les mots d'indulgence couleront comme une source bien-faisante.

Toute la science du langage est là; les mots pris séparément sont peu de chose; mais leur groupement en fait un tout formidable ou gracieux, terrible ou bienfaisant, sévère ou attendrissant, suivant la mosaïque du discours.

Nous côtoyons tous les jours des gens qui cultivent la pureté du langage, sans pour cela posséder la science du mot.—C'est un don, disent les paresseux. Et cette constatation leur paraît suffisante pour se libérer d'une recherche que leur inertie repousse avec horreur.

C'est quelquefois un don, en effet, mais c'est la plupart du temps un résultat, obtenu à la suite d'études réfléchies et d'analyses rigoureuses.

Quant à ceux qui possèdent l'art du mot et méprisent la délicatesse du langage, on ne saurait les qualifier trop sévèrement, car leur défaut ne vient ni de l'ignorance involontaire, ni de l'insuffisance de leurs moyens; il gît dans une paresse d'esprit qui confine à l'atonie et dégénère très

vite, si l'on ne réagit pas, en une habitude atrophie de la volonté.

Le langage nous dit Xanthès, le philosophe Athénien, peut être comparé à un bel arbre dont les feuilles sont les paroles

Les fleurs sont les mots que nous avons décrits et qui, lumineux par eux-mêmes, emprunteront une beauté particulière à l'entourage dont ils sont pourvus.— Les branches de cet arbre personnifient les sentiments.

Le tronc, c'est la pensée puissante, génératrice des mouvements intérieurs.— Enfin les racines représentent l'idée, puisant dans les profondeurs de l'âme sa substance, qui, sous forme de sève, nourrit et fait prospérer toutes les parties.

Si les fleurs ne sont pas atrophiées et si l'on a eu soin de ne pas les laisser trop nombreuses, elles produiront de magnifiques fruits.

Mais il en est de cet arbre symbolique comme de la plupart des discours; la profusion des fleurs nuit souvent à la qualité des fruits, qui ne mûrissent que si l'on a eu soin de couper les branches mi-mortes et de supprimer les fleurs stériles, absorbant une partie de la sève au détriment de la fécondité des rameaux vigoureux.

L'abondance des ornements est toujours un obstacle à leur mise en valeur; la répétition des images, en créant une grande tension d'esprit, amène une fatigue prompte chez les auditeurs.— Au milieu d'une aussi riche floraison, l'esprit a

peine à faire un choix.—Cette opulence l'éblouit le fait hésiter et son attention se trouve dérivée au profit de la masse qui ne lui représente qu'une image confuse.

Ajoutons que dans le nombre de ces fleurs, la plupart sont infécondes et ne laissent après elles aucune trace de leur éclosion.

CHAPITRE V

La parole et l'idée.

Pour bien se faire comprendre des autres, la première condition est de se bien comprendre soi-même.

Dans l'arbre symbolique du chapitre précédent, nous avons vu que l'idée était à l'origine de tout développement et qu'elle seule alimentait les diverses parties de l'arbre dont les fleurs étaient appelées à produire le fruit de la science.

A la base de tout discours, il y a l'idée, sans laquelle la parole ne serait qu'un vain bruit.— L'idée précède la pensée qui est l'opération consistant à la développer.

L'idée se présente d'abord à nous à l'état de perception.—Elle agit sur les facultés réceptrices de notre cerveau, avant de frapper notre entendement.

Cette première période est celle de l'émission.

Nous émettons une idée avant de penser à ce qu'elle vaut ; c'est-à-dire, le cerveau conçoit l'idée et l'émet au jugement.

Cette idée est parfois si nulle et si dénuée de bon sens que nous la repoussons inconsciemment,

avant qu'elle ait eu le temps de s'imprimer complètement en nous.

D'autres fois, elle se présente sous une forme qui mérite d'être fécondée.

Nous devons donc nous imposer de la considérer par l'angle sous lequel elle nous était apparue d'abord, en l'isolant de toutes les idées parasites, qui ne manquent pas de venir s'y greffer.—Si l'idée entrevue ainsi est du domaine des choses réalisables, il sera temps alors de la considérer au point de vue des développements qu'elle comporte.

Nous allons maintenant décrire la façon dont nous devons exercer notre intelligence pour atteindre le but que poursuit tout orateur sérieux : celui d'influencer l'assemblée qui l'écoute.

Afin de trouver les mots qui émeuvent, on doit d'abord laisser la pensée acquérir la pleine précision que seule, la contemplation peut lui donner.

Il s'agit donc de s'efforcer à faire rayonner la projection des pensées sur l'idée que l'on désire prendre en considération.

A tous les points de vue, il sera sage de rejeter des pensées déjà énoncées et discutées maintes fois ; on ne saurait assez chercher à élargir le champ des observations.

Faire éclore une idée nouvelle, si celle-ci est du domaine du bon sens et peut soutenir la discussion, devrait être l'ambition de la plupart des orateurs.

Maintenir ses idées loin de tout contact incompatible doit être la préoccupation de celui qui désire en imposer à tous par l'autorité de sa parole.

Les idées présentées par l'orateur se communiquent à l'assemblée par un rayonnement d'échange qui rend les auditeurs enclins à s'approprier la pensée de celui qui sait la leur présenter avec force.

Un écueil est à éviter : la diffusion des idées qui, parties d'un point unique, peuvent diverger ou verser dans la confusion.

Pour parer à cette éventualité que les parleurs novices sont rarement capables d'éviter, nous conseillons d'user de la méthode de la division ; afin d'esquiver la cohue des idées semblables, qui se pressent sans ordre autour de l'idée première et n'ont d'autre effet que de l'affaiblir, si elles ne sont point sévèrement disciplinées, l'orateur doit songer d'abord à une première division qu'il décomposera ensuite en autant de subdivisions qu'il trouvera de groupements différents.

Dans chacun de ces groupes, il distinguera les idées propres au développement de son argumentation.

Il écartera toutes les idées dérogoires et se contentera de fixer celles qui appartiennent essentiellement à la thèse qu'il veut soutenir et il les appréciera suivant leur degré de parenté avec l'idée initiale.

Ensuite viendra le temps du classement.

Il établira entre les idées un ordre chronologique et un ordre d'importance.

Il est essentiel de savoir graduer les paroles persuasives, ou de les réserver comme arguments sans réplique, suivant la nature du discours et surtout celle des auditeurs.

Certaines idées ont besoin d'être présentées brutalement pour frapper l'assemblée; d'autres, au contraire, doivent être énoncées avec le grand souci de ne froisser aucun sentiment et de verser la conviction dans les esprits.

Lorsque ces opérations seront accomplies, la tâche de l'orateur ne sera qu'ébauchée.—A moins de sombrer dans la monotonie, il devra éviter de s'appesantir trop longtemps sur les idées d'un même groupement.

Sans abandonner l'idée directrice, il fera appel à des diversions, qui se présenteront sous la forme d'idées appartenant à une autre branche de la même famille.—Et il sera ainsi tout le long de son discours.

Sans abandonner l'idée principale, il en abordera d'autres qui viendront la confirmer et la renforcer.

L'idée conductrice est ce fil invisible, rattachant les idées, qui, sans lui, ne présenterait qu'un intérêt médiocre et n'aurait aucune chance d'amener la conviction dans l'esprit de ceux que l'on veut persuader.

Il arrive que l'idée conductrice mal préparée et

insuffisamment considérée se détache de tout ce qui vient heurter notre esprit, et nous assistons alors au spectacle lamentable d'un orateur cherchant éperdument ses idées et les rattachant au hasard, sans art et sans méthode, sans aucun profit pour ses auditeurs et au grand préjudice de sa renommée.

L'idée est donc essentielle dans l'art de la parole; sans sa fixation, le langage ne peut être précis, car elle seule permet la recherche de l'expression et bannit l'obscurité, nuisible à toutes les harangues de ceux qui ne sont pas des parleurs et penseurs.

CHAPITRE VI

La parole offensive et défensive.

La parole est l'arme la plus efficace, entre les mains de ceux qui n'ignorent pas la vertu de son influence.

Elle peut à la fois devenir un instrument de défense ou une terrible arme de combat.

Le grand Demosthène nous a prouvé que c'est surtout lorsqu'il s'agit de se défendre, qu'il est bon de mépriser le bouclier protecteur, pour brandir la lourde épée, dont les éclairs intimident l'adversaire.

Du choc de ces glaives imaginaires (la parole,) jaillissent parfois des flammes, destinées à blesser celui qui s'avance pour attaquer.

La parole est pareille à l'arme que brandit un chef en s'élançant pour montrer à ses soldats le chemin qui doit les mener tous à la victoire.

Mais pour entraîner les coeurs aussi bien que les corps, l'arme de la parole doit être portée par un habile guerrier.

La victoire n'appartient pas aux faibles et jamais ceux-ci n'ont eu de pouvoir sur les foules.

La parole ne devient une arme réelle que quand elle est maniée par un homme frappant à coup

sûr et n'égarant pas ses coups dans des parades inutiles ou des attaques non justifiées.

Lorsque les phrases sont le résumé d'une pensée fortement conçue, elles peuvent blesser grièvement, à la condition de concréter cette pensée en peu de mots.—Les passes d'armes les plus brillantes sont celles où l'on s'attarde le moins à des feintes inutiles.—S'il est grièvement blessé par une parole de son adversaire, il s'efforcera de ne montrer à personne la douleur du choc reçu, et il reviendra immédiatement à charge, répondant habilement à la dernière offense, ou affectant que la phrase meurtrière ne le touche sous aucun rapport.

On ne saurait assez recommander la concision à celui qui veut être vainqueur dans le combat oratoire.

Une de ses préoccupations doit être de frapper à l'endroit sensible et de ne point dépenser sa force en stériles efforts.—Sinon, harrassé, hors d'haleine et troublé du peu de succès de son attaque, il ne tardera pas à perdre la plus grande partie de son assurance.

Ses coups dispersés au hasard, n'atteindront jamais son ennemi dans ses forces vives, mais, en revanche, la fatigue le forcera bientôt à se découvrir et il tombera sous le fer de son adversaire, si celui-ci sait être adroit, fort et précis.

De cette comparaison, il nous faut surtout retenir cette leçon.

La concision est une force que nous devons savoir mettre à profit si nous pouvons la réaliser et qu'il nous faut acquérir si nous ne la possédons pas.

Résumer les débats par un argument qui tranche la difficulté comme d'un coup de sabre, c'est le propre des orateurs dont la mission est de propager les idées d'avant garde; c'est aussi celui de ceux qui désirent appliquer les principes d'une doctrine, basée sur l'énergie et la hardiesse de la conception.—Combien d'orateurs habiles se sont tirés d'une situation très embrouillée en tranchant d'une phrase nette et définitive l'écheveau des intrigues et des obscurités.

Celui qui désire se perfectionner dans cet art, ne devra pas s'en tenir à la louange plus ou moins sincère de ses auditeurs; c'est en lui-même qu'il puisera les principes d'approbation qui lui seront les plus précieux à recueillir et c'est en lui-même encore qu'il devra rencontrer le critique le mieux avisé et le plus probe.

Il n'est pas donné à tous ceux qui cultivent l'art de la parole de trouver ces mots tranchants et décisifs.—Il serait erroné de penser que ces hommes sont devenus du premier coup des conducteurs de foule.

Comme la plupart de toutes les vertus, l'éloquence s'acquiert lorsqu'on est décidé à la conquérir.

C'est par une étude lente et raisonnée que l'on

parviendra à énoncer ces phrases, qui tranchent les situations ou blessent dangereusement les adversaires.

Il est des orateurs dont l'argument ne présente aucun côté brillant; ceux-ci ne sont pas toujours les moins écoutés, s'ils savent mettre dans leurs déclarations l'idée de défense qui les aidera à se recueillir, en employant les mots qui permettent au raisonnement de se former dans leur esprit.— C'est non seulement le moyen de parer les coups de l'adversaire, c'est aussi celui de se réfugier dans une sage expectative.

C'est une façon certaine de jeter le désarroi parmi les contradicteurs en dissimulant sa pensée.

C'est aussi un artifice, permettant de laisser à la réflexion le temps de se former, sans que cette tension d'esprit soit visible pour ceux auxquels elle doit échapper.

Le raisonnement le plus parfait, l'éloquence la plus avérée ne retiendront pas longtemps l'attention des auditeurs si la variété de la lutte ne les fait point palpiter.

Celui qui saura manoeuvrer à propos le glaive, ou se réfugier derrière le bouclier de la réserve, sera certain de parer au plus grand motif d'insuccès.

La vogue d'un orateur n'est due qu'à son habileté le plus souvent.

Il en est dont le talent, infiniment respectable,

ne sait point retenir l'attention du public.—D'autres, bien moins expert que lui dans l'art de la parole, parviennent au contraire à charmer leurs auditeurs, au point qu'ils oublient tous leurs défauts pour ne voir que leurs qualités brillantes.—Ceux-là se font écouter non seulement quand ils parlent, mais encore dans les moments où ils ne disent rien.

Il n'est pas d'artisan qui ne songe d'abord à la qualité des outils dont il devra se servir. — Le sculpteur le plus renommé ne pourrait parvenir à éveiller dans le marbre l'âme de la nature, si son ciseau était fait d'un métal peu solide et s'il se tordait sous les coups du marteau.

Or, la voix est l'instrument de celui qui veut se consacrer à l'art de la parole; il devra s'efforcer de le rendre parfait. — S'il travaille consciencieusement, il aura la joie de voir cet instrument, non seulement se perfectionner, mais encore se modifier et s'assouplir au point d'obéir à toutes ses sollicitations.

N'est-ce pas assez pour un orateur d'avoir à s'occuper de penser et de construire? Faut-il donc qu'il ait encore à lutter contre une voix mal exercée?

Les choses les plus pathétiques sembleront mortes si elles sont dites d'une voix qui ne sait point trouver de chaleureux accents.—Les nuances diverses ne peuvent être soulignées que si la voix répond parfaitement à la volonté de l'orateur.—

La culture de cet organe est donc indispensable pour celui qui se destine à l'art d'émouvoir et de persuader. — N'importe qui, homme ou femme peut arriver à posséder une voix profonde et riche en la soumettant à un entraînement régulier, en ne l'élevant jamais à un diapason trop élevé. — Moins elle sera affectée, plus elle sera effective.

La respiration bien comprise, a une influence considérable sur le volume et la qualité de la voix. — Si l'on parle en serrant les dents ou les lèvres, le son, gêné au passage, ne se produira pas dans toute sa plénitude.

La science oratoire est un tout qui ne peut arriver à la perfection que si toutes ses parties sont cultivées à la fois.

CHAPITRE VII

Richesse verbale et opulence d'esprit.

La plupart des orateurs pèchent par excès. Chez les uns, cette disposition se manifeste par une abondance de mots sonores.—Quelques uns abusent des idées qu'ils entassent sans ordre et sans se donner le loisir de les approfondir.—Certains d'entre eux recherchent les mots clinquants, dont la multiplicité empêche d'admirer l'éclat particulier de chacun d'eux.—Les uns et les autres aboutissent rarement à captiver l'attention de leur auditoire.

L'accumulation des mots, ainsi que celle des idées, en arrive fatalement à provoquer parmi ceux qui écoutent une fatigue qui se traduit par l'envol de l'attention.—Le retour à la simplicité de l'expression et à celle de la pensée aura seule raison de cette indiscipline.

La préoccupation de l'orateur doit donc se porter, en ce qui concerne l'opulence verbale, sur l'usage habituel d'expressions élégantes, mais dont la compréhension n'exige aucun effort d'esprit de la part des auditeurs.

C'est en s'attachant à l'observation de ce procédé qu'il acquerra le sens de la mesure et de la sobriété, base certaine de tous les discours.

Cette modération doit être calculée de façon à ne jamais faire obstacle aux élans vers la beauté. C'est après un exposé sobre et une discussion mesurée et simple, que des mots débordant de lyrisme auront la vertu de faire battre les coeurs.—Le coeur s'habitue aux élans généreux et ne refuse jamais de les suivre, s'ils sont habilement provoqués.

Le but du discoureur est de créer la conviction dans l'âme de ceux qui l'écoutent, quelle que soit la nature du sujet qu'il traite.

Nous signalerons maintenant les inconvénients inhérents à la trop grande opulence des idées.

On ne saurait assez mettre les orateurs en garde contre le flot des idées qui, comme des vagues tumultueuses, viennent en désordre assaillir leur cerveau.

Le plus mince inconvénient qu'il en puisse résulter c'est la fatigue pour eux et les auditeurs.— Donc il ne faudra pas oublier qu'une trop grande abondance d'idées nuit toujours à leur netteté.— C'est cependant la force principale de tout discours.— Il faut avant tout éviter à ceux qui écoutent une fatigue trop sensible.

C'est inconsciemment qu'ils doivent se laisser entraîner par le raisonnement qu'on leur expose.

Trop de discoureurs entassent les idées dans un désordre indescriptible.

D'autres les présentent simultanément et s'attachent à les détailler pêle mêle, si bien que l'au-

diteur est obligé de se livrer à un véritable travail pour ne pas souder la conclusion de l'une à l'exposé de l'autre.

Nombreux aussi sont ceux qui; comme sous des coups de massues, terrassent le public sous des arguments qu'ils croient décisifs et qui le seraient peut-être s'ils lui laissaient le temps de les apprécier.

Mais à peine un coup est-il asséné qu'ils en donnent un autre, sans laisser à l'écouteur assommé le temps de reprendre ses esprits.

Combien différent est l'orateur sobre, qui sait enclore les esprits dans le filet serré de ses raisonnements simples et inattaquables.

Il n'expose qu'une idée à la fois, mais ne l'abandonne que dès qu'il est certain de l'avoir pu faire comprendre à tous et admettre par quelques-uns.

Il ne dédaigne pas les phrases cliquetantes et les mots claironnants, mais il saura les ménager assez pour qu'ils ne perdent rien de leur relief et que leur appel soit une incitation certaine à la conviction.

Enfin il jugera avec certitude du moment où l'attention ouvre ses ailes pour déserrer l'enceinte qu'il emplit du bruit de sa voix et il tentera immédiatement la diversion qui doit la retenir.

Le succès dans l'art oratoire va à celui qui sait varier ses effets et retenir cet oiseau migrateur, l'attention, que tous les porteurs de parole vou-

draient capter et dont bien peu d'entre eux sont capables d'arrêter l'essor.

Le même conseil que Boileau donne aux écrivains, nous n'hésitons pas de le donner à nos élèves :

Faites-vous des amis prompts à vous censurer :
Qu'ils soient de vos travaux les confidents sincères,
Et de tous vos défauts les zélés adversaires.

SYNONYMES

L'élève pourra, avec l'aide du tableau synonymique suivant, faire la composition de ses phrases, ayant soin de ne pas s'écarter dans un style trop prolixe, tout en évitant de tomber dans la monotonie ou l'affectation.

SYNONYMES

—A—

- ABAISSE**, rabaisser, ravalier, avilir, humilier
ABANDON, abdication, renonciation, démission, désistement
ABANDONNER, délaissier, laisser, désertier, renoncer, quitter, répudier, abjurer, rejeter, résigner, se rendre, négliger
ABATTRE, démolir, renverser, détruire, ruiner, défaire.
ABHORRER, détester, exécer, haïr
ABJECTION, bassesse, avilissement
ABOMINABLE, exécraible, détestable
ABSOLU, impérieux, qui commande
ABSOLUTION, pardon, rémission, abolition grâce commutation
ACCABLEMENT, abattement, découragement
ACCABLER, opprimer
ACCOMPAGNER, escorter
ACCOMPLI, parfait, achevé
ACCOMPLIR, effectuer, exécuter, réaliser
ACCORDER, concilier, raccorder, réconcilier
ACORDER, permettre, accepter, agréer, autoriser
ACCUSATEUR, dénonciateur, délateur

- ACHAT, emplette, marché
ACHEVER, finir, terminer, compléter, accomplir
ACCÉDER, adhérer, consentir, acquiescer
ADAGE, proverbe, maxime, aphorisme
ADHÉSENT, attaché, annexé
ADMONITION, réprimande, reproche
ADOUCIR, mitiger, modérer, tempérer
ADRESSE, souplesse, ruse, finesse, astuce, artifice, fausseté, perfidie
ADROIT, habile, ingénieux
AFFECTION, amour, dévouement
AFFLICTION, revers, malheur, calamité, chagrin, peine
AFFLIGÉ, fâché, attristé, contristé, mortifié
AFFLUENCE, multitude, foule
AFFREUX, effrayant, terrible, épouvantable, effroyable
AFFRONT, insulte, outrage, avanie
AGITÉ, ému, trouble
AGRÉABLE, délectable
AGRÉMENT, plaisir, satisfaction
AIDE, appui, secours, charité
AJOURNEMENT, renvoi, prorogation
ALARME, terreur, effroi, frayeur, épouvante, crainte, peur, appréhension
ALLONGER, prolonger, proroger
ALLEGRESSE, joie, félicité
ALLOCUTION, exhortion, harangue

- AMASSER**, entasser, accumuler, amonceler, ramasser
- AMBIGUITÉ**, équivoque, double sens
- AMENDEMENT**, correction, réforme
- AMITIÉ**, amour, tendresse, affection, inclination
- AMUSER**, récréer, divertir, réjouir
- ANCÊTRES**, aïeux, pères, prédécesseurs
- ANCIENNEMENT**, jadis, autrefois,
- ANNULER**, infirmer, casser, révoquer
- ANTÉRIEUR**, antécédent, précédent
- ANTIPATHIE**, répulsion, haine
- ANTRE**, caverne, grotte
- APAISER**, calmer, pacifier
- APOLOGIE**, éloge, panégyrique
- APOLOGUE**, fable, parabole, allégorie
- APPAT**, piège, embuche, leurre
- APPELER**, évoquer, invoquer
- APPLICATION**, méditation, contention
- APPRECIER**, estimer, priser
- APPRETER**, préparer, disposer
- APPROBATION**, agrément, consentement, ratification, adhésion
- APPRÉHENSION**, crainte, peur
- APPROCHER**, aborder, avoir accès
- S'APPROPRIER**, s'arroger, s'attribuer
- APPUI**, soutien, support
- APTITUDE**, disposition, talent, penchant
- ARRÊTER**, retenir
- ASSEMBLER**, joindre, unir, rassembler
- ASSOUVIR**, contenir, satisfaire, rassasier

ASSURÉMENT, certainement, sûrement, véritablement, indubitablement
 ASSUJETTIR, retenir, enfermer, subjuguier, asservir
 ATTENTION, exactitude, vigilance
 ATTRAITS, appas, charmes
 ATTRISTER, peiner, fâcher, mécontenter, affliger, contrister
 AUSTÈRE, sévère rude, rigide, rigoureux
 AUTORITÉ, pouvoir, empire, puissance
 AVERTISSEMENT, avis, conseil, information
 AVERSION, dégoût, antipathie
 AXIOME, maxime, sentence, aphorisme, apophthegme

—B—

BABILLER, caqueter, bavarder
 BADAUD, benêt, niais, nigaud
 BALBUTIER, bégayer, bredouiller
 BARBARIE, cruauté, férocité, méchanceté
 BAS, abject, vil
 BÂTIR, construire, ériger, édifier, élever
 BEAU, joli, splendide, magnifique, ravissant, grand
 BÉNÉFICE, boni, profit, gain
 BÊTE, stupide, idiot, sot
 BÉVUE, méprise, erreur
 BIEN, beaucoup, abondamment, copieusement, à foison

- BIENFAIT**, grâce, service
BIENSÉANCE, civilité, politesse
BLAMER, désapprouver, censurer, condamner, critiquer, réprimander
BONHEUR, félicité, béatitude
BONTÉ, mansuétude, bénignité, débonnairété
BONTÉ, tendresse, sensibilité, humanité
BOUT, extrémité, limite, fin, terme
BRAVE, courageux, intrépide, vaillant, énergique
BRILLANT, éclatant, luisant, étincelant, resplendissant, splendide
BRUIT, tintamarre, bavardage, vacarme, tumulte
BUT, vues, dessin

—C—

- CABALE**, complot, conspiration, conjuration
CABANE, cahute, hutte, chaumière
CABARET, taverne, auberge, hotel, guinguette
CACHER, dissimuler, feindre, déguiser, voiler
CALAMITÉ, malheur, infortune, désastre
CALCULER, supputer, compter
CALMER, adoucir, consoler, apaiser, pacifier, modérer
CAPTER, captiver, attraper, prendre
CARESSER, cajoler, flatter, flagorner
CASSER, briser, rompre

- CAUSTIQUE**, mordant, satirique
CHAGRIN, tristesse, mélancolie
CHANGEMENT, variation, variété
CHASSER, congédier, répudier, destituer, ren-
 voyer
CERTITUDE, conviction, croyance, foi
CHOISIR, élire, préférer
CIRCUIT, contour, périmètre
CIVILITÉ, politesse, affabilité, honnêteté
CLOÏTRE, couvent, monastère
CLORE, fermer
COEUR, courage, bravoure, intrépidité, valeur
COLÈRE, courroux, emportement
COMMANDEMENT, ordre, injonction, précep-
 te
COLIS, paquet, ballot
COMPÉTITEUR, émule, concurrent
COLLABORATEUR, aide, associé, collègue
COMPLAISANCE, déférence, condescendance
CONCUPISCENCE, avidité, cupidité, convoi-
 tise
CONDITION, état
CONDUIRE, guider, mener
CONFIRMER, assurer, prouver, démontrer, ra-
 tifier, attester
CONFRÈRE, collègue, associé
CONFUS, honteux, humilié, confondu, décon-
 certé
CONSENTIR, adhérer, acquiescer

CONSTANT, ferme, inébranlable, fidèle, inflexible, fixe, stable, invariable
CONTENTEMENT, satisfaction
CONTIGU, proche, près
CONTINUER, persister, persévérer, poursuivre
CONTRAINdre, force, violenter, obliger
CONTRE, malgré, nonobstant
CONTREFACTION, contrefaçon, imitation
CONTRITION, componction, repentir, attrition, remords
CONVAINCRE, persuader
CONVERSATION, colloque, dialogue, entretien
CONVICTION, persuasion.
CORRIGER, reprendre, réprimander
CRAINdre, redouter, avoir peur, appréhender
CRIS, clameurs, vociférations
CRITIQUE, censure
CRUEL, dur, inhumain, féroce, barbare, impitoyable, inexorable

—D—

DANGER, risque, péril
DÉBARRASSER, dégager, désobstruer, dégorgger, déblayer
DÉBRIS, décombres, ruine
DÉBUT, commencement, entrée
DÉCADENCE, déclin, désuétude, ruine
DÉCENCE, convenance, bienséance, décorum, dignité
DÉCEPTION, désappointement, déboire

- DÉCISION, jugement, résolution, canons, décrets
- DÉCOUVRIR, trouver, inventer
- DÉCOUVRIR, dévoiler, révéler, déceler, publier, divulguer, déclarer
- DÉCRÉPIT, vieux, usé
- DÉFENDRE, soutenir, protéger, assister, justifier, disculper, secourir
- DÉFENDRE, prohiber
- DÉGUISER, travestir, masquer
- DÉLICIEUX, délectable, doux
- DÉLIRE, égarement, déraisonnement
- DEMEURER, loger, rester
- DÉMOLIR, démanteler, détruire, raser
- DENUÉ, dépourvu
- DÉPRAVATION, corruption
- DÉSERT, inhabité, solitaire
- DÉSORDRE, confusion, anarchie, révolution, cohue
- DESTIN, destinée, destination, sort, fortune, hasard
- DEVOIR, obligation
- DÉVOUÉ, complaisant, serviable, zélé, généreux
- DEXTÉRITÉ, adresse, habileté
- DIALECTE, langue, idiome
- DIALOGUE, entretien, conversation
- DIFFÉRENCE, diversité, variété inégalité, disparité
- DIFFÉREND, querelle, dispute, noise, rixe
- DIFFICULTÉ, obstacle, empêchement

- DIFFUS**, prolix
DILIGENT, expéditif, prompt
DISCERNEMENT, jugement
DISCOURS, oraison, harangue
DISPUTE, contestation, débat, altercation dé-
mêlée, querelle
DISCRÉTION, prudence réserve
DISTRAIRE, plaire, récréer, intéresser, laisser
DOULEUR, tristesse, chagrin, desolation afflic-
tion
DOUTE, incertitude, irrésolution
DOUX, onctueux, mielleux, suave, sacré
DROIT, justice, jurisprudence
DURABLE, permanent, constant, chronique

—E—

- ÉBAHI**, ébauhi, stupéfait, émerveillé
ÉBULLITION, effervescence, fermentation
ÉCLAIRCIR, expliquer, développer
ÉCLAT, brillant, lustre
ÉCONOMIE, ménage, épargne, parcimonie
ÉCRITEAU, épitaphe, inscription
EFFIGIE, image, portrait, figure
EFFRONTÉ, hardi, audacieux
ÉLOCUTION, diction, style
ÉLOGE, louange
EMBLÈME, symbole, signe, devise
EMPHATIQUE, ampoulé, prétentieux
ÉMOTION, agitation, effervescence, révolution

- ÉMULATION, jalousie, rivalité
ENCHANTER, charmer, ravir
ENCOURAGER, soutenir, exciter, animer, stimuler, favoriser
ÉNERGUMÈNE, fou, furieux
ENNEMI, adversaire, antagoniste
ÉNONCER, exprimer
ENNUYER, endormir, fatiguer, importuner, lasser
ENQUÊTE, recherches, informations
ENSEIGNER, apprendre, informer, instruire
ENTENDRE, écouter, ouïr
ENTÊTÉ, opiniâtre; têtue, obstiné
ENTOURER, enceindre, enclore, enfermer
ESCROC, filou, fripon
ESPOIR, espérance, attente
ESPRIT, sens, jugement, raison, génie, intelligence, conception
ÉTENDARD, pavillon, bannière, drapeau, oriflamme
ÉTONNEMENT, surprise, consternation
ÉTOUFFER, suffoquer
ÊTRE, exister, subsister,
ÉVÉNEMENT, aventure, incident, accident
EXCITER, pousser, inciter, animer, encourager, aiguillonner
EXPÉRIENCE, essai, épreuve
EXTÉRIEUR, dehors, apparence

—F—

- FABRIQUE, usine, manufacture
FACÉTIEUX, plaisant
FAIM, appétit
FALLICIEUX, trompeur, insidieux, captieux
FAMEUX, célèbre, illustre, renommé
FAMINE, disette
FANÉ, flétri, desséché
FANTASQUE, bizarre, quinquex, capricieux
FATAL, funeste
FAUTE, crime, péché, délit, forfait, manquement
FAVORABLE, propice
FÉCOND, fertile
FÉLICITÉ, bonheur, béatitude
FERMER, clore, cloître, cloturer, sceller
FERMETÉ, entêtement, opiniâtreté
FIERTÉ, dédain, arrogance
FIN, subtil, délié, délicat
FINESSE, pénétration, perspicacité, délicatesse, sagacité
FINIR, cesser, discontinuer
FLATTERIE, adulation, louange
FLEXIBLE, souple, docile
FONDER, instituer, établir, ériger
FOU, idiot, insensé, imbécile, sot, extravagant
FOUETTER, fustiger, flageller
FOURBERIE, ruse, bassesse
FRAGILE, frêle faible

FRANCHISE, vérité, sincérité, véracité, loyauté,
cordialité
FUGITIF, fuyard
FUNÈBRE, funéraire
FUNÉRAILLES, obsèques
FUTUR, à venir
FURIEUR, colère, rage

—G—

GAGER, parier
GAGES, honoraires, appointements, rémunération
GAIN, profit, émolument, bénéfice
GASPILLER, dilapider, dissiper, prodiguer, dépenser
GÈNE, pauvreté, misère, détresse
GÉRER, régir, diriger, conduire, administrer, gouverner
GÉNÉROSITÉ, dévouement, sacrifice
GLORIEUX, fier, orgueilleux
GOUVERNEMENT, régime, administration
GRAND, haut, élevé, spacieux, ample, étendu, vaste
GRANDEUR D'ÂME, générosité, magnanimité
GRAVE, sérieux
GUERRIER, martial, belliqueux, militaire

—H—

HABILE, capable

HABITATION, demeure, domicile, résidence, maison
HABLEUR, fanfaron, menteur
HAINÉ, aversion, antipathie, répugnance
HARCELER, agacer, provoquer
HARDI, aventureux, téméraire, entreprenant, hasardeux, audacieux
HASARDER, risquer
HATER, presser, dépêcher, accélérer
HATIF, précoce, prématuré
HAUSSE, cherté, augmentation
HÉRÉTIQUE, hétérodoxe
HISTOIRE, annales, mémoires, anecdotes, commentaires, chroniques
HONTE, pudeur, modestie
HUMEUR, fantaisie, caprice
HYPOCRITE, bigot, fourbe, cafard, cagot, déloyal, traître, perfide

—I—

IDÉE, pensée, imagination
ILLUSION, chimère
IMMANQUABLE, infaillible
IMMODÉRÉ, excessif, outré, démesuré
IMPASSIBLE, froid, placide, flegmatique, glacé, insensible
IMPATIENCE, fureur, colère, rage
IMPERTINENT, insolent

- IMPÉTUEUX, fougueux, véhément, vif, bouillant, emporté
- IMPOLI, grossier, rustique
- IMPOT, tribut, contribution, subvention, subside
- IMPRÉCATION, malédiction, anathème
- IMPRÉVU, inattendu, inopiné, fortuit, inespéré
- IMPUDENT, effronté, déhonté
- INADVERTANCE, inattention
- INACTIF, oisif, inoccupé
- INAPTITUDE, incapacité, insuffisance inhabileté impéritie
- INCLINATION, penchant, propension, pente
- INCORRECTION, inexactitude, faute
- INDEMNISER, dédommager
- INDIFFÉRENCE, mépris, haine, dédain
- INDOLENT, nonchalant, mou, négligent, paresseux
- INEXORABLE, inflexible, impitoyable, implacable
- INFAMIE, lâcheté, honte, déshonneur, ignominie, opprobre
- INHUMER, enterrer
- INIMITIÉ, rancune
- INSINUER, instiguer, inspirer, suggérer
- INQUIÉTUDE, ennui, tristesse
- INSENSIBILITÉ, méchanceté, cruauté, férocité
- INSULTÉ, hué, honni
- INSURRECTION, révolte, rébellion, émeute, sédition
- INTRIGUE, parti, cabale, brigue

IRRÉSOLU, indécis

—J—

JABOTER, jaser, babiller, bavarder, caqueter

JOIE, plaisir, gaieté

JOINDRE, accoster, aborder, rejoindre

JOYAU, bijou

JURISTE, légiste, jurisconsulte, avocat

JUSTE, équitable, droit, intègre, consciencieux,
impartial

JUSTESSE, précision

JUSTIFICATION, apologie

JUSTIFIER, défendre

—L—

LACHE, poltron, mou

LAMENTABLE, déplorable, regrettable

LAMENTATION, gémissement, plainte

LANGAGE, idiome, langue, dialecte, patois

LANGUISSANT, languoureux

LARRON, filou, voleur, fripon

LAS, fatigué, exténué, harrassé

LÉGAL, légitime, permis, licite

LEGS, don, gratuité

LENTEMENT, mollement, nonchalemment, in-
dolement

LEVER, élever, hausser, soulever

LIEU, endroit, place

- LISTE, catalogue, dénombrement, nomenclature
 LOISIR, oisiveté,
 LOURD, pesant
 LOYAL, franc, sincère, véridique, probe, honnête, vrai
 LOYAUTÉ, franchise, sincérité, véracité, probité
 LUMIÈRE, clarté, éclat, lueur, splendeur
 LUCIDITÉ, clarté, limpidité
 LUXE, somptuosité, faste, magnificence

—M—

- MAÎTRE, patron, supérieur, chef, directeur
 MAINTENIR, soutenir
 MALADRESSE, gaucherie, malhabileté, inaptitude, incapacité, inhabileté
 MALENTENDU, quiproquo
 MALFAISANT, nuisible, pernicieux
 MALHEUREUX, misérable
 MALIN, mauvais, méchant, malicieux
 MANIAQUE, lunatique, furieux
 MANIFESTE, notoire, public
 MARQUER, désigner, indiquer
 MASSACRE, tuerie, carnage, boucherie
 MÉFIANCE, défiance, prévention, doute, soupçon
 MÉMOIRE, ressouvenir, réminiscence, souvenir
 MENSONGE, menterie, fausseté, tromperie

MÉSESTIME, mépris, répulsion, horreur

MÉTAMORPHOSE, transformation, changement

MÉTIER, état, profession, art

METTRE, poser, placer

MINUTIE, bagatelle, vétille, babiole

MOQUERIE, raillerie, plaisanterie, persiflage

MORNE, morose, sombre, taciturne, chagrin, abattu, triste

MOT, parole, terme, expression

MULTITUDE, assemblée, concours, affluence, rassemblement

MUTUEL, réciproque

—N—

NAIVETÉ, candeur, ingénuité

NARRER, raconter, conter

NATION, peuple, race

NEUF, nouveau, récent, frais

NOIRCIR, dénigrer

NÉGOCIANT, marchand, commerçant

NOTIFIER, signifier

NOURRIR, alimenter, sustenter

NOURRISSANT, nutritif, nourricier

NUE, nuée, nuage

NOUVEAU, moderne, récent, neuf, frais

NUMÉRAL, numérique



OBÉISSANCE, soumission
 OBSCUR, morne, ténébreux, confus, noir, in-
 intelligible
 OBSERVER, garder, accomplir
 OCCASION, cas, circonstance, occurrence, con-
 joncture
 OEUVRE, ouvrage, travail
 OFFICE, ministère, charge, emploi
 ONDES, flots, eaux, vagues
 OPPRESSION, contrainte, tyrannie, accable-
 ment
 OPPRESSER, accabler, opprimer, tyranniser,
 pressurer, contraindre
 ORAGE, tempête, ouragan, bourrasque
 ORDINAIRE, commun, vulgaire, trivial
 ORDRE, règle, calme, paix, tranquillité, placidité
 ORGUEIL, vanité, présomption, superbe, fierté,
 arrogance
 ORIGINE, source, commencement
 ORNER, parer, décorer
 OURDIR, machiner, tramer, pratiquer
 OUTIL, instrument, appareil



PALE, blême blafard, livide, hâve
 PANÉGYRIQUE, éloge
 PARABOLE, allégorie

- PAISIBLE**, doux, tranquille, calme, serein, bon, pacifique
- PATHÉTIQUE**, sentimental, affectueux
- PATIENCE**, résignation, tolérance, support, longanimité
- PAUVRE**, indigent, mendiant, gueux
- PEINE**, tourment, douleur, torture
- PERSUASION**, croyance, conviction
- PENSER**, songer, rêver, méditer
- PERÇANT**, pénétrant
- PERPÉTUEL**, éternel, immortel, continu
- PESANTEUR**, poids gravité
- PHÉNOMÉNAL**, extraordinaire, remarquable
- PERQUISITION**, information, enquête
- PHILANTHROPIE**, bienfaisance, humanité
- PITIÉ**, compassion, commisération
- PLAUSIBLE**, probable, vraisemblable
- PLIER**, ployer, courber
- PONTIFE**, prélat, évêque
- PORTER**, transporter, emporter, apporter
- POSTURE**, attitude
- POURTANT**, cependant, néanmoins, toutefois
- POUVOIR**, puissance, faculté
- PRÉCIPICE**, gouffre, abîme
- PRÉCIS**, succinct, concis, clair, intelligible
- PRÉDICATION**, sermon, instruction, oraison
- PRÉDICTION**, prophétie
- PRÈS**, proche
- PRÉSAGE**, augure, pronostic

- PRESSENTIR**, se douter, soupçonner, appréhender
PRESSER, hâter, accélérer, exciter, aiguillonner
PRIÈRE, supplication, demande
PRISONNIER, détenu, captif
PRÉVENIR, aviser, devancer, informer, avertir
instruire
PROBITÉ, honnêteté, vertu, intégrité, honneur
PRODIGIEUX, merveilleux, miraculeux, inoui, extraordinaire
PRODIGUE, dissipateur
PROFÉRER, articuler, prononcer
PROFESSEUR, maître, régent, répétiteur, instructeur
PROJET, dessein, entreprise
PROMPT, alerte, expéditif, diligent, agile
PROTESTER, attester
PROUESSE, exploit
PURGER, purifier, épurer
PURISME, affectation, recherche

—Q—

- QUERELLER**, disputer
QUESTIONNER, demander, interroger
QUITTANCE, reconnaissance, acquit

—R—

- RACE**, lignée, postérité

RADIEUX, rayonnant
RAPINE, vol, concussion, fraude
RAVAGER, désoler, saccager, dévaster
REBELLION, révolte, insurrection
RÉCLAMER, revendiquer
RECONNAISSANCE, gratitude
RÉCLUSION, emprisonnement, détention
RECUEIL, collection
RECULER, rétrograder
REMÈDE, médicament, médecine
RENAISSANCE, régénération
RENDRE, remettre, restituer
RENONCER, renier, abjurer
RENTE, revenu
RÉPONSE, réplique, répartie
RÉPROCHE, critique, remontrance, censure, dénigrement
RÉSERVE, modestie, retenue, décence, pudeur
RÉMINISCENCE, souvenir, mémoire
RÉTABLIR, réparer, restaurer, réhabiliter
RÉTIF, revêche, récalcitrant
RÉUSSITE, succès
RÊVE, songe
RICHESSSE, opulence
ROUTE, voie, chemin

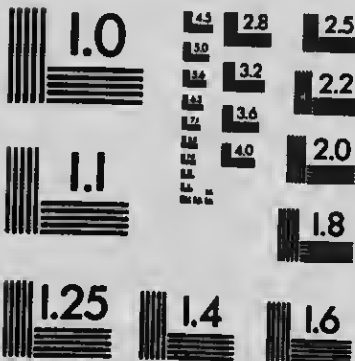
—S—

SAIN, salubre, salutaire
SALUT, salutation, révérence



MICROCOPY RESOLUTION TEST CHART

(ANSI and ISO TEST CHART No. 2)



APPLIED IMAGE Inc

1653 East Main Street
Rochester, New York 14609 USA
(716) 482 - 0300 - Phone
(716) 288 - 5989 - Fax

SARCASME, raillerie, ironie
SAVANT, instruit, docte, capable, érudit
SAVOUREUX, succulent, exquis, délectable
SCRUPULEUX, consciencieux
SECOURIR, assister, aider
SÉDUIRE, corrompre, suborner
SEMBLER, paraître
SEMER, ensemercer
SÉPARER, désunir, diviser, disjointre, disperser, désagrèger
SERVITUDE, esclavage, servage
SILENCIEUX, taciturne
SITUATION, état, position, disposition
SOBRE, frugal, tempèrant
SOIN, soucis, sollicitude
SOMMET, comble, faite cime sommité
SONGER, penser, méditer, réfléchir
SOT, fat
SORTIR, s'évader, évacuer, partir, s'en aller
SOUDAIN, soudainement, subit, subitement, à l'instant, tout à coup
SORCELLERIE, magie, astrologie
SOUFFRIR, endurer supporter
SOUMETTRE, asservir, assujettir, subjuguier
SOUPÇONNER, douter, suspecter
SOUVENT, fréquemment
STÉRILE, infertile, infécond
SUPPOSITION, hypothèse
SUPRÊME, souverain

SÛREMENT, certainement, indubitablement, vé-
ritablement, assurément

SURFACE, superficie, étendue

SURPRISE, stupéfaction

SYMPATHIE, amitié, affection

—T—

TAILLE, stature, grandeur

TEL, pareil, semblable

TÉNÈBRES, obscurité, nuit, noirceur

TERME, limite, borne

TIMIDITÉ, peur, effroi, épouvante

TOLÉRER, souffrir, permettre

TOMBE, tombeau, sépulcre, sépulture

TONNERRE, foudre

TORT, dommage, dégat, dévastation, vandalis-
me, destruction

TORT, détriment, préjudice, dommage

TOUCHANT, pathétique

TOUCHER, émouvoir

TOUR, circonférence, circuit

TRANSES, inquiétude, angoisse

TRANCHANT, décisif, péremptoire

TRANQUILLE, calme, posé

TRANQUILLITÉ, calme, paix, sérénité

TRAVAIL, labeur, ouvrage

TRAS, mort, décès

TROUPE, bande, compagnie

TYPE, modèle, spécimen

—U—

UNIQUE, seul
 USAGE, coutume
 USER, employer servir

—V—

VACARME, tumulte, bruit
 VAINCRE, surmonter
 VAINCU, défait, battu
 VANTER, louer
 VASTE, grand
 VANITÉ, orgueil, amour-propre, fatuité
 VÉLOCITÉ, rapidité, vitesse
 VÉNÉRATION, révérence, respect
 VÊTEMENT, habit, habillement
 VEXER, opprimer, taquiner, molester, tourmenter
 VICIEUX, pervers, méchant, mauvais
 VIEUX, ancien, antique
 VIGOUREUX, robuste, fort
 VITEMENT, diligemment, promptement, rapidement, lestement
 VOL, volée, essor
 VOLER, dérober
 VOL, extorsion, fraude
 VOLONTÉ, intention, dessein
 VRAI, véritable, véridique

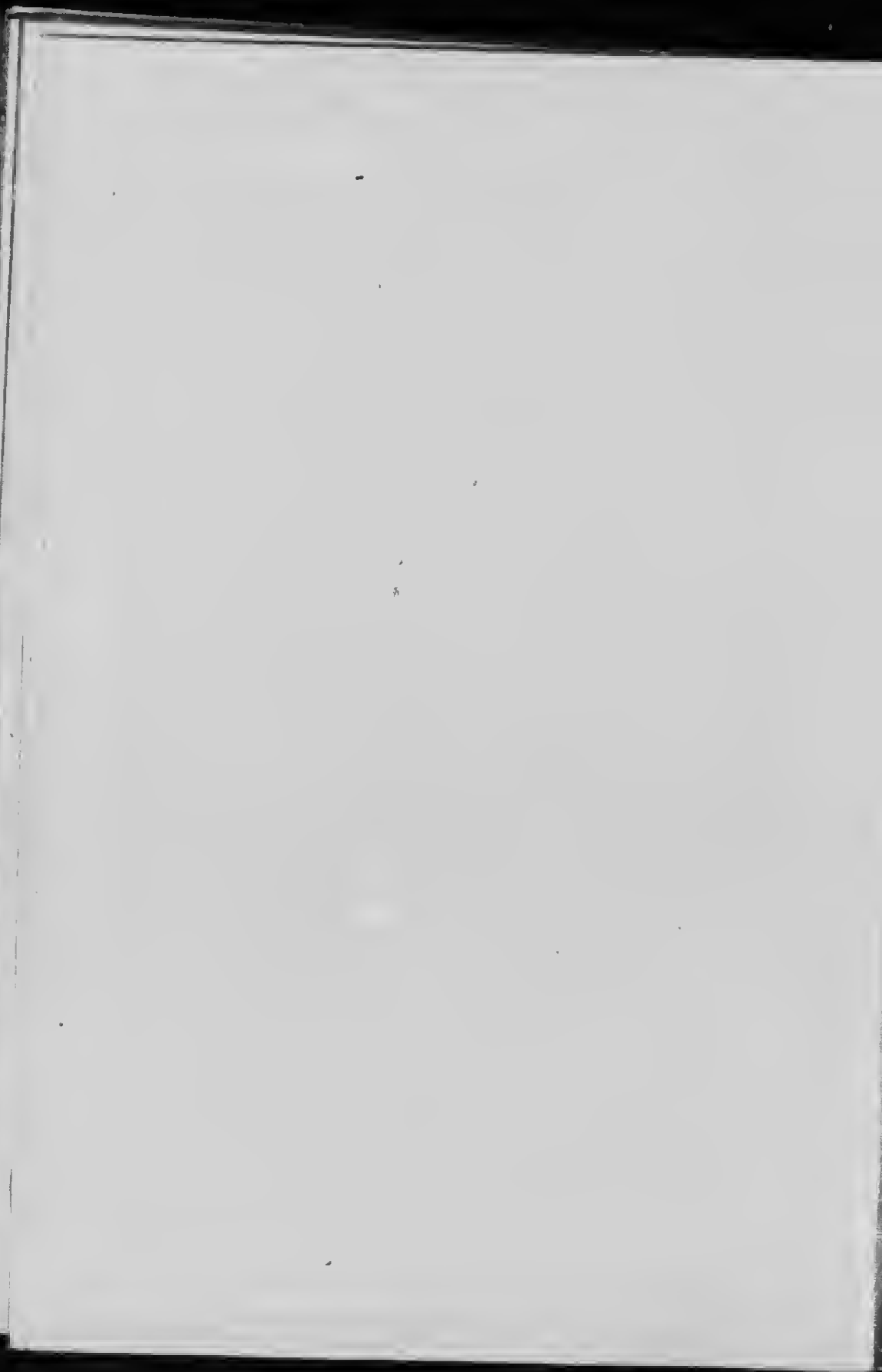
EXERCICES

Engager, conper, perdre, arrêter, retirer	<i>La Parole.</i>
Rendre, appuyer, dérouler, forcer	<i>L'Idée.</i>
Refroidir, émousser, éteindre, refroidir	<i>Un Sentiment.</i>
Guider, plier, redresser, courber, conduire	<i>La Volonté.</i>
Recevoir, donner, produire, repousser	<i>Une Raison.</i>
Eclairer, obscurcir, élever, abaisser, égayer	<i>L'Intelligence.</i>
Gagner, tuer, passer, perdre, doubler	<i>Le Temps.</i>
Peser, forger, pousser, fournir	<i>Des Arguments.</i>
Refroidir, allumer, réchauffer, éteindre, tuer	<i>L'Inspiration.</i>
Répandre, jeter, vomir, lancer, verser	<i>Le Sarcasme.</i>
Disséquer, ébancher, ruiner, dessiner, creuser	<i>Un Sujet.</i>
Epurier, rectifier, former, développer, perfectionner,	<i>Le Goût.</i>
Expliquer, ennoblir, trouver, chercher, exprimer	<i>Un Terme.</i>
Orner, élargir, embellir, embrouiller	<i>La Pensée.</i>
Approfondir, cultiver, connaître, apprendre	<i>La Littérature.</i>

EXERCICES

- OBSERVATION savante, pénétrante, déliée
JUGEMENT, sûr, subtil, éclairé
ESPRIT fin, actif, brillant, supérieur
PERCEPTION prompte, juste, nette
SCIENCE élevée, étendue, vaste, profonde
IDÉE claire, précise, distincte, obscure
ART utile, pratique, mécanique
BONHEUR inaltérable, immense, suprême, réel,
constant
COURAGE, invincible, ardent, calme, infatigable
SILENCE absolu, solennel, majestueux, funèbre
VOLONTÉ énergique, ferme, inébranlable, molle, faible
MUSIQUE agréable, entraînant, gaie, harmonieuse, sacrée
TEMPÊTE affreuse, terrible, désastreuse, sombre
DÉSASTRE sinistre, effroyable, horrible
NUIT profonde, calme, agitée, orageuse, paisible
TAILLE svelte, élancée, gigantesque, dégagée, moyenne
ODEUR suave, agréable, douce, délicieuse
PAYSAGE, pittoresque, enchanteur, ravissant

CULTURE
DE LA
MEMOIRE



CHAPITRE I

Education de la mémoire

Nous ne pouvons nous faire une idée nette de la nature de la mémoire ou des règles commandant les facultés du ressouvenir et de la mémoire, si nous ne comprenons rien à cette grande région de l'esprit que les psychologues désignent comme le champ subconscient de l'intellect.

On croyait autrefois que l'esprit était conscient de tout ce que se passait en lui, mais les penseurs avancés de notre époque reconnaissent à présent que la conscience ne forme qu'une petite partie de la totalité de nos opérations mentales.

La mémoire est principalement une fonction de notre esprit subconscient.

C'est dans la grande région du subconscient que se trouve le grand entrepôt de la mémoire.

Depuis le moment où nous recevons une impression, jusqu'à celui où elle revient dans le champ du conscient, les facultés subconscientes sont en oeuvre.

Nous recevons et emmagasinons une impression—où l'emmagasinons-nous?

Non pas dans la région consciente; sinon elle

nous serait constamment présente—mais dans l'entrepôt subconscient, parmi d'autres impressions et souvent si négligemment qu'il nous est presque impossible de la retrouver lorsque nous en avons besoin.

Où se trouve l'impression pendant les années qui souvent s'écoulent entre le moment où nous l'avons reçue et celui de son retour à la conscience?

Quel moyen employons-nous lorsque nous voulons nous rappeler une impression?

Simplement un ordre de la volonté commandant aux facultés de l'entrepôt subconscient de retrouver et ramener au jour l'impression mise en réserve il y a si longtemps.

Suivant le degré d'habileté avec laquelle ces facultés effectuent leur oeuvre et l'habitude qu'elles en ont, elles réussissent plus ou moins bien à exécuter avec intelligence les ordres de la volonté—De même, suivant qu'elles ont été plus ou moins bien stylées à emmagasiner soigneusement les choses confiées à leur soin, elles sont plus ou moins aptes à les ramener au jour.

L'esprit est constamment rempli d'idées, de pensées, d'impressions, etc., dont nous sommes absolument inconscients jusqu'à ce qu'elles arrivent dans le champ de la conscience.

Toute impression reçue, toute pensée conçue, tout acte accompli est enregistré quelque part

dans le grand entrepôt subconscient de l'esprit et rien n'est jamais absolument oublié.

Maintes choses en apparence oubliées depuis des années, reparaissent dans le champ de la conscience lorsqu'elles y sont rappelées par quelque association d'idées, quelque désir, besoin ou effort.

—Mainte impression mentale ne reparaitra probablement jamais dans le champ de la conscience, parce qu'il n'en est pas besoin; elle restera néanmoins dans la région subconsciente, silencieuse, mais influant puissamment nos pensées, nos idées et nos actes; d'autres impressions resteront cachées dans les profondeurs de l'esprit, attendant l'heure d'être à nouveau employées.

A n'importe quel moment, nous ne sommes conscient que d'une toute petite partie de ce qui est emmagasiné dans notre esprit—Bien des choses qui semblent oubliées, que nous avons maintes fois tâché de nous rappeler, reviennent à un moment donné, en apparence involontairement, dans le champ de la conscience comme de leur propre mouvement.

Souvent, en songe, nous revoyons des figures longtemps oubliées, nous entendons et reconnaissons des voix dont les accents se sont effacés depuis des années—Bien des événements si complètement oubliés que nul effort de volonté ne semble capable de les rappeler, semblent pourtant être solidement ancrés quelque part dans le subconscient, quelque excitation, effort ou état physique les

ramène aussi frais et vivaces qu'une impression d'hier—Dans le délire de la fièvre, les gens parlent fréquemment des choses oubliées et dont ils ne parviennent pas à se rappeler quoi que ce soit après leur guérison.

Et pourtant, informations prises, ces choses ont réellement eu lieu dans leur enfance ou leur jeunesse—Un homme qui se noie, se rappelle souvent les événements de sa vie passée—Plusieurs expériences intéressantes à ce sujet sont rapportées dans les principaux ouvrages de psychologie.—Après avoir été sauvé de la noyade, Sir Francis Beaufort dit que tout incident de sa vie passée lui repassait devant l'esprit dans un ordre inverse.

Abercrombie rapporte l'histoire d'une femme mourant dans une maison de campagne. Sa fille, toute petite, fut amenée de Londres auprès d'elle, et, après une courte entrevue, fut ramenée à la ville. La mère mourut.—Devenue femme, la fille n'avait pas le moindre souvenir de sa mère. Vers la trentaine, elle visita par hasard la maison où sa mère était morte et la chambre même où s'était produit le décès, ce qu'elle ignorait absolument. Elle tressaillit en entrant, et, comme un ami lui demandait la cause de son trouble, elle dit se souvenir très nettement avoir été précédemment dans cette chambre et y avoir vu une femme couchée dans tel coin, semblant très malade et qui s'était penchée sur elle en pleurant. Ainsi, l'impression emmagasinée dans l'entrepôt subcons-

cient de ce cerveau de bébé, y était restée inconnue jusqu'à ce que cette personne ait atteint la trentaine, époque où, à la vue de la chambre, l'impression avait repris vie et la mémoire révélé un de ses secrets.

Il y a les meilleures raisons possibles pour dire que rien n'est jamais complètement oublié, une fois que la chose s'est imprimée dans l'esprit. Une impression une fois imprimée, ne cesse jamais d'exister. Elle ne se perd pas. Elle s'obscurcit seulement et persiste hors du domaine du conscient où elle peut toutefois être rappelée longtemps après par un acte volitif ou par quelque association d'idées, suivant le cas.

Dans d'autres chapitres de ce livre, nous reprendrons la question d'exercer les facultés subconscientes. Nous verrons que la mémoire est susceptible de se perfectionner, de s'exercer et de se développer à l'infini.

Si nous comprenons que rien n'est jamais oublié, nous entreverrons les grandes possibilités de diriger le perfectionnement dans l'art de recevoir les impressions, de les emmagasiner et de les rappeler.—Nous verrons que plus nous faisons une impression claire sur l'esprit subconscient, plus nous emmagasinons soigneusement cette impression, plus nous pourrons facilement la rappeler dans le champ de la conscience.

CHAPITRE II

L'Attention et la concentration

Leurs effets sur les aptitudes.

C'est une loi psychologique que l'intensité de l'impression originale détermine le degré du souvenir ou remémoration ultérieure et que l'intensité de l'impression est proportionnée à l'attention accordée au sujet produisant l'impression.

Les expériences qui laissent l'impression la plus persistante et la plus profonde dans l'esprit sont celles auxquelles on a accordé le plus haut degré d'attention.—Certains auteurs vont plus loin et prétendent que l'attention accordée à la chose en question est la plus importante habitude intellectuelle possible et que tout homme a en lui la faculté de développer un certain degré de génie en développant sa faculté de concentration de l'attention, faculté qui est susceptible d'un accroissement infini par un exercice constant.—On dit que c'est la différence du degré d'attention plutôt qu'une différence dans la faculté abstraite du raisonnement qui constitue les grandes différences que l'on remarque dans les esprits des différents individus et que l'attention constitue la meilleure moitié de toute puissance intellectuelle.

La partie subconsciente de l'esprit emmagasine toutes les impressions reçues par les sens, que l'on accorde ou non une certaine attention au sujet ou objet, mais comme ces impressions ne sont généralement pas sujettes à un rappel conscient par la mémoire, elle nous sont de peu d'utilité dans le champ du conscient et pour ce motif, elles sont pratiquement comme non-existantes.—Ainsi, nous pouvons admettre que sans un certain degré d'attention, aucune impression n'est durablement mise en réserve.—En ce sens, nous pouvons dire qu'il ne suffit pas qu'un objet transmette par le canal des sens une impression au cerveau, mais que, pour qu'on en ait le souvenir, l'attention et la conscience sont nécessaires au moment de l'impression première.

Pour montrer la différence entre l'attention consciente et la simple perception d'impressions par les sens, supposons que nous nous trouvions dans une rue affalrée d'une grande ville. Des milliers d'objets se présentent à notre vue, des milliers de sons sont transmis à notre cerveau par notre ouïe, notre odorat est impressionné, notre touché fonctionne également lorsque des gens nous touchent ou que nous heurtons des objets. Au milieu de ce chaos de visions, sons, odeurs, sensations et tous les canaux de l'impression sensible étant ouverts et recevant des impressions, nous pouvons être profondément préoccupé d'un spectacle particulier, d'un son ou même d'une

pensée, tandis que tout le reste de ce qui se passe autour de nous est comme inexistant. Et tout ce dont nous pouvons facilement nous souvenir de ce moment particulier, c'est la seule chose que nous considérons avec attention, c'est la chose seule que nous écoutions attentivement ou la pensée particulière qui occupait notre esprit en ce moment.—Une grande partie de ce que nous voyons, entendons et sentons est presque immédiatement oubliée parce que nous ne lui avons accordé qu'une attention insignifiante.

On dit qu'une pauvre mémoire dénote pratiquement une pauvre attention et que l'habitude de n'observer que superficiellement est soeur d'une mémoire infidèle.—Nous reviendrons sur cette partie de ce sujet dans un autre endroit de cet ouvrage en donnant des instructions et exercices pour cultiver et développer l'attention.

Les opinions sont partagées sur la question de savoir si l'on peut faire attention ou non à plusieurs objets à la fois.

Les meilleurs auteurs semblent maintenant d'accord pour admettre que l'esprit ne peut faire attention réellement qu'à une seule chose à la fois, mais qu'il peut passer d'un objet à l'autre avec une extrême rapidité.

Lorsque l'esprit est concentré sur un sujet ou objet, il perd souvent de vue les autres spectacles ou sons qui, ordinairement, attireraient son attention momentanée.—Ainsi quelqu'un qui est précoc-

cupé d'une certaine chose, peut ne pas remarquer les personnes qui passent dans la chambre ou le bruit d'une cloche retentissant à quelques pieds de lui. Il est rapporté que Socrate s'engagea un jour pour une campagne, mais qu'étant préoccupé de spéculations philosophiques, il s'arrêta et resta immobile pendant des heures. Lorsqu'il eût résolu le problème, il se trouva seul dans la pluie à plusieurs heures de marche de l'armée.

Si l'on désire consacrer toute son attention à une question, il faut, si possible, choisir un moment et un endroit où l'esprit soit exempt d'impressions extérieures.—Si vous voulez intéresser quelqu'un à une chose importante, vous ne le cherchez pas au moment où il est occupé d'autre chose et ne songerez jamais à soumettre la chose à son attention quand il sera engagé dans d'autres affaires.—Vous attendrez jusqu'à ce que vous le trouviez relativement libre d'autres préoccupations, assuré de trouver alors un auditeur attentif.

Il n'y a que les personnes qui ont développé leur faculté de concentrer leur attention, qui puissent s'abstraire complètement d'un sujet temporairement, et donner toute leur attention à une autre question.—Naturellement, la mémoire suit l'attention, et les choses dont elle se souvient le mieux sont celles dont l'impression est reçue lorsque l'esprit est calme et non appliqué à autre chose.

L'attention totale donne des impressions remarquablement claires et augmente de beaucoup la puissance des facultés et leur donne une force qu'elles ne possèdent pas à l'ordinaire.—Une douleur devient plus cuisante lorsque l'attention se porte sur elle.—On admet actuellement que la circulation peut être accrue dans un organe quelconque ou une partie du corps en augmentant l'attention portée sur cette partie.—Si nous voulons obtenir les impressions les plus complètes et les plus claires d'un objet ou d'un sujet, nous devons y concentrer notre attention. La concentration peut fortement être augmentée par une pratique intelligente.

Les hommes d'une grande puissance intellectuelle sont connus pour leur grande force d'attention, tandis que les imbéciles et les idiots sont presque dépourvus d'attention concentrée.—L'esprit du grand homme est, par conséquent, rempli d'impressions fortes et intenses, tandis que l'homme médiocrement attentif n'a qu'une faible réserve à laquelle il puisse recourir.

Ce que nous savons des choses, c'est simplement ce que nous nous en rappelons.

Cela étant, la science de quelqu'un dépend entièrement de sa mémoire, et, comme sa mémoire dépend de son attention, il en résulte que l'attention est le principal facteur de la science.—Pour qui n'est pas habitué à concentrer ou à appliquer fermement son attention, à un objet ou un sujet,

c'est chose difficile et ennuyeuse d'acquérir cette nouvelle habitude. Mais l'exercice donne la perfection et, après quelque temps, on constatera que l'attention se fixe presque d'elle-même et sans efforts.

Toutes les qualités désirables de l'esprit mentionnées dans ces chapitres peuvent être si bien développées par la pratique et l'application qu'elles se manifesteront presque inconsciemment quand il le faudra.

L'attention se concentrera quand la question l'exige.—Une habitude mentale étant une fois prise, l'esprit suit.—Frayez un sentier mental et l'esprit le suivra désormais.

CHAPITRE III

Réception des impressions.

Comme nous l'avons expliqué dans un chapitre précédent, l'esprit reçoit toute impression qui se présente et la met de côté dans son énorme entrepôt.—Mais il y a une très grande différence dans la nature des impressions reçues.—Certaines sont très vives et très fortes, d'autres sont très faibles et peu nettes.—La force de l'impression dépend de l'intérêt que l'esprit y attache au moment où elle se produit et de la quantité d'attention volontaire qu'on y consacre.

Une chose intéressante ou à laquelle on prête attention, produit une impression beaucoup plus forte qu'une autre n'excitant que peu ou point l'intérêt ou l'attention, et le souvenir en est beaucoup plus rapidement rappelé quand il le faut.

L'attention a été subdivisée par les psychologues en deux classes : involontaire et volontaire.—L'attention involontaire est celle qui est concentrée avec un minimum d'effort ou apparemment sans effort de la volonté.—L'attention volontaire est celle qui est concentrée par un effort de la volonté.

Les animaux inférieurs et l'homme fruste ont peu ou point d'attention volontaire, mais l'attention involontaire s'y trouve dans toute sa force. L'homme cultivé manifeste un haut degré d'attention volontaire.—La faculté d'exercer cette dernière semble une des grandes différences entre l'homme et les animaux.—Le degré d'attention volontaire indiquant le degré de développement de l'homme.

L'attention volontaire résulte du développement de la volonté.

Pour l'animal inférieur, le petit enfant et l'homme inculte, un objet doit être intéressant pour retenir son attention plus d'un instant.—L'homme cultivé peut par un effort de sa volonté diriger son attention sur un objet sans intérêt et l'y maintenir jusqu'à ce qu'il ait fourni à son esprit le renseignement voulu.—De même il peut détourner son attention d'un objet très intéressant sur un autre qui ne l'est pas, le tout, par la force de sa volonté.

Il est vrai que l'homme cultivé trouve de l'intérêt à presque toute chose, ce qui lui permet de concentrer son attention plus facilement que l'homme inculte qui ne voit rien d'intéressant dans le même objet ou sujet.—L'homme inculte, qui n'a guère d'attention volontaire, est presque à la merci des impressions extérieures; il se trouve pratiquement dans la position de l'enfant qui, en regardant le cortège d'un cirque, oublie pour le

moment sa maison, ses parents, s'oublie lui-même et suit le cortège jusqu'à ce qu'il soit perdu.

La culture de l'intérêt et de l'attention ont produit des résultats merveilleux dans bien des cas connus.—Avec un peu d'exercice, chacun peut progresser dans cette voie au point d'en être surpris lui-même et d'exciter l'étonnement de ses amis.

Robert Houdin, le célèbre illusionniste français, dont les meilleurs tours dépendaient de son observation rapide et exacte et de son étonnante mémoire, avait développé ses facultés d'observation rapide et attentive ainsi que sa mémoire, par des années d'exercices soigneux.

Dans sa jeunesse, il passait rapidement devant un magasin de Paris, donnait à l'étalage un coup d'oeil rapide puis détournant les yeux, essayait à se rappeler et décrire les objets vus.—Après quelque temps, il put passer rapidement devant la vitrine d'une grand magasin remplie de petits objets et recevoir une impression si complète, si claire et si nette des objets exposés que, des heures après, il pouvait rappeler et décrire à peu près sans erreur chaque article.—Cette éducation fit d'Houdin ce qu'il fût et lui permit d'amasser une fortune.—Son esprit semblait être devenu une sorte de plaque photographique et enrégistrait toute chose à sa place.

On rapporte d'un artiste bien connu, que, lorsqu'il avait à faire un portrait, il passait parfois la

première séance de pose à considérer le modèle, puis le renvoyait en lui disant qu'il ne devait plus revenir.—Il travaillait alors des mois au portrait sans autre séance, regardant de temps en temps vers la chaise vide où la personne avait posé, et reproduisant ses traits sur la toile.—Il disait pouvoir voir réellement le modèle sur la chaise.—L'impression première s'était apparemment gravée de façon indélébile dans sa mémoire.—C'est là naturellement un exemple extrême, mais d'autres artistes ont cette faculté développée à un degré à peine moins étonnant.—Avec le nouveau système de lecture en vigueur maintenant dans les écoles françaises, les enfants apprennent à lire par la forme, l'aspect général du mot au lieu de ses différentes lettres ou sons, et pour eux, "Constantinople" est aussi facile à lire que "papa"—Des faits analogues sont rapportés de certains musiciens. Beaucoup de ceux-ci ont pu reproduire page par page de la musique qu'ils n'avaient entendue qu'une ou deux fois.—Grotius et Pascal n'oubliaient jamais rien de ce qu'ils avaient lu ou pensé.—Le cardinal Mezzotanti, dont on rapporte qu'il connaissait plus de cent langues, disait n'avoir jamais oublié un mot de ce qu'il avait appris.—Pline rapporte que Cyrus connaissait le nom de chaque soldat de son armée.—François Luarez pouvait répéter de mémoire toutes les oeuvres de St-Augustin et en faisait des citations en indiquant la page et la ligne où

elles se trouvaient.—Thémistocle pouvait appeler par leur nom les 20,000 citoyens d'Athènes.

Par l'exercice, on peut développer la force de concentration et l'attention appliquées aux pensées aussi bien qu'aux choses.—La même règle et le même motif prévalent dans les deux cas.—Dans les chapitres subséquents, nous reprendrons cette partie de notre sujet, mais notre attention sera d'abord attirée sur le développement de la faculté d'acquérir des impressions par les sens de la vue et de l'ouïe.—

CHAPITRE IV

Observation visuelle et mémoire

Nous ne pouvons trop insister auprès du lecteur sur l'importance vitale de l'exercice, "l'entraînement" de l'oeil à recevoir clairement et nettement des impressions correctes. Cet entraînement et le développement qui en résulte seront tout à l'avantage de l'homme ou de la femme dans toutes les situations de la vie, dans toute profession, affaire ou commerce.

Ce n'est pas l'artiste ou le sculpteur seul qui ont besoin du secours d'un oeil exercé, tout artisan, homme d'affaires ou professionnel qui ne s'est pas développé dans ce sens, a tous les jours à souffrir de cette négligence.

Il n'y a pas d'occupation où il n'y ait avantage à posséder un esprit d'observation exercé.

On ajoutera grandement à son fonds de connaissances, à son plaisir en cultivant l'art de la perception visuelle.

Le grand savant Agassiz apprenait avec un succès étonnant à ses élèves l'art d'observer. La puissance de perception exercée qu'il développait en eux, contribua grandement au succès d'un grand nombre de ses élèves qui, dans la suite, se firent un nom et une place dans la science.

Les lecteurs de l'attrayant "Sherlock Holmes" de Conan Doyle se rappelleront l'étonnante puissance de perception visuelle possédée par ce détective amateur et les exploits qu'elle lui permet d'accomplir.

Les joueurs sont de bons observateurs et souvent peuvent dire le jeu de leur adversaires d'après l'expression de sa figure, quoique ce dernier ne se doute pas qu'il se trahisse lui-même.

Divers artistes célèbres enseignèrent à leurs élèves à reproduire de mémoire des objets ou personnes après y avoir jeté un simple coup d'oeil. Le peintre Garbinali fit un portrait très expressif de James-Gordon Bennett, qu'il n'avait vu qu'une fois passer rapidement en voiture. Le meilleur portrait de Lincoln est dû à un inconnu de talent qui ne l'avait vu qu'une fois. En 1845, un tableau de Murillo périt dans l'incendie de l'Académie des Beaux-Arts de Philadelphie; trente-cinq ans plus tard, Sarasin le refit de mémoire.

Bien peu de gens sont bons observateurs. La plupart des personnes se souviennent de quelque chose d'une façon générale, se rappellent à peu près ce que c'est, mais les détails échappent. Toutefois, une chose intéressante reçoit une plus grande attention, et fait enregistrer une impression claire et nette. Un exemple de l'effet de l'intérêt à cet égard nous est fourni par un homme et une femme ordinaires se promenant dans la rue. Une autre femme passe vêtue d'une robe

plutôt attrayante. Tous deux la remarquent. L'homme se rappelle seulement "qu'elle portait quelque chose de bleu." La femme, elle, pourrait dire exactement ce que l'autre femme portait—la taille et sa garniture, le style des manches jusqu'au moindre détail, la coupe et l'étoffe de la jupe, sa qualité et son prix probable ; le chapeau, ses plumes, sa soie et son velour ; toutes les petites particularités de la façon, etc.

Et pourtant l'homme et la femme avaient tous deux de bons yeux,—tous deux ont reçu une impression photographique de la passante et de sa toilette et cependant, remarquez quelle différence dans l'observation de ces deux personnes. La cause de cette différence est simplement le fait que l'intérêt de la femme s'est porté sur la toilette et que son attention est exercée à se concentrer sur ce genre de choses.

Toutefois, la faculté de s'intéresser peut être exercée et acquise, et la faculté de faire attention suivra.

Vous comprenez évidemment que ce n'est pas l'oeil qui a besoin d'exercice, car tout oeil sain remplit bien sa fonction.—C'est la partie de l'esprit qui voit par l'oeil qui a besoin des leçons que vous allez lui donner. L'oeil est la chambre noire, l'esprit est la plaque sensible. Vous voulez développer vos facultés d'observation ; votre désir vous intéresse à la question et aux détails du plan à suivre et vous y consacrez votre attention.

N'oubliez pas ces deux facteurs importants que sont l'intérêt et l'attention.—Mais l'esprit a été oisif, et il faudra de la patience et de l'exercice pour l'amener à travailler sérieusement.

Pour se rappeler les objets, il faut d'abord les voir clairement, pour que l'esprit en enrégistre une impression nette et la mette soigneusement en réserve comme chose précieuse. La seule manière d'amener l'esprit à obéir, est d'exercer ses facultés d'observation.—Les choses à imprimer dans l'esprit doivent être observées soigneusement et attentivement. Cet entraînement des facultés d'observation compensera amplement le temps et la peine prise. — La tâche elle-même n'est ni désagréable ni fastidieuse, car l'avancement de la tâche s'accompagne d'un perfectionnement marqué si agréable que c'est plutôt une série d'agréables expériences qu'une tâche pour l'élève.

CHAPITRE V

Exercices de perception visuelle

Un des exercices les plus simples, mais les meilleurs pour développer la force d'observation, consiste dans la vue correcte et juste des objets familiers.—Ceci peut paraître chose très facile, mais lorsque vous l'aurez essayé quelques fois, vous lui accorderez plus d'importance.

Le jeu suivant constitue un exercice fort intéressant : Mettez sur la table au moins sept objets couverts d'une serviette. Enlevez la serviette et comptez lentement jusqu'à dix. Remettez la serviette et faites décrire les objets aussi complètement que possible par ceux qui prennent part au jeu, en écrivant leurs descriptions. On augmentera graduellement le nombre d'objets placés sous la serviette, et vous serez étonné de voir quels progrès peuvent ainsi faire dans l'observation certains joueurs.

Ces exercices peuvent être rendus beaucoup plus intéressants si plusieurs personnes les font ensemble. L'amicale rivalité et le vif intérêt qui en résultent, sont bien faits pour stimuler l'élève et aiguïser ses facultés d'observation.

Beaucoup de gens peuvent saisir pratiquement

le sens d'un paragraphe de texte d'un coup d'oeil. — Les gens très affairés qui lisent les journaux ont ordinairement cette faculté développée à un très haut degré. — Les hommes et femmes qui font du journalisme peuvent souvent saisir le sens d'une page apparemment en n'y jetant qu'un coup d'oeil. Ceux qui font les comptes-rendus bibliographiques ont aussi cette faculté. — On dit que le professeur Porter de l'Université Yale, pouvait lire d'un coup d'oeil presque une demi page d'un livre ordinaire.

Commencez par essayer de lire plusieurs mots d'un seul coup d'oeil, puis des propositions, puis des phrases. Dans tout ce travail de développement des facultés mentales, il faut procéder comme pour développer un muscle, c'est-à-dire, graduellement.

Un autre bon exercice consiste à noter mentalement une chambre et son contenu. — Entrez dans une chambre et examinez-la rapidement, elle et son contenu, — en tâchant de prendre une bonne photographie mentale d'autant d'objets que possible. Puis sortez de la chambre et écrivez ce que vous aurez vu. Par la pratique, vous pourrez décrire correctement tout endroit que vous aurez visité, presque sans effort, et, vos facultés d'observation enregistreront automatiquement des impressions, après avoir été exercées pendant quelque temps, avec la même facilité et sans plus d'efforts que la femme qui fait

la description du nouveau costume d'une autre femme passante qu'elle a à peine entrevue.

Le soir, repassez les affaires de la journée écoulée et tâchez de vous remémorer et de décrire les choses et personnes que vous avez rencontrées et que vous avez vues. Vous serez étonné du peu que vous pourrez vous rappeler au début et de la masse de choses que vous pourrez vous rappeler après un peu de pratique.—Ceci n'est pas seulement l'habileté à se souvenir, mais l'habileté à observer.

Votre esprit subconscient reconnaîtra la nécessité de remarquer les choses clairement et de les placer ensuite où il faut.

CHAPITRE VI

Perception auditive et mémoire

De grandes différences se remarquent parmi les individus sous le rapport de l'ouïe.—Certaines personnes ont une oreille très sensible aux sons en général.—Des autorités ont déclaré que la moitié des cas de surdité sont dus à l'inattention.— Cela étant, on voit facilement que la meilleure façon de perfectionner la faculté auditive, c'est de cultiver l'attention et l'intérêt— Les aveugles ne pouvant guère se servir de leurs autres sens, ont celui-ci développé d'une manière merveilleuse.— Leur ouïe est si perçante qu'ils peuvent d'après le son de leurs propres pas, dire s'ils passent devant un objet stationnaire et, par le même moyen, peuvent distinguer un homme immobile d'un poteau de réverbère.

Nous donnons ci-après plusieurs exercices destinés à développer l'ouïe par la pratique. Ces exercices sont surtout destinés à suggérer à l'élève qu'il peut tirer profit des circonstances où il se trouve dans la vie journalière pour développer ce sens.

Lorsque vous passez dans une rue, tâchez de saisir et de retenir quelques moments les lam-

beaux de conversation des passants. Vous serez étonné du nombre et de la variété des phrases décousues que vous pourrez entendre et retenir au cours d'une promenade à travers quelques artères.—Ceci est simplement une affaire d'attention et d'intérêt, car cet exercice n'a évidemment de valeur que pour développer ces deux facultés, puisque les phrases entendues n'auront probablement aucune importance, à moins que l'étude de la nature humaine ne vous intéresse.

Chacun possède une voix différente et il est bien intéressant d'étudier les différents types de voix et leurs caractéristiques.—Vous remarquerez que tout homme a sa manière propre de prononcer et d'accentuer certains mots. Vous remarquerez que les personnes des différents pays et des différentes parties d'un même pays, ont des tons et des particularités de langage différents.—En outre, le caractère d'une personne se révèle par sa voix. Celui qui étudie la question, pourra se faire une bonne idée de la valeur mentale de l'orateur.

Vous trouverez intéressant et profitable de vous rappeler les mots précis qui vous ont été dits au cours de la journée écoulée. Bien peu de gens sont capables de redire exactement ce qu'on leur a dit quelques moments auparavant.

L'inattention en est surtout la cause.—Tous les patrons savent combien peu on peut compter sur l'attention et sur la mémoire des employés. En

développant votre attention et votre mémoire dans cette voie, vous pourrez en tirer de grands avantages dans votre vie commerciale.

Nous conseillons fortement à tous nos élèves d'assister à toutes les conférences, sermons, discours, causeries, etc. possible et accorder une stricte attention à tous, puis essayez de noter ce que vous pouvez vous rappeler de ce que vous aurez entendu.—Cela n'est pas seulement bon pour développer la perception auditive et la mémoire, c'est aussi un des meilleurs moyens pour développer vos qualités d'orateur. Les élèves qui suivent longtemps les cours d'un professeur, prennent plus ou moins son genre. De même, entendre de bons orateurs développe graduellement dans l'esprit de l'auditeur une force d'expression très supérieure à celle qu'il possède. Pour cela l'élève s'exercera à se rappeler des parties de discours de bons orateurs et à en répéter aussi exactement que possible, non seulement les mots, mais aussi le ton et l'expression.

La meilleure méthode d'exercer la mémoire à retenir et à se rappeler ce qui a été entendu, est celle employée par les Hindous et autres peuples pour transmettre leurs enseignements sacrés et leurs philosophies.

Le secret de leur merveilleux système est : *petits commencements, augmentation graduelle, révision fréquente.*

Dans le chapitre suivant nous traiterons de

ce système en détail, et n'en parlerons que d'une façon générale dans cette partie-ci du livre.

Les maîtres hindous commencent par répéter une seule ligne d'un long livre à l'élève. Ce dernier fixe cette ligne dans sa mémoire, gravant indélébilement dans son esprit les mots et leur sens jusqu'à savoir chaque mot de la ligne comme s'il le voyait devant lui.—Il sait la position de chaque mot et peut redire la ligne à rebours. Il apprend ensuite une autre ligne le lendemain, après quoi il répète la première en la faisant suivre de la seconde. Le jour suivant, on ajoute une troisième ligne, on répète les deux premières en y joignant la troisième et ainsi de suite, une ligne par jour.—La répétition est, naturellement, la chose importante, parce qu'elle fait repasser indéfiniment par l'élève les lignes précédemment apprises, l'impression se fortifiant chaque fois d'avantage.

Après quelque temps, l'élève devient apte à apprendre deux lignes par jour, puis trois et ainsi de suite jusqu'à ce qu'il ait acquis une capacité d'assimilation presque incroyable.—Si, pendant cet exercice, vous constatez que votre intérêt faiblit, prenez quelque nouveau poème ou sujet sans oublier de revoir de temps en temps l'article précédemment appris.—Ce changement vous donnera un nouveau zèle pour l'exercice et vous permettra de revenir à ce que vous avez antérieurement appris avec un nouvel intérêt.

CHAPITRE VII

Système cumulatif

Le système cumulatif n'est pas nouveau; c'est l'ancien système rendu à la vie. C'est le système des Orientaux et autres peuples anciens pour exercer l'esprit à retenir sans erreur les enseignements sacrés et les philosophies.

Dans d'autres chapitres de ce livre, nous avons donné de nombreux exemples de merveilleux exploits de mémoire faits par ces peuples.—

Autrefois, avant la découverte de l'imprimerie, peu de gens savaient lire, les écrits pouvaient être égarés, perdus ou détruits. Les maîtres craignaient de confier leurs enseignements au parchemin ou à toute autre matière en usage.

En conséquence, ils exerçaient l'esprit de leurs élèves jusqu'à ce qu'ils puissent confier à la mémoire des ouvrages aussi longs et même plus longs que notre bible.

A l'apparition de l'imprimerie, la nécessité de la transmission orale des enseignements disparut et avec elle, l'ancien art de se remémorer des livres entiers. L'homme ne jugea plus à propos de retenir des choses qu'il pouvait trouver dans ses livres. Il oubliait qu'en laissant se perdre l'an-

ancien système, il perdrait non seulement l'art de se rappeler des choses très longues, mais aussi celui de s'exercer la mémoire à retenir les choses ordinaires.

On voit le résultat de nos jours : un homme ayant une bonne mémoire est devenu une curiosité.

Le système cumulatif diffère des autres en ce qu'il n'enseigne pas comment se rappeler une chose par son association avec une autre peut-être plus facile à retenir ; il essaye au contraire de développer, de fortifier et d'exercer l'esprit de façon à lui permettre de confier facilement à la mémoire tout ce qu'il veut et de se rappeler facilement ce qu'il a retenu, par l'effet de la volonté.

L'une des beautés du système, c'est que, tout en vous exerçant, vous confiez à votre mémoire des connaissances et renseignements précieux et que tout en confiant à votre mémoire des choses intéressantes et utiles, vous développez vos facultés latentes de ressouvenir.—Toutefois, il ne faut pas perdre de vue que la grande importance du système réside non dans la simple habileté à se rappeler de longs poèmes, discours, etc., mais dans le développement et le renforcement de la mémoire elle-même.

Le système cumulatif est basé sur la théorie que la faculté du souvenir et du rappel peut être énormément accrue par un système d'exercices progressifs et par de fréquentes répétitions. L'élève

doit choisir quelque chose qui l'intéresse pour le confier à sa mémoire, quelque chose dont le sujet lui plaise. La poésie est très appropriée à ce but.

Commencez par confier à votre mémoire un verset de la bible ou une strophe d'un poème pourvu que cette strophe ne comprenne pas plus de quatre à six lignes. Si elle est plus longue, il vaut mieux la subdiviser en sections ne dépassant pas le dit nombre de lignes. Apprenez bien ce texte, jusqu'à ce que vous puissiez le répéter facilement et le comprendre dans toutes ses parties.

Le second jour, revoyez et répétez à haute voix le texte de la veille. Puis apprenez-en un nouveau de la même manière, joignez-le au premier et répétez les deux. Le troisième jour, revoyez les deux textes précédents, apprenez-en un troisième à fond, joignez-le aux deux premiers et répétez le tout.—Continuez cet exercice un mois, en apprenant et ajoutant toujours un texte nouveau chaque jour et en répétant le tout fréquemment. Le point important, c'est la répétition. Cette partie ne doit pas être négligée.

Au début, vous trouverez probablement qu'il est souvent nécessaire de vous reporter au livre pour suppléer un mot ou une ligne qui échappe. Que cela ne vous décourage pas, vous surmonterez bientôt cette difficulté. Ne tendez pas à l'excès votre mémoire par un grand effort pour vous rappeler le mot qui vous échappe prenez

plutôt le livre et apprenez à nouveau cette ligne. Revenez au livre aussi souvent qu'il le faudra plutôt que d'omettre des mots et de rester dans l'incertitude sur leur exactitude. N'y allez pas avec négligence, insistez sur l'exactitude et sur une correction rigide et absolue.

En y insistant dès le début, l'esprit acquerra bientôt cette qualité.

N'omettez pas un jour de vous exercer.—Au commencement du second mois, apprenez le double chaque jour. Continuez ainsi tout le mois à apprendre chaque jour deux versets ou deux strophes en revoyant le texte précédemment appris. Vous constaterez que la tâche du second mois n'est pas plus difficile que celle du premier. La tâche double sera aussi facile que la simple.—Vous constaterez alors que votre mémoire a progressé et que vous pouvez apprendre trois ou quatre fois autant de texte par jour et avec la même facilité que vous avez appris la première ligne au début de vos exercices.

Au commencement du troisième mois, commencez à apprendre trois fois autant de texte que le premier mois en ajoutant chaque jour à votre stock et en répétant chaque jour ce que vous avez appris précédemment.—Le quatrième mois, apprenez le quadruple, et ainsi de suite. Il y a naturellement une limite à cet accroissement constant ; cette limite variant avec les individus, mais l'élève le moins bien doué fera des progrès étonnants

avec très peu d'efforts en suivant cette méthode graduelle et progressive.—Après quelque temps, vous pourrez constater que vous pouvez faire exécuter à votre mémoire une tâche quotidienne très forte.

Apprenez une chose à fond avant de passer à la suivante. Il vaut mieux savoir une seule chose à fond, que dix imparfaitement.—Quelle multitude d'acteurs ont à apprendre chaque semaine un nouveau rôle comprenant de 10,000 à 25,000 mots.

Ils parviennent à accomplir ce fait presque étonnant, pour celui qui n'y a jamais pensé, par le système cumulatif: exercices progressifs et répétitions fréquentes.

N'essayez pas d'allier trop vite. Ne tentez pas trop à la fois. L'élève en général est trop zélé. Il part d'enthousiasme et est fatigué avant peu.

N'essayez pas de travailler quand vous êtes fatigué ou épuisé.—Vous ne pourrez alors recevoir des impressions nettes, ni vous rappeler clairement et distinctement. On trouve généralement que le matin est le moment le plus propice à l'exercice.

e mé-
quel-
pou-
quo-

ser à
hose
titu-
e un
ots.
u'é-
par
et

pas
élé.
eu.
fa-
ce-
er
a-
ce

CONCLUSION

Nous avons dans ces chapitres, indiqué la voie à suivre pour atteindre les résultats désirés, et assurons que quiconque aura lu ces pages avec attention et mettra en pratique les enseignements ici donnés, verra sa mémoire s'améliorer à un puissant degré, et son intérêt général en aura vite fait un observateur perspicace et cultivé.



POUVOIR
DE LA
VOLONTE

PREFACE

Pouvoir de la volonté.

L'auteur de cette partie du cours, a depuis quelques années consacré la plus grande partie de ses études et réflexions à l'établissement des principes exposés dans ces chapitres.—Ceux-ci, résumés, sont les suivants: premièrement, il est possible par un traitement scientifique direct d'influer sur toute faculté mentale ou cérébrale, ce qui eût été autrefois regardé comme miraculeux; deuxièmement, la volonté peut, au moyen de procédés d'entraînement très simples ou à l'aide de l'Auto-suggestion, être fortifiée presque sans limite, et un état d'esprit déterminé bientôt obtenu par des exercices journaliers, théorie qui a été confirmée par de longues expériences. Ainsi, de même qu'une personne peut au moyen de l'opium produire le sommeil, elle peut par une simple expérience quelquefois répétée—expérience décrite plus loin et qui a été contrôlée et vérifiée au delà de toute contradiction—agir sur elle-même de façon à rester, pendant toute la journée suivante, dans un calme parfait, ou une joyeuse disposition d'esprit; et cet état peut, au moyen d'exercices répétés,

être réhaussé ou modifié en un autre beaucoup plus actif ou intelligent.

Par exemple, en ce qui concerne ma propre expérience, j'ai réussi par ce procédé, depuis ma dix-septième année, à travailler toute la journée beaucoup plus assidûment et sans aucune sensation de fatigue ou de dégoût pour le travail, que je ne l'avais fait à aucun période antérieure de ma vie.

Et l'élève n'a qu'à en réaliser lui-même l'expérience extrêmement simple, telle que décrite, pour s'assurer qu'il peut faire de même et qu'il peut la continuer indéfiniment et avec une puissance toujours grandissante, puissance qui sera employée pour l'éducation avec des résultats merveilleux.— Il est indéniable qu'il n'y a pas de méthode connue par laquelle l'inattention, l'étourderie ou la négligence pendant la jeunesse peuvent être aussi promptement et aussi complètement guéries qu'au moyen de celle-ci; pendant que d'autre part, même plus facilement, l'attention et l'intérêt peuvent être éveillés par l'assiduité.

Le commencement de mes études fut le développement de l'esprit en général.

Ma première découverte fut que la mémoire, soit mentale ou visuelle, ou de toute autre espèce, pouvait être, alliée avec l'art, merveilleusement améliorée; et à ce moment, il me vint à la pensée que l'esprit humain avec toute sa puissante influence et ses secrets profonds pouvait être disci-

pliné, dirigé et contrôlé avec autant de soin que la mémoire ou les facultés physiques.

Dans une certaine acception, ces trois idées n'en font qu'une et le lecteur qui voudra bien prendre la peine de s'assimiler les détails de ce livre, en saisira rapidement l'ensemble et comprendra que son contenu forme un système d'éducation, duquel les jeunes comme les vieux pourront profiter.

Mais par-dessus tout, je prie l'élève d'expérimenter sur sa propre personne jusqu'à quel degré il lui est possible d'influer sur sa volonté ou de déterminer un état d'esprit futur au moyen des procédés très simples exposés ci-après.

L'homme qui peut développer sa volonté a la faculté non seulement de contrôler sa nature morale presque à l'infini, mais aussi d'occasionner ou de réaliser des états d'esprit extraordinaires, c'est-à-dire des facultés, des talents ou capacités qu'ils n'avaient jamais soupçonnés être à sa portée.

Il a toujours été admis que c'est une chose merveilleusement favorable d'avoir une forte volonté ou un esprit déterminé et résolu; les écrits à ce sujet sont nombreux.—Le lecteur doit se rendre maître de sa volonté, pour parvenir à développer une grande puissance d'esprit, et, le moyen d'y arriver a toujours été recherché par des méthodes plus ou moins éprouvées; mais la chose peut être réalisée bien plus efficacement par des méthodes faciles d'éveiller la volonté, méthodes qui

sont au pouvoir de chacun et qui si elles sont exercées conduisent à des résultats merveilleux.

Les chapitres qui vont suivre auront pour objet de présenter clairement et explicitement, comment, par un ou des procédés très simples, la volonté peut, par n'importe quelle personne d'intelligence ordinaire, être éveillée et développée jusqu'à un puissant degré, et avec elle beaucoup d'autres facultés ou états d'esprit.—Les pouvoirs intellectuels tels que la mémoire, la faculté d'interprétation et tout ce qui s'y rapporte ne sont pas des dons ou des inspirations mystérieuses, mais existent à l'état latent chez tous et l'évolution de la science rend possible leurs pleins développements.

CRAPITRE I

Pouvoir de la volonté.

Attention spontanée ou réflexe — Observation active ou passive comme préparation au développement de la volonté.

Suivant E. Von Hartmann, l'attention est spontanée ou réflexe.. La fixation volontaire de notre esprit sur quelque chose, ou le choix d'une idée, d'une image ou d'un sujet, est ce qu'on appelle l'Attention spontanée; mais quand l'idée, pour une raison quelconque, s'est gravée en nous, et nous sommes par conséquent contraints à être attentif, alors il y a l'attention réflexe, ce qui revient à dire qu'il y a l'observation active et passive. L'action spontanée peut être matériellement aidée et amenée à persévérer si, avant de faire une recherche ou d'appliquer notre attention à quoi que ce soit, nous y réfléchissons comme pour nous décider et nous résoudre à le faire à fond, à ne pas cesser avant que nous en soyons venus à bout. Cette méditation antérieure est bien plus facilement obtenue ou exercée que l'attention elle-même, et elle la prépare juste comme l'attention prépare l'intérêt.

L'attention est étroitement liée à la mémoire; quand nous voulons prêter attention à quelque chose avec un but de continuité, nous devons nous mettre cette chose en mémoire, autrement elle disparaîtrait; et, d'autre part la mémoire excitée par différentes causes, nous oblige à prêter involontairement attention à de nombreux sujets, que nous le voulions ou non. Chacun de nous a été hanté par des images ou des idées, même tourmenté par elles, et il y a de nombreux exemples dans lesquels l'imagination leur donne une forme objective et les fait apparaître visibles au patient. Ces idées obsédantes, ces désagréables répétitions, d'une persévérance opiniâtre, assument une variété de formes incroyables et entrent dans notre vie par de nombreuses voies étranges.

La Monomanie ou l'obsession continuelle par une idée fixe à l'exclusion des autres est une forme d'attention exagérée alimentée par la mémoire.

La simple répétition d'une chose peut produire, sur qui que soit, des résultats remarquables, une espèce d'hypnotisme obligeant le patient à céder à ce qui devient pour lui une puissance irrésistible. Le Docteur J. R. Cocke, dans son traité d'hypnotisme, parle d'un homme qui ne voulait pas signer un écrit et savait qu'il agirait follement en le faisant, mais ayant été persuadé, le signa quand même. On rapporte un fait dans lequel un homme fut, par la simple persuasion de la parole, conduit à sacrifier tout ce qu'il possédait.

La grande puissance latente qui existe dans cette forme de suggestion est le seul secret de la publicité. Les gens cèdent devant la simple répétition. L'Attention et l'Intérêt peuvent donc être provoqués automatiquement par la répétition.

Un très petit effort de la volonté suffit souvent à fixer l'attention sur un sujet donné, et, nous montrerons dans un autre chapitre comment cela peut être obtenu. Du simple fait qu'un homme, même d'intelligence supérieure et de forte volonté, peut être amené à l'insomnie et presque à la folie par la hantise d'une misérable bagatelle, d'un simple tintement de cloche ou d'un souvenir frivole, nous pouvons déduire que nous avons là une grande puissance qu'il nous faut être capable de conduire à la réalisation de grands ou d'utiles résultats au moyen d'un procédé simple. Nous avons connu un grand comédien américain qui, ayant égaré un certain article de propriété théâtrale duquel, croyait-il, son bonheur dépendait, perdit aussitôt tout courage et tout espoir, et tomba dans un état de prostration dont il ne put jamais se relever. Dans ce cas, comme dans tous les autres, ce n'était pas la conviction ou le raisonnement qui agissait sur la victime, mais le simple effet de l'attention si souvent éveillée qu'elle était devenue une idée fixe.

Une réflexion approfondie de ce que je viens d'exposer ne peut pas manquer de rendre clair à l'élève que s'il désire réellement s'intéresser à un

sujet quelconque, il lui est possible de le faire, parce que la Nature a placé dans chaque esprit une vaste capacité pour l'attention ou les idées fixes, et que, où l'attention est fixée, l'Intérêt peut être facilement suscité.

C'est une chose facile de créer une forte volonté et de fortifier celle que nous avons déjà, même dans une grande proportion; cependant, celui qui veut arriver à ce résultat doit d'abord porter son attention fermement et fixement sur ce qu'il désire, ce pourquoi il est absolument nécessaire qu'il sache exactement ce qu'il a l'intention de faire et, par conséquent qu'il médite non en rêvassant vaguement, mais attentivement; cela fait, il devra s'assurer qu'il s'y intéresse et, si tel est le cas, le succès est certain.

Il y aurait bien peu d'échecs dans la vie, si ceux qui entreprennent quoi que ce soit y accordaient tout d'abord une longue réflexion, en examinant tous les détails et devenaient, en fait, familier avec l'idée sans s'imaginer pouvoir acquérir seulement plus tard l'intérêt et la persévérance. Il semble que la cause de ces échecs et du manque de réussite dans le succès final est simplement une conséquence de ce que les personnes qui le recherchent sont généralement d'une nature trop impulsive et manquent de profondes réflexions, d'application ou de sérieuse attention. Elles s'attachent vivement mais abandonnent aussi vivement

Comment on peut conjurer littéralement et complètement cette disposition à devenir fatigué à la suite d'un travail, ou inattentif, sera expliqué tout au long dans un autre chapitre. Qu'il suffise de dire qu'une sérieuse conception préalable appliquée à ce que nous voulons entreprendre, chose qu'on essaie rarement dans le sens que je lui implique, allège tout fardeau et anime le travail.

La méditation antérieure, simple mais répétée, est le plus facile des efforts mentaux, et même une très faible préméditation, exercée avant d'entreprendre une tâche, facilitera merveilleusement le travail.

Il y a des milliers de personnes qui souffrent de l'irritabilité, du manque de contrôle sur elles-mêmes, de maux de tous genres, ou de ce qu'on appelle communément nervosité et qui voudraient pouvoir se contenir, se maîtriser, mettre ainsi un terme à leurs souffrances. Les moralistes pensent que pour atteindre ce but, il est suffisant d'agir sur la raison ; ce procédé est cependant rarement efficace. Un homme peut savoir qu'il est mauvais, et être incapable de se réformer. Ce qu'il lui faut faire, c'est fixer son attention pendant un temps assez long afin d'acquérir de nouvelles habitudes.

CHAPITRE II

Merveilleuses facultés latentes existant dans l'esprit de l'homme. Comment les mettre en pratique. — Influence personnelle.

L'histoire de la civilisation de l'homme, quelle que soit la manière dont elle fut écrite nous montre que l'homme s'est toujours considéré comme sous l'influence de facultés latentes ou extraordinaires, ou d'une intelligence mystérieuse, c'est-à-dire outrepassant en étendue et en puissance tout ce qui est classé dans la catégorie des facultés conscientes ordinaires.

La forte influence qu'un être humain peut exercer sur un autre simplement par la volonté, jusqu'au point de l'obliger à faire tout ce qu'il en exige, est un pouvoir latent donné à chaque homme et qui n'est développé que par une culture appropriée.

L'hypnotisme, réduit à son principe le plus simple, est l'action d'un esprit sur un autre, ou, d'un esprit sur lui-même de façon à produire une croyance, une action ou un résultat défini.

Nous pouvons, et ceci constitue le principal sujet traité dans ces chapitres, appliquer ce pouvoir

sur nous mêmes de manière à produire des résultats identiques. Cela semble être une loi curieuse de la nature que, si nous ancrons une idée ou une image dans notre esprit avec la détermination préconçue et volontaire que nous nous en souviendrons après avoir dormi, nous y réussirons à un moment déterminé ou d'une certaine façon. Nous prions l'élève de se rappeler ce que nous avons déjà dit, en ce qui concerne par exemple la résolution d'entreprendre un certain travail, que la détermination prise peut être grandement aidée par une brève méditation antérieure. Dans tous les cas, c'est une espèce d'Auto-Hypnotisme qui se produit, et il semblerait qu'il y a dans le sommeil des vertus magiques, préservant et mûrissant nos désirs.

L'Hypnotisme est une suspension des facultés, causée par la volonté et produite par l'opérateur. Celui-ci peut provoquer cet état en fixant les yeux sur le patient, en opérant des passes magnétiques, ou simplement en lui ordonnant de dormir. — Cette action peut aussi être produite, jusqu'à un certain degré, par toute personne sur elle-même. Charles Leland a vérifié par l'expérience que si, en nous couchant, nous voulons d'une façon calme mais ferme, prendre la résolution de faire une certaine chose le lendemain ou d'être dans un certain état d'esprit, et si nous nous endormons ensuite comme à l'ordinaire, nous pouvons, quand nous nous éveillerons, avoir oublié tout ce que

nous avons désiré, tout en ressentant le lendemain une forte impulsion qui nous fera réaliser notre détermination.

Nous avons lu dans des ouvrages sur ces Sciences un nombre infini d'expériences dans lesquelles les patients croyaient être devenus soit des singes ou des fous, criminels, orateurs etc. à *volonté*, mais dans peu de ceux-ci, avons-nous trouvé qu'il soit venu à l'esprit de quelqu'un d'appliquer cette puissance au développement de l'intelligence pour un but permanent ou pour augmenter le sens moral.

Puisque l'Auto-hypnotisme est possible, si nous prenons la résolution de travailler toute la journée suivante, de nous appliquer à un travail littéraire ou artistique sans ressentir de fatigue, nous arriverons avec des commencements faciles à atteindre la perfection.— Ce que nous entendons par commencements faciles est ceci : il ne faut pas vouloir prendre une résolution trop véhémentement, mais très modérément, en impressionnant l'idée dans l'esprit, et on doit s'endormir en y pensant, comme à une chose devant être. Voici quelques essais appropriés pour obtenir le calme et la lucidité de l'esprit. L'élève en se couchant devra désirer ardemment pouvoir le lendemain être libre de tout tourment moral ou nerveux, ou vouloir conserver le calme ou un état d'esprit agréable; et ceci conduira l'élève à maintes observations minutieuses et extrêmement curieuses.

Un état d'esprit tranquille ou imperturbable sera rapidement obtenu, mais cet état se comportera peut-être comme si, effrayé par sa nouvelle forme, il était mal à son aise, étant contraint de la conserver. En réalité, aucun esprit peut résister à tout ; et l'homme aux manières les plus douces peut très bien couper la gorge d'un autre, s'il est fortement provoqué.

L'élève aura peut-être des moments de faiblesse, mais en même temps, il sera étonné de voir comment un calme constant s'emparera de lui-même et de quelle façon il augmentera par la persévérance.

Toute la découverte de l'éveil de la volonté est résumée dans ce qui suit.

Si vous avez une chose quelconque à faire qui demande de la volonté ou de la résolution, que ce soit d'entreprendre un travail difficile ou repoussant, d'accomplir un devoir quelconque, de vous présenter devant une personne désagréable, de faire un discours de rester maître de vous-même ou de faire un effort quel qu'il soit, prenez, avant de vous endormir, la résolution que vous le ferez avec autant de calme et aussi inconsciemment que possible. Ne le désirez pas trop vigoureusement, mais simplement et froidement et vous réussirez après quelques temps à faire tout ce que vous désirez. De plus, il est absolument vrai qu'en persévérant cette bonne volonté que vous appliquerez à vouloir vous conduira petit à petit aux

résultats les plus merveilleux et les plus satisfaisants.

Il y a cependant une chose de laquelle nous désirons prévenir les personnes impulsives ou étourdies. Il ne faut pas attendre de l'Auto-hypnotisme, de l'influence personnelle ou du développement de la volonté ni de rien en cette vie, une prompte perfection ou le comble du succès dès les premiers jours.

Par exemple, si vous êtes très susceptible au mauvais temps et que la journée soit épouvantable, ou si vous apprenez la mort d'un ami ou la nouvelle d'un grand désastre, une certaine dépression d'esprit en résultera inévitablement. D'autre part, il est à noter que l'habitude qu'on acquérera par la répétition fréquente du désir d'être dans un état d'esprit serein et joyeux aura infailliblement pour résultat de procurer un bien meilleur état d'âme dans la suite.

Aussitôt que vous commencerez à vous apercevoir que vous avez acquis un tel contrôle sur vous-même, rappelez-vous que c'est le moment de la victoire et redoublez vos efforts. "*La persévérance vainc.*"

Nous avons dans ce qui précède expliqué à l'élève ce qu'un système de discipline mentale basé sur la volonté, a de rationnel et comment par un procédé très simple, celle-ci peut-être, tout comme l'intérêt et l'attention, graduellement excitée.

CHAPITRE III

Méthodes simples et faciles pour fortifier et développer la volonté.

La Science actuelle nous montre chaque année de plus en plus que les maladies peuvent être soulagées et guéries en agissant sur le système nerveux. Mais si une guérison partielle ou temporaire, une cessation momentanée des souffrances peuvent ainsi être obtenues, il est raisonnable d'affirmer que, dans le cas où la maladie est guérissable, en continuant le remède, le soulagement correspondra au degré de volonté (foi) du patient. Mais malheureusement, ceux qui sont le plus rapidement soulagés sont ceux dont la nature est impulsive et imaginative, qui s'attachent très vite et abandonnent aussi vite, ou qui sont simplement attirés par un sentiment de curiosité qui perd vite son charme et les fait bientôt rétrograder. Donc, si nous réussissons, après avoir éveillé la volonté, à la maintenir vivace, il est très possible que nous puissions non seulement opérer de grandes cures, mais aussi arriver à créer l'état d'esprit qui nous plaira.

Nous répéterons encore, puisque le but de ces

chapitres est de graver profondément et d'une façon claire, certains faits dans l'esprit du lecteur, que si nous voulons qu'une idée nous revienne le lendemain ou un autre jour, et que nous amenons notre esprit à s'y appesantir avant de nous endormir, nous pourrions l'avoir oubliée quand nous nous éveillerons mais elle nous reviendra certainement en temps voulu. C'est absolument ce qui se passe quand, voulant nous éveiller à une certaine heure, nous réussissons à le faire après quelques essais, si non la première fois.

A l'aide du même procédé que celui qui nous permet de nous éveiller à une heure donnée, et simplement en substituant d'autres idées à celle du temps, nous pouvons acquérir le moyen de créer en nous-mêmes des états d'esprit préconçus ou désirés. Cet Auto-Hypnotisme ou détermination différée peut se faire avec ou sans sommeil, et devient plus efficace dans ses résultats avec chaque nouvelle expérience, avec chaque nouvel essai. Le grand facteur est la persévérance et la répétition. Nous pourrions arriver par la foi à remuer des montagnes, et par la persévérance, nous pourrions les déplacer; qui n'a pas entendu ces proverbes.

Lorsque nous nous apercevons que notre volonté commence réellement à nous obéir et nous inspire le courage ou l'indifférence dans les circonstances où nous étions timides autrefois, il n'y a pas de limites qui peuvent s'ensuivre.—Or, il est

indiscutable qu'il est possible à l'homme de vouloir et désirer ardemment certaines choses avant de s'endormir.

Cette façon de vouloir ne devra pas être trop intense, elle devra plutôt être un désir paisible, tout en étant ferme, une familiarisation avec ce que nous demandons par la pensée; ce sera par exemple le voeu d'être pendant toute la journée suivante fort, vigoureux, plein d'espoir, énergique, joyeux, hardi ou paisible. Le résultat obtenu sera juste en proportion avec la façon dont la commande ou le désir aura impressionné et pénétré l'esprit.

Il faut avec calme, doucement et cependant avec détermination diriger l'esprit sur le sujet que l'on veut se remémorer à une certaine heure. Répétez l'expérience, et quand elle aura réussi ajoutez y autre chose. La simple répétition sans réflexion sera du temps perdu.

Quand un certain état d'esprit, par exemple le calme pendant toute la journée, aura pu être obtenu, même partiellement, l'opérateur (qui doit naturellement tout faire pour s'aider à rester calme) commencera à croire sincèrement en lui-même ou dans la puissance de sa volonté à commander certain état d'âme; ceci acquis, tout peut être obtenu par la continuité de la réflexion, par la persévérance.

Il est intéressant de considérer quelques-uns des

états d'esprit dans lesquels une personne peut être amenée par l'Hypnotisme.

Quand un patient est soumis à la volonté d'un opérateur, il peut très bien s'imaginer avoir été transformé en souris ou en jeune fille ou être en état d'ivresse.

La même chose peut résulter de l'Auto-hypnotisme ou Auto-suggestion par des méthodes artificielles qui ont puissamment recours à l'imagination.

L'Auto-hypnotisme par le procédé simple ou facile du sommeil ordinaire est mieux adapté à l'action différée ou à l'état d'esprit. Ceux-ci peuvent être les suivants :

Le désir de demeurer paisible ou parfaitement calme.

Après quelques répétitions on constatera que, malgré les incidents irritants qui pourront se produire, l'esprit deviendra de plus en plus calme.

Etre gai, d'humeur brave, courageuse, cordiale ou vigoureuse.

Conserver vigilante la faculté de perception et de promptitude.

Lire et étudier avec ardeur et profit.

Restreindre notre irritabilité dans nos relations avec les autres.

Il ne sera pas suffisant en ce qui concerne la domination du caractère de simplement *vouloir* ou *désirer* le soumettre ; nous devons aussi vouloir que lorsque la tentation se produit elle puisse être

tre précédée de préméditation ou suivie de regrets.

Comme le déclare le Docteur Cocke, l'Hypnotisme ne réussit pas avec des sujets ayant des conceptions impératives ou des croyances irrésistibles. Ces sujets, tout en possédant leur raison, sont ou sous la domination de certaines impulsions, ou bien ils ne peuvent se débarrasser d'idées erronées les concernant ou concernant les autres. Cela indique que l'Auto-suggestion avait déjà hypnotisé ces sujets par une conception déterminée qui est devenue impérative. Il est difficile, dans l'Auto-hypnotisme, de défaire ce qui a déjà été établi par un agent similaire.

CHAPITRE IV

Puissants pouvoirs latents existant dans tous les esprits.

La préconception est un plan conçu avec la volonté absolue de le mettre à exécution.

Le lecteur a pu être frappé par cette chose vraiment merveilleuse, que nous possédons en nous-mêmes des pouvoirs extraordinaires ou des facultés transcendantes dont nous n'avons aucune conception exacte. Une des raisons pour lesquelles une telle puissance de pensée a toujours été subjuguée, est qu'elle s'est toujours considérée, suivant la tradition, comme sous l'influence d'une supériorité surnaturelle par la puissance de laquelle elle a toujours été diminuée et opprimée. De là la tristesse et le pessimisme, le doute, le découragement et le désespoir. Une faculté qui a le grand avantage de pouvoir influencer sur toutes les relations et les actes de la vie, nous rend puissants et grands plaisants ou d'une utilité pratique. Le scientifique Horage Fletcher, dans son livre ingénieux intitulé "Le bonheur tel que le procure la conception préalable moins la crainte" déclare avec raison que la crainte, sous quelque forme qu'elle soit, est le principal ennemi

de l'homme et que les craintes de nos prédécesseurs augmentées par mille causes nous ont apporté un héritage toujours grandissant de maladies, de terreurs, d'appréhensions, de pessimisme, etc. Mais, si les hommes pouvaient faire de la conception préalable ou préconception leur principe et leur guide, ils obvièrent, anticiperaient ou prévoiraient et se prémuniraient contre tous les maux, toutes les éventualités tous les hasards, de sorte que nous pourrions nous assurer même la paix et le bonheur et devenir ainsi, en dépit de tout, braves, altruistes et sérieux, en chassant la timidité par la volonté.

Nous n'avons pas l'intention de faire ici une dissertation philosophique ou métaphysique. Mais nos efforts se sont confinés dans l'indication du procédé très simple et presque mécanique, parfaitement compréhensible à tout être humain ayant quelque intelligence, qu'il est possible d'atteindre certains états d'esprit déterminés et ainsi de créer la volonté.

Il faut se rappeler que dans la majorité des cas, si ce n'est dans tous, celui qui veut mettre ces procédés en pratique doit avoir des habitudes de tempérance et ne devra pas essayer d'appliquer sa volonté à une cause quelconque après un repas substantiel ou de copieuses libations. Une action mentale paisible pendant le sommeil ne s'accommode pas d'une digestion laborieuse, et les rêves troublés ou agités qui sont souvent l'ef-

fet d'une mauvaise digestion, sont complètement incompatibles avec de bons résultats.

C'est un principe reconnu par tous les physiologistes que la digestion et la fixation des idées sont antipathiques.

D'autre part, il sera inutile, pour n'importe qui, d'entreprendre ce sujet comme un passe temps, ou d'essayer de pratiquer l'Auto-hypnotisme et le développement de la volonté sans plus d'attention que l'on en accorde à une partie de cartes, car avec une telle nonchalance, le temps sera perdu et il ne pourra rien en résulter. L'élève qui persévérera, avec une calme détermination, ne pourra manquer d'obtenir avant longtemps un certain succès et, cela acquis, le second pas leur sera plus facile.

Quand l'élève sera devenu familier avec cette façon de faire, et maître de lui-même, il trouvera que sa capacité de penser et d'agir promptement dans tous les cas de la vie est notablement augmentée.

Il y a beaucoup de gens, hélas ! qui considèrent la Volonté comme un sentiment identique à l'obstination ou l'entêtement, à l'insensibilité de l'âne ou du taureau—ce qui revient à dire qu'ils la comparent à une faculté animale. Mais ce sentiment généralement n'est chez l'animal ou chez l'homme qu'une simple humeur de maussaderie insensible, aussi vide que possible de toute action mentale éclairée et il est certainement injuste de

l'accoupler avec la Volonté pure et intelligente, par laquelle on doit comprendre le plus haut degré de l'intelligence active.

La Volonté pure est par sa nature même, parfaitement libre, car plus elle est contrariée, empêchée ou contrôlée, moins elle est une faculté de Vouloir indépendante. Il y a quelque chose dans la conviction morale ou le sentiment du bien qui donne une espèce de sécurité ou de foi dans le succès, qui contribue beaucoup à l'assurer. Donc, vouloir être paisible le jour suivant, ne pas donner prise à l'irritabilité ou à la tentation de se quereller, être plaisant et de bonne humeur, en résumé, développer de bonnes qualités, sera très aisément réalisé parce que lorsqu'il existera un tel mobile moral ayant seulement pour but le bien, nous nous sentirons—très justement d'ailleurs—comme aidé par Dieu ou une Providence souveraine qu'elle qu'en soit la forme et la nature. Et l'expérimentateur peut être persuadé que s'il arrive par un moyen quelconque à chasser par la Volonté—ou à exorciser—l'envie, la vanité, la folie, l'irritabilité, la rancune, enfin tous les sentiments diaboliques, et à les remplacer par l'amour, il possèdera le moyen le plus certain d'assurer son propre bonheur aussi bien que celui des autres.

Une prière intelligente est la concentration de la pensée sur un sujet ou une conception définie. Donc, si nous voulons être calme durant toute la journée du lendemain ou à l'abri de toute irrita-

tion, nous exprimons notre Volonté, notre désir sous une forme claire et brève, cela nous aidera à réaliser promptement ce que nous demandons. Ce sera une prière dans toute l'acception du mot adressée à la puissance inconnue—la Volonté—qui réside en dedans de nous, une invocation ou un charme, suivant l'état d'esprit de celui qui le fera.

Ainsi, on peut dire : *“ Je désire ardemment et profondément que durant toute la journée de demain, je sois calme et paisible.. Je veux que si des souvenirs irritants ou ennuyants, images ou pensées, se présentent à mon esprit, ils soient promptement oubliés et disparaissent.”* Nous conseillons d'apprendre une formule semblable par cœur jusqu'à ce qu'elle soit devenue familière, de façon à pouvoir être répétée souvent, mais surtout sans jamais être machinale, avant de s'endormir.

Il est très important que l'opérateur en sente la signification et y joigne en même temps l'impulsion de la Volonté.

Cette première formule sera suffisante pour quelque temps. Quand nous sentirons qu'elle commence à avoir un certain effet, nous pourrions y ajouter d'autres désirs. C'est-à-dire que—cela doit être clairement compris—par la répétition journalière du désir d'être calme et paisible, cet état d'esprit commencera à se réaliser de lui-même au bout de quelque temps, tout comme

le pigeon qui a été attiré chaque jour, à une heure à un endroit déterminé, par des graines ou des miettes de pain qu'on lui a jetées, continuera à y venir même quand la nourriture aura disparu. Toutefois on peut répéter encore la formule si on veut. Ensuite, on peut y ajouter graduellement d'autres désirs; celui par exemple d'être courageux de façon à faire face aux événements qui se présenteront comme suit:

"Je veux ardemment et véritablement que je puisse être demain et les jours suivants profondément courageux et énergique, confiant en moi-même et plein d'espoir.. Puisse mon esprit être débarrassé de tous les ennuis et de toutes les vexations qui peuvent se présenter."

Avancez graduellement et fermement dans la série des désirs, mais sans jamais essayer rien de nouveau tant que l'ancien désir n'a pas été réalisé avec un succès complet. Ceci est essentiel, car les échecs mènent au découragement.

Aussi de temps en temps, on peut émettre le désir suivant: (bien entendu il faudra en comprendre la profonde signification, de façon à impressionner l'Imagination.)

"Que ma vivacité de Perception ou d'Intuition puisse m'aider dans les affaires que je compte entreprendre demain. Je veux avoir la faculté de saisir tous les détails des choses et leurs relations aussi activement et brièvement que possible."

Celui qui compte paraître en public comme ora-

teur avocat ou témoin contribuera beaucoup à s'assurer le succès si, après avoir soigneusement pensé et réfléchi à ce qu'il doit dire, il répète: *Je veux que demain, je puisse causer ou plaider avec une complète possession de moi-même et l'absence de tout sentiment de timidité ou de crainte."*

Pour pouvoir prendre une telle résolution, il est nécessaire de comprendre ce que signifie exactement la Volonté. La formule à employer peut être la suivante: "Je veux avoir le pouvoir de faire avec calme et détermination tout ce que je désire. Que ma volonté puisse être forte et me soutenir dans toutes les épreuves de la vie, qu'elle m'inspire le sentiment d'indépendance et de force qui, joint à une conscience pure, est la plus grande source de bonheur sur la terre."

Résoudre une question difficile. Leland nous cite l'expérience suivante, laquelle est fort intéressante: Il m'est souvent arrivé quand j'étais au collège, ou plus tard, alors que j'étudiais le droit, d'essayer de comprendre, mais en vain, un problème de mathématiques ou une question embarrassante de droit, ou même de me remémorer un mot réfractaire d'une langue étrangère qui ne voulait pas rester dans mon esprit. Après une certaine application, dans la plupart de ces cas, un effort plus grand est nuisible; l'esprit ou la faculté de compréhension semblent être saisis de nausées et comme de mouvements spasmodiques.

Dans de tels cas, il faut ne plus s'occuper de

la question ; mais, le soir, en se couchant, on n'a qu'à la retourner dans sa pensée et vouloir que la compréhension vienne le lendemain (il suffira souvent de désirer se la rappeler sous une forme plus intelligible) pour qu'elle obéisse.

La Préconception, l'Auto-hypnotisme, l'Auto-suggestion et la faculté d'amener l'esprit à s'apaisantir avec continuité sur un sujet quelconque, sont à la portée de tous ceux qui ont quelque force de caractère, quelle qu'elle soit. Toutefois, les personnes de mentalité inférieure se soumettent plus vivement à l'influence d'un autre ou à l'hypnotisme d'un maître. Donc, soit personnellement, soit avec l'aide de quelqu'un, tout être intelligent peut être moralement et intellectuellement amélioré.

Nous entendons souvent dire d'une personne qu'elle ferait toujours bien, ou réussirait certainement, si elle avait de "l'application." Eh bien, cette application ou persévérance dans la foi ardente est la condition essentielle du succès dans tout ce que nous venons d'exposer et espérons qu'il viendra à l'esprit de tous nos élèves que le procédé indiqué comporte dès la première leçon ou la première expérience le moyen d'acquérir cette condition essentielle.

Notez bien que nous n'arriverons pas à supporter toutes les privations, toutes les pertes de la vie avec une indifférence absolue, Montaigne et les Stoïciens d'autrefois étaient presque insensés

d'imaginer un tel idéal, impossible et, en vérité non désirable. Mais il peut arriver que de deux personnes affectées par les mêmes chagrins domestiques, l'une ayant une nature faible, sera tout de suite écrasée, tandis que l'autre, en sentant tout aussi fortement mais d'une façon imperceptible et plus sage, se remontera, et fera de sa peine un stimulant à de nouveaux efforts. Elle en sortira fortifiée tandis que la première sera démoralisée. Il existe un état d'esprit habituel avec lequel un homme, bien que reconnaissant pleinement la perte qu'il a subie, peut la supporter mieux que d'autres; et cette endurance sera des plus grandes chez celui qui l'aura cultivée.

Celui qui est capable de nager dans un fleuve peut nager dans la mer, celui qui peut entendre une porte battre sans tressaillir peut écouter le bruit du canon sans sursauter.

La méthode que nous avons décrite dans ces chapitres permettra à n'importe qui doué d'un peu de persévérance d'obtenir un état d'esprit égal et calme, modérément d'abord et grandement après un peu de pratique. Et une fois ce résultat atteint, l'expérimentateur pourra progresser rapidement dans cette voie.

Glorieux et merveilleux seront les pouvoirs de celui qui, par des applications simples de sa Volonté aura pris l'habitude de balayer de sa pensée tous les soucis inférieurs de la vie. Celui-là pour-

ra endurer et supporter les plus grands chagrins, aussi facilement et aussi inconsciemment qu'il nous est donné de respirer.

C'est la Volonté proprement cultivée qui conduit les nations, gouverne les peuples et dirige l'univers.

PSYCHOLOGIE

Nature humaine — Facultés de l'âme.

La psychologie est la science qui traite de l'âme humaine.

L'âme est unie au corps avec lequel elle a les rapports les plus intimes.

Pour bien connaître l'âme, il faut étudier l'homme tout entier.

La psychologie étudie l'homme, mais son être est si compliqué qu'elle ne réussit pas à le connaître à fond.

Les essais psychologiques données dans ce chapitre sont surtout pour permettre à nos élèves de pouvoir juger une personne par les traits et caractéristiques du visage; et, nous nous abstenons à cet effet de traiter trop longuement de ces sciences confuses et abstraites, lesquelles pourraient induire en erreur plusieurs étudiants trop jeunes pour étudier et raisonner sensément les problèmes philosophiques qui pourraient être traités sous le titre donné ci-haut.

Facultés de l'âme

Il y a dans l'homme un être indépendant de la matière, appelé âme ou esprit.

On entend par faculté, la puissance physique ou morale, qui rend un être capable d'agir de certaine manière, de produire certains effets, ou d'éprouver certaines modifications.

L'idée ou la sensation est l'image ou l'objet présent à l'esprit.

L'attention est l'action de l'âme qui s'occupe d'une sensation qui domine toutes les autres.

La conscience est la connaissance que l'âme a de ses actes.

Le jugement est l'acte par lequel l'intellect perçoit la convenance ou la non convenance entre l'attribut et le sujet.

La réflexion est l'acte par lequel l'intellect concentre ses forces sur lui-même et sur ses propres actes.

Le raisonnement est une opération de l'âme par laquelle l'intellect déduit un jugement d'un autre jugement déjà porté.

La mémoire intellectuelle est une faculté de l'intellect par laquelle l'esprit conserve toutes ses notions acquises.

La volonté est la faculté que nous avons d'agir avec réflexion et liberté.

La volonté est la faculté maîtresse; elle a le contrôle absolu sur toutes les autres facultés de l'âme et même du corps.

Le sommeil est le repos des sens nécessaire à la vie de l'animal. Les forces du corps étant limitées ne peuvent s'exercer sans fatigue, de là vient la nécessité du sommeil.

Le repos de l'âme accompagne celui du corps; mais certaines fonctions vitales persistent même dans le corps endormi. L'esprit continue de penser sans effort volitif. La pensée subsiste, quoique l'aide de l'intellect caractérisant l'état de veille a disparu.

Le somnambulisme est la conservation d'une activité motrice inconsciente durant le sommeil. C'est le rêve en action. Cet acte est produit par la vivacité des images et des fausses sensations assez grandes pour dominer le somnambulist s'en emparer et le conduire à l'insu de sa volonté. Toute l'activité disponible de son âme se concentre sur une idée, et en fait une image tellement intense et obsédante que la vitalité sensitive et motrice se trouve décuplée dans les actes qui se réfèrent à la réalisation de cette idée.

ETUDE SUR LA NATURE HUMAINE

L'art du physionomiste

Les élèves désirant développer cet art doivent commencer par faire une étude spéciale des visages. L'observation du pratiquant doit être dirigée sur les aspects et les traits des personnes avec lesquelles il entre en relations.

L'étude des visages vous apprendra vite à juger avec une justesse étonnante, le caractère des personnes; et, si vous étudiez la physiognomonie, dont quelques essais sont donnés dans ces chapitres, vous constaterez que la science de la signification des traits augmentera beaucoup l'intérêt et l'agrément de la tâche.

Etude du caractère par l'examen du front.

Le front est la partie supérieure du visage, depuis les sourcils jusqu'aux cheveux.

Chez les animaux, le front n'existe pas ou est à peine développé.

Si le front est large, s'il est élevé, l'homme aura toujours une physionomie intelligente.

Le front haut, large et perpendiculaire annonce une haute intelligence, un jugement sûr, une puissante force d'attention et une vive imagination. Exemples: Napoléon, Gall, Cuvier.

Le front étroit et fuyant en arrière, dénote une personne sans imagination, sans jugement, incapable de grandes actions et de hautes pensées.

Le front du poète et de l'artiste est large et bombé et est plus large en haut qu'en bas. Exemples: Rubens, Shakespeare.

Un front élevé et saillant indique un homme avide d'instruction, dont le jugement est sûr, qui aime à s'élever des faits particuliers aux hautes idées générales; c'est aussi le front des philosophes. Exemples: Gall, Cicéron, Rousseau.

L'esprit satirique est caractérisé par deux petites bosses plus ou moins saillantes, à moins d'un pouce au-dessus des sourcils. Exemples: Boileau, Voltaire.

Les hommes portés à la science du calcul, les grands mathématiciens, les astronomes ont le front plus ou moins développé; mais ils se distinguent par la saillie des sourcils en dehors des tempes.

Un front élevé, presque droit jusqu'à la racine des cheveux et peu large dénote un homme de grande force de caractère. Ce front est ordinairement celui des guerriers et des magistrats célèbres.

L'homme superficiel et léger a généralement le front uni et sans rides; c'est la marque assurée d'un esprit peu profond.

Les rides horizontales et parallèles, si elles sont plus rapprochées des sourcils que de la racine des cheveux indiquent un esprit capable d'une attention concentrée et de réflexions sérieuses; si, au contraire, ces rides sont à la partie supérieure du front, c'est un signe de dédain et de fierté.

Les rides perpendiculaires qui se forment à la racine du nez, entre les sourcils annoncent une personne sérieuse et réfléchie, un penseur profond.

Etude du caractère par l'examen des sourcils.

Les sourcils ne fournissent que quelques signes relatifs aux facultés de l'esprit.

Chez les hommes doués de l'esprit de calcul chez les mathématiciens par exemple, les sourcils forment un angle très saillant en dehors et au-dessus de l'oeil.

On remarque chez les grands musiciens, vers le milieu du sourcil, un renflement très prononcé, mais qu'il faut avoir déjà remarqué sur plusieurs têtes pour ne pas le confondre avec d'autres saillies sans importance.

Des sourcils rapprochés et saillants indiquent ordinairement un esprit capable de profonde réflexion concentrée.

Chez les personnes peu intelligentes, les sourcils sont plats, écartés et très relevés au-dessus des yeux.

Les sourcils épais sont un signe de force, d'énergie, et de volonté, tandis que les sourcils à peine marqués et dégarnis, annoncent de la faiblesse, de la douceur et de la timidité.

Des sourcils étroits, mais bien arqués et peu mobiles annoncent un caractère tranquille ou ferme.

Des sourcils irréguliers et très mobiles appartiennent à un homme vif et sensible.

Généralement, les sourcils s'abaissent et se froncent sous une influence triste et haineuse; mais ils s'écartent et s'élèvent pour exprimer la bienveillance et la joie.

Etude du caractère par l'examen des yeux.

Les yeux donnent à la physionomie presque toute son expression.

Sans les yeux, le visage n'exprime rien de précis.

Dans les yeux, l'âme de l'homme paraît tout entière; on les nomme avec raison les miroirs les plus fidèles de l'âme.

L'absence du regard dans l'aveugle lui donne un aspect particulier et tout à fait disgracieux.

Les personnes qui ont les yeux petits et enfoncés voient et observent à la dérobée et sont plus aptes à dissimuler et à feindre.

Des yeux grands et limpides, au contraire, laissent voir tout ce qui se passe dans l'âme.

L'hypocrite, le dissimulé, tous ceux qui ont quelques intérêts à ne pas mettre leur conscience à découvert, ont bien soin de ne pas regarder en face ceux qui les interrogent.

On rapporte qu'en Chine, les juges ne cherchent la vérité que dans les seuls regards de l'accusé: il est bien difficile que le criminel n'y laisse pas voir son trouble, ses hésitations et ses remords.

Des paupières épaissies et toujours à demi fermées annoncent un esprit paresseux et lent.

Des yeux très ouverts, laissant voir le blanc autour de la prunelle indique en général un esprit bizarre, original et dans quelques cas, un commencement de folie. C'est aussi quelquefois l'effet d'une maigreur extrême.

Des yeux larges et fendus en amande sont un indice de douceur et de sensibilité.

Les personnes qui ont, au contraire, de petits yeux ronds sont assez souvent remarquables par leur finesse, et souvent même par une méchanceté satirique.

Chez les personnes douces, timides, spirituelles et fines, les yeux sont ordinairement d'une couleur claire.

Un oeil noir ou brun annonce plus de force et de courage, plus d'énergie de vivacité, plus de génie.

Le signe physiologique le plus important; c'est l'expression des yeux, le regard.

L'homme intelligent et spirituel a le regard brillant et vif; un tel homme peut avoir un regard habituellement distrait et incertain, un oeil peu expressif; mais si on lui parle d'un sujet capable de remuer son coeur, alors son regard brille et s'anime, son oeil pétille du même feu dont son âme est embrasée.

L'oeil d'un homme de peu d'intelligence garde toujours à peu près la même expression; il est terne et peu mobile.

L'oeil, pour être expressif, doit être mobile;

mais une mobilité excessive annonce un esprit inquiet, bizarre, ou même dérangé ou malade.

Des yeux qui, à chaque instant changent d'expression, appartiennent à des personnes très susceptibles, ou douées d'une vive imagination.

Les yeux sont, de toutes les parties de la physionomie, celle dont le caractère varie le plus et avec le plus de rapidité: la moindre émotion les fait changer; cependant, ils conservent, au milieu de toutes ces variations, le caractère particulier de chaque individu.

Étude du caractère par l'examen du nez

La partie inférieure du visage est aussi imprégnée de traits caractéristiques quoique le degré d'intelligence y soit moins visible que dans la partie supérieure; elle sert d'interprète aux besoins des organes plutôt qu'aux dispositions morales.

Les hommes qui ont le nez long et saillant, se distinguent ordinairement par un esprit supérieur, par un grand courage, ou bien par quelque faculté ou vertu éminente. Exemple: Napoléon, Condé, Louis XIV, Cuvier.

On se tromperait si on supposait un esprit supérieur chez tous les hommes dont le nez est volumineux.

Les femmes ont le nez plus petit que les hommes; celles qui portent un grand nez aquilin, se distinguent toujours par des qualités plus viriles et un caractère plus énergique.

Les narines se dilatent et se relèvent sous l'influence de la gaieté.

Le courage et l'orgueil gonflent aussi les narines.

L'artiste qui créa la tête céleste de l'Apollon pythien, n'a pas omis ce trait d'orgueil, dans le dieu qui sort victorieux d'un long combat.

Étude du caractère par l'examen de la bouche.

La bouche est une des parties les plus mobiles de la face : c'est le siège du sourire, cette affection légère et si expressive de la physionomie.

Sa forme, son état et la disposition des lèvres peuvent fournir au physionomiste quelques renseignements utiles.

Des lèvres étroites et pincées peuvent appartenir à un homme d'esprit, mais rarement à un homme vraiment bon ; c'est un signe de finesse, de ruse et quelquefois de méchanceté.

De grosses lèvres, toujours écartées, donnent à la bouche un aspect contraire, et l'on observe presque toujours la même opposition dans le caractère.

On ne trouvera pas un homme fin et rusé, un esprit habile et fécond, parmi ceux qui restent ainsi toujours la bouche béante.

Des lèvres pleines, fraîches et vermeilles annoncent de la jeunesse et de la beauté.—Une bouche fanée et des lèvres flétries inspirent l'indifférence.

Les personnes dont la lèvre supérieure est grosse et tuméfiée annoncent un caractère timide et sans énergie.

La lèvre inférieure étant plus avancée que la lèvre supérieure est un indice de dédain, et de fierté, le sentiment intime de la force et de la supériorité.

Si cette lèvre est plus portée en avant et presque pendante, c'est un signe de faiblesse et d'insouciance.

Le sourire est l'expression la plus fine de la physionomie; il n'appartient qu'à l'homme civilisé. L'homme grossier et borné rit beaucoup, il rit même sans motif, mais il ne sait pas sourire. L'homme spirituel rit peu et sans bruit, et toujours à propos, avec retenue et discrétion.

Celui qui ne rit jamais est un homme insensible ou méchant. Celui qui a toujours le sourire sur les lèvres est un homme faible, complaisant ou trompeur.

Le vrai sourire qui est d'accord avec la pensée, n'appartient qu'aux hommes capables de réflexion et dont l'esprit a été longtemps cultivé.

Du menton.

L'homme est le seul être qui ait un véritable menton. Les nègres l'ont moins saillant que les hommes des autres races.

Un menton un peu avancé et une bouche rentrante donnent de la noblesse à la physionomie; les artistes grecs avaient bien fait cette observation; les têtes de leurs dieux offrent toutes cette disposition favorable de la bouche et du menton. — Un menton plus avancé que la bouche est un signe de force et d'énergie.

Ensemble de la face

Un visage plein et bon à voir, un teint frais et coloré annonce un homme peu fait pour des réflexions sérieuses, incapable de grandes choses, mais susceptible de bonnes actions.

Une face ovale et allongée, des joues creuses, un teint pâle ou brun sont des marques qui se rencontrent le plus souvent chez des hommes spirituels et fins.

De grands traits, un visage sillonné de profondes empreintes annoncent l'existence d'un caractère bien prononcé et, ordinairement un esprit supérieur.

Un vaste crâne et une petite face donne un air spirituel et fin; une pareille tête est presque toujours le partage d'un savant distingué.

Un petit crâne et une grosse face donne à la physionomie un aspect tout contraire; cela apparaît chez les hommes qui font plutôt usage de leurs forces corporelles que des facultés de l'esprit.

Un visage impassible et muet appartient à un idiot ou à un homme d'un esprit très supérieur; mais chez le premier, rien ne peut donner le mouvement et la vie aux fibres molles et apathiques de

la face.—L'immobilité du visage chez les hommes doués de facultés éminentes prouve qu'ils sont maîtres de leurs moindres mouvements, et qu'ils ne laissent lire sur leur visage que ce qu'ils veulent qu'on y aperçoive.

On reconnaît les hommes faibles, esprits superficiels et caractères légers à l'extrême mobilité des traits de la face; ils ne peuvent rien cacher de ce qu'ils éprouvent.

L'homme profond parle peu, tandis que l'homme superficiel parle sans relâche; l'un réfléchit avant d'agir, l'autre agit avant de penser; celui-ci laisse parler continuellement son visage comme ses lèvres, tandis que celui-là sait également leur imposer silence à propos.

Nous avons donné à nos élèves dans ce chapitre ce qu'il y a de positif dans l'art du physionomiste.

Nous avons voulu démontrer que les facultés de l'esprit laissent sur le visage des traces perceptibles et assez faciles à reconnaître.

Mais il ne faut pas se flatter d'y pouvoir toujours trouver sans erreur l'indice de toutes les qualités morales.

DICTIONNAIRE

Nos élèves trouveront dans ce petit dictionnaire, une brève définition de tous les mots employés dans ce premier volume de notre Cours et qui pourraient sembler équivoques ou rester incompris par un grand nombre de nos jeunes élèves; ce qui serait regrettable et propre à faire perdre à l'étudiant le fruit de ses travaux et l'intérêt dans ses études; par conséquent, afin de remédier à cette appréhension, l'élève ne devra pas rester dans l'incertitude sur la signification de certains mots ou termes techniques qu'il rencontrera dans ses livres, mais il s'en rapportera immédiatement à ce dictionnaire afin d'y puiser les renseignements qui y sont donnés.

A

- Abnégation*, — Renoncement
Abstrait, — Difficile à comprendre
Acception, — Sens dans lequel un mot est employé
Accrue, — Augmentation
Acoustique, — Qui a rapport aux sons
Actif, *Active*, — Laborieux, vif
Adéquat, — Synonyme, compréhension égale

- Affectation*, — Manière de parler qui n'est pas naturelle. Style exagéré, non naturel
- Affermir*, — Rendre ferme, stable
- Alège*, — Sans affectation, sans poids ou fardeau
- Algèbre*, — Science du calcul des grandeurs représentées par lettres
- Allié*, — Parent par alliance
- Altruiste, me.* — Sentiment opposé à l'égoïsme
- Amphithéâtre*, — Partie d'un théâtre en face de la scène, vaste enceinte ronde ou ovale avec gradins
- Amplification*, — Exagération, agrandissement
- Ancrer*, — Action de jeter l'ancre qui doit fixer et retenir un navire, l'attention
- Anecdote*, — Petit fait peu connu
- Antipathie*, — Aversion, répugnance
- Aplanir*, — Rendre uni, faire disparaître les difficultés
- Appréhension*, — Crainte, peur
- Apte*, — Qui a de l'aptitude
- Aptitude*, — Dispositions naturelles
- Argument*, — Preuve, raisonnement
- Armure*, — Habit de fer protégeant le corps
- Arqué*, — Courbé en arc
- Artère*, — Voie de communication, avenue
- Articulation*, — Prononciation
- Artifice*, — Déguisement, fraude
- Artisan*, — Homme de métier
- Assertion*, — Affirmation, proposition qu'on soutient vraie

- Assidu, Assiduité*, — Exactitude, continuité
Assimiler, — Rendre semblable
Assumer, — Prendre sur soi une responsabilité
Astreindre, — Soumettre, assujettir
Atonie, — Faiblesse, manque de forces
Atrophie, — Amaigrissement excessif
Attitude, — Façon de se présenter, posture
Audace, — Hardiesse excessive
Auditeur, — Celui qui écoute un discours
Auditif, Auditive, — Qui concerne l'ouïe
Austère, — Sévère, rigoureux
Auto-hypnotisme, — Influence sur soi-même par l'application de sa propre volonté
Automatisme, — Caractère de ce qui est automatique
Auto-suggestion, — Suggestions données à soi-même
Avéré, — Vérifié, démontré comme vrai
Avide, — Cupide, désirer avec ardeur

B

- Bagatelle*, — Chose de peu de prix et peu nécessaire
Balbutier, — Parler avec hésitation, imparfaitement
Bannir, — Chasser
Béant, — Entr'ouvert
Belliqueux, — Guerrier, martial

- Bibliographique*, — Qui a rapport à la connaissance des livres
Biographie, — Vie d'un personnage
Brandir, — Agiter de sa main
Brève, — Court, de peu de durée

C

- Capital*, — Essentiel, qui a le plus d'importance
Capter, — Obtenir par insinuation
Caractériser, — Déterminer avec précision
Censurer, — Critiquer, blâmer
Cérébral, — Qui appartient au cerveau
Chaos, — Confusion, désordre
Châtier, — Polir, rendre pur
Chimérique, — Qui vient d'idées fausses, imaginations vaines
Chronologie, — Étude des dates et temps historiques
Clarté, — Netteté du langage
Clinquant, — éclat trompeur
Cliquetant, — Faire du bruit
Cohue, — Assemblée confuse et tumultueuse
Comblér, — Satisfaire, accabler, remédier
Commentaire, — Remarque, interprétation maligne
Commissure, — Point de jonction
Compréhension, — Faculté de comprendre
Concentration, — Forcer la volonté vers un seul point

- Concision*, — Qualité du style concis, court
Conclusion, — Conséquence d'un argument, déduction
Concréter, — Épais, condensé
Confinant, — reléguant, limitant
Confirmer, — Donner une preuve, sanctionner
Confus, — Brouillé, obscur
Confusion, — Désordre, action de prendre une chose pour une autre
Conjurer, — Prier avec instance, exorciser
Conscient, — Qui a notion d'une chose
Contemporains, — Qui est du même temps
Continuité, — Liaison non interrompue d'un sujet
Contorsion, — Grimace, attitude forcée, tension des muscles
Côtoyer, — Passer le long de
Contraindre, — Forcer
Contradiction, — Action de contredire
Contraste, — Opposition d'effets
Contrôlé, — Action d'être contrôlé, pouvoir sur quelqu'un
Conviction, — Preuve évidente, certitude raisonnée
Copieux, — Abondant, riche
Cumulatif, — Qui se produit par accumulation

D

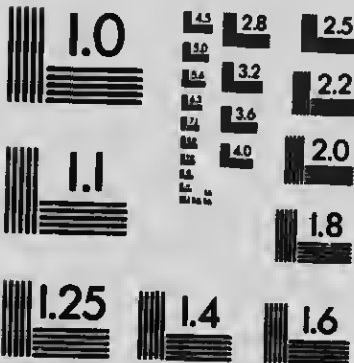
- Débiter*, — Réciter, déclamer
Débuter, — Commencer, entrer

- Décousu*, — Qui n'a pas de liaison
Décupler, — Rendre dix fois plus grand
Défaillance, — Affaiblissement
Dégénérer, — Changer de nature
Délire, — Enthousiasme, égarement de l'esprit
Démoraliser, — Désorienter, décourager
Dénuier, — Priver des choses nécessaires, dépourvoir
Déployer, — développer, ouvrir
Dépréciation, — Diminution, de mérite sur la valeur d'une chose ou de quelqu'un
Dérogatoire, — Qui manque à sa dignité
Désarroi, — Confusion, désordre
Désordonné, — Dérégé, sans frein
Détermination, — Résolution prise après réflexion
Dévolu, — Échu par droit
Diapason, — Étendue de la voix
Diffusion, — Propagation, répandre
Digression, — S'écarter de son chemin
Dilater, — Étendre, augmenter le volume des corps
Discoureur, — Qui fait un discours, parleur
Dissertation, — Traité de questions scientifiques ou historiques
Dissimuler, — Cacher
Diverger, — S'écarter
Diversion, — Changement de sujet, action par laquelle on détourne



MICROCOPY RESOLUTION TEST CHART

(ANSI and ISO TEST CHART No. 2)



APPLIED IMAGE Inc

1653 East Main Street
Rochester, New York 14609 USA
(716) 482 - 0300 - Phone
(716) 286 - 5989 - Fax

E

- Échec*, — Insuccès, non-réussite
Écllosion, — Action d'éclore, production, manifestation
Écueil, — Rocher à fleur d'eau, chose dangereuse pour l'honneur ou la réputation
Effraction, — Fracture, pénétrer avec force
Élémentaire, — Qui constitue les éléments
Élite, — Ce qu'il y a de meilleur
Élocution, — Manière dont on s'exprime
Éloquence, — L'art de bien dire, de persuader
Éluder, — Éviter avec adresse
Émission, — Action d'émettre, d'exprimer
Enceinte, — Salle, espace clos
Enclin, — Porté naturellement
Enclore, Renfermer
Enoncer, — Exprimer par paroles
Enrégistrer, — Porter sur un registre, transcrire
Entrepôt, — Lieu où l'on met des marchandises, des idées (partie de l'esprit)
Éphémère, — De courte durée
Équivoque, — Qui a double sens
Erroné, — Qui contient des erreurs
Esquisser, — Faire le premier trait rapide d'un ouvrage, d'un dessin
Essor, — Élan, progrès
Éventualité, — Qui dépend d'un événement incertain
Évolution, — Mouvements, manoeuvres

- Évoquer*, — Appeler, faire apparaître
Excéder, — Outrepasser, aller au delà
Exhortation, — Discours excitant au bien
Exiguë, — Très petit, modique
Exorciser, — Chasser par des prières ou conjurations
Exorde, — Première partie d'un discours
Explicitement, — En termes clairs et formels
Exubérance, — Surabondance

F

- Facteur*, — Celui qui fait, — Chacun des unités servant à former un produit
Faculté, — Disposition, — Puissance physique ou morale
Fastidieuse, — Qui cause de l'ennui
Feindre, — Hésiter, — Se servir d'une apparence fausse pour tromper
Feintes, — Artifice, hésitation
Fixation, — Action de fixer
Fixité, — État des choses qui ne varient point
Fougueux, — Qui agit avec ardeur et impétuosité
Fugace, — Qui disparaît aussitôt après s'être montré.
Fugitif, — Qui fuit
Fruste, — Se dit d'une chose défectueuse, .façée par le temps
Fuyant, — Front fuyant, — front dont l'extrémité supérieure tend vers la nuque

Fuyard, — Qui s'enfuit, se sauve

G

Galère, — Ancien navire de guerre

Géométrie, — Science qui a pour objet l'étendue

Greffer, — Couper une branche d'un arbre pour le enter sur un autre arbre

Grotesque, — De nature bizarre et ridicule

H

Hanter, — Fréquenter, visiter souvent

Hantise, — Action de hanter

Harangue, — Discours

Harassé, — Lassé, excessivement fatigué

Historien, — Qui écrit l'histoire

Horizontal, — Parallèle à l'horizon

Hospitalité, — Libéralité exercée en recevant quelqu'un

Hypnotisme, — Sommeil amené à l'aide de certains procédés

I

Identique, — Qui est compris sous la même idée

Illettré, — Ignorant en littérature

Impassible, — Insensible

Imperceptible, — Qui ne peut être aperçu

Impérieux, — Qui commande avec orgueil

- Imperturbable*, — Que rien ne peut troubler é-
mouvoir
- Impliquer*, — Engager, envelopper
- Imprécise*, — Qui n'est pas clair et précis
- Imprégné*, — Imbu, rempli, pénétré
- Improviser*, — Faire sur le champ un discours,
des vers etc.
- Impulsif*, — Qui se donne à une certaine exci-
tation, encouragement
- Impulsion*, — Mouvement donné par le choc d'un
corps solide, penchant
- Inattention*, — Défaut d'attention
- Inciter*, — Pousser, encourager
- Incompatible*, — Antipathie, impossibilité légale
d'exercer à la fois certaines fonctions
- Inculte*, — Qui n'est pas cultivé
- Indélébile*, — Qui ne s'efface pas
- Indéniable*, — Qui ne peut être dénié
- Indice*, — Signe apparent et probable
- Indigence*, — Grande pauvreté
- Induire*, — Mettre, porter
- Inertie*, — Manque d'activité, d'énergie
- Inexistant*, — Qui n'existe pas
- Inexpert*, — Qui n'a pas l'expérience, inapte
- Inhérent*, — Qui par sa nature est joint à un sujet
- Insomnie*, — Privation de sommeil
- Insouciance*, — Action de ne se soucier de rien
- Intellect*, — Intelligence, entendement
- Intense*, — Grand, vif

- Intonation*, — Ton qu'on prend en parlant, en lisant
- Intrigue*, — Pratique secrète qu'on emploie pour faire réussir ou manquer une affaire
- Intuition*, — Connaissance immédiate des vérités saisie sans raisonnement
- Inverse*, — Renversé, opposé à la direction ordinaire des choses.
- Invocation*, — Prière, demande
- Ironie*, — Raillerie
- Irritant*, — Qui irrite, choque

J

- Judicieux*, — Qui a le jugement bon, qui annonce du jugement

L

- Lacune*, — Manque d'une chose utile quelconque
- Latent*, — Caché
- Lettré*, — Qui a du savoir
- Libation*, — Action de boire beaucoup de liqueurs
- Limpide*, — Clair, transparent
- Littéralement*, — A la lettre
- Lucide*, — Clair, lumineux
- Lucidité*, — Qualité de ce qui est lucide
- Lyrisme*, — Enthousiasme lyrique — genre de poésie le plus élevé de tous

M

- Magnétisme*, — Influence exercée sur un homme au moyen de passes
- Mathématique*, — Science qui a rapport aux calculs
- Maussaderie*, — Manières désagréables
- Médiocre*, — Qui est entre le grand et le petit, au milieu, de peu de capacités
- Mental*, — Qui se fait par l'esprit
- Mataphysique*, — Science qui traite des causes premières, des êtres spirituels
- Migraine*, — Douleur qui n'affecte qu'un côté de la tête
- Migrateur*, — Qui passe d'un pays à un autre pour s'y établir
- Mimique*, — Art d'imiter par le geste
- Minutieuse*, — Qui s'attache aux petits détails
- Monomanie*, — Obsession d'une idée absorbant toutes les facultés de l'intelligence
- Monotonie*, — Uniformité ennuyeuse dans le ton de la voix ou du style
- Moraliste*, — Auteur qui écrit sur les moeurs
- Motrice*, — Qui produit un mouvement
- Mutisme*, — État de celui qui est muet, silence obstiné

N

- Nausée*, — Envie de vomir, dégoût

- Négation*, — Action de nier
Nervosité, — Qui appartient aux nerfs
Neutre, — Ni l'un ni l'autre, — qui ne prend point partie
Novice, — Commençant

O

- Objective*, — Ce qui est en dehors du sujet, pensant ou observant
Obsédante, — Tourmentante, être assidu auprès de quelqu'un
Observation, — Étude remarquable faite sur une chose
Obvier, — Prendre les mesures nécessaires pour empêcher un mal
Oiseuse, — Inutile
Opulence, — Grande richesse
Opprimé, — Accablé par violence, par abus
Opiniâtre, — Trop fortement attaché à son opinion
Opium, — Suc de pavot qui a une propriété d'endormir
Ovale, — Forme allongée, comme l'oeuf
Oral, — De bouche
Outré, — Au delà
Ouïe, — Sens percevant les sons, l'oreille
Ourdir, — Tramer

P

- Parallèle*, — Deux lignes également distantes l'une de l'autre
- Parasite*, — Mots parasites — surabondants, superflus
- Passes*, — Agitation des mains en montant ou descendant
- Passif*, — Qui n'agit point
- Pathétique*, — Qui émeut
- Pénurie*, — Extrême disette, pauvreté
- Perception*, — Action d'apercevoir par l'esprit des sens
- Période*, Membre, partie d'une phrase
- Péroraison*, — Dernière partie d'un discours
- Perpendiculaire*, — Qui rencontre une ligne à angle droit
- Pessimisme*, — Opinion de ceux qui pensent que tout va mal
- Perspicace*, — Pénétration d'esprit
- Persuasive*, — Qui a le pouvoir de persuader
- Philosophie*, — Connaissance des choses physiques, morales ou intellectuelles
- Physiognomonie*, — Art de connaître les hommes par leur physionomie
- Physionomiste*, — Qui se connaît en physionomie
- Physique*, — Science qui a pour objet la propriété des corps
- Phraséologie*, — Discours où s'étale des grands mots vides de sens

- Plénitude*, — Totalité, abondance excessive
- Poème*, — Ouvrage en vers d'une certaine étendue
- Pompeux*, — Avec appareil somptueux, magnifique
- Ponctuer*, — Accentuer
- Préalable*, — Qui doit être fait d'abord, avant tout
- Précoce*, — Formé avant l'âge
- Préconception*, — Conception d'une chose avant tout raisonnement ou observation
- Prédécesseur*, — Celui qui a précédé quelqu'un
- Préjudice*, — Tort, dommage
- Prémunir*, — Se précautionner contre
- Prépondérant*, — Qui a plus de poids qu'un autre
- Prestige*, — Illusion opérée par artifice, — influence sur les esprits.
- Probe*, — Qui observe rigoureusement ses devoirs de la morale et justice
- Prodiguer*, — Dissiper, donner à profusion
- Profusion*, — Excès de libéralité
- Prolixe*, — Diffus, trop long
- Prolixité*, — Longueur fatigante du discours
- Provoquer*, — Inciter, exciter, produire, occasionner
- Psychologie*, — Partie de la philosophie qui traite des facultés de l'âme
- Psychologue*, — Qui s'occupe de psychologie,
- Puérilité*, — Frivole, qui appartient à l'enfance

R

- Rationnel*, — Conforme à la raison
Ravir, — Enlever de force, charmer
Rebours, — A contresens, de reculons
Récit, — Relation d'un fait
Région, — Espace déterminé de la surface du corps et de certains organes
Redondantes, — Avec superfluité de paroles
Réflexe, — Qui se fait par réflexion ou sans qu'on en ait conscience
Réfractaire, — Qui refuse de se soumettre, de se rendre
Remémoration, — Acte de rappeler la mémoire à un événement
Rémunératif, — Qui récompense
Rénovation, — Renouvellement
Réprimander, — Reprendre avec autorité
Rétrograder, — Revenir en arrière, reculer
Rêvasser, — Penser vaguement
Revendication, — Réclamation d'une chose à laquelle on a droit
Réverbère, — Lanterne pour éclairer les rues la nuit
Rhétorique, — Art de bien parler
Rigide, — Sévère, austère
Ryme, — Cadence, mesure

S

- Saccadé*, — Brusque, irrégulier
Sacerdoce, — Dignité et fonction des ministres
 d'un culte
Saillant, — Qui avance, qui sort en dehors
Sain, — De bonne constitution
Salutaire, — Utile pour conserver la santé, l'honneur, la vie
Satire, — Discours piquant ou médisant
Satirique, — Qui appartient à la satire
Serein, — Clair, calme, doux, tranquille
Similaire, — Egal, de même nature
Simplicité, — Qualité de ce qui est simple
Sobriété, — Retenue, modération de style
Somber, — Enfoncer, couler, se perdre
Sonore, — Qui renvoie bien les sons
Spasmodique, — Avec contraction involontaire
 et convulsive des muscles
Spontané, — Qui se fait volontairement
Stationnaire, — Qui demeure au même point, sans
 remuer
Stérile, — Qui ne produit rien, qui inspire peu
Stock, — Quantité de marchandise ou de mots
Strophe, — Stance, partie, paragraphe d'un poème
 etc.
Stupeur, — Immobilité causée par une grande
 surprise
Stylé, — Dressé, formé

- Subconscient*, — Qui n'a pas conscience complète de tous ses actes.
- Subjuguer*, — Soumettre par la force
- Sublime*, — Ce qu'il y a de plus élevé dans le style, les sentiments
- Subterfuge*, — Ruse, moyen de détourner pour se tirer d'embarras
- Subséquent*, — Qui vient après
- Superficiel*, — Léger, qui n'approfondit pas
- Suppléer*, — Fournir ce qui manque
- Suprématie*, — Supériorité
- Susceptible*, — Capable de recevoir, d'éprouver
- Susciter*, — Faire naître, provoquer
- Synonymes*, — Mots qui ont à peu près la même signification
- Synonymique*, — Qui appartient à la synonymie

T

- Tangible*, — Que l'on peut toucher, comprendre
- Technique*, — Qui appartient en propre à un art ou une science
- Théorie*, — Partie spéculative d'une science
- Thèse*, — Proposition à discuter
- Tintement*, — Vibration prolongée du son d'une cloche
- Transcendante*, — Qui excelle en son genre, supériorité marquée
- Transition*, — Manière de passer d'un raisonnement à un autre

Tressaillir, — Éprouver une agitation vive et passagère.

Tribun, — Magistrat chargé de défendre les droits d'un peuple

Trivialité — Caractère de ce qui est bas, commun

Tuméfier — Causer une enflure, un gonflement

Tumulte, — Grand mouvement avec bruit, agitation

U

Ultérieur, — Qui arrive après

Universel, — Qui s'étend à tout, qui comprend tout, (science universelle)

V

Vacillant, — Chanceler, être irrésolu

Véhémentement, — Très fort, ardemment

Verbal, Verbaux, — Qui n'est fait que de vive voix

Verbiage, — Abondance de paroles inutiles

Véridique, — Qui dit la vérité

Verset, — Section de la Bible, partie, paragraphe d'un poème

Vexation, — Action de tourmenter, fâcher

Vigilant, — Qui a une attention vive

Viril, — Avec les qualités d'un homme, ferme courageux

- Visuel*, — De la vue
Vital, — Qui appartient, qui sert à la vie
Vivace, — Qui possède des principes de vie
Vocable, — Mot, nom
Vocabulaire, — Liste de mots d'une langue, d'une science
Volitif, — De la volonté
Volition, — Acte par lequel la volonté se détermine à faire quelque chose
Volubilité, — Articulation rapide

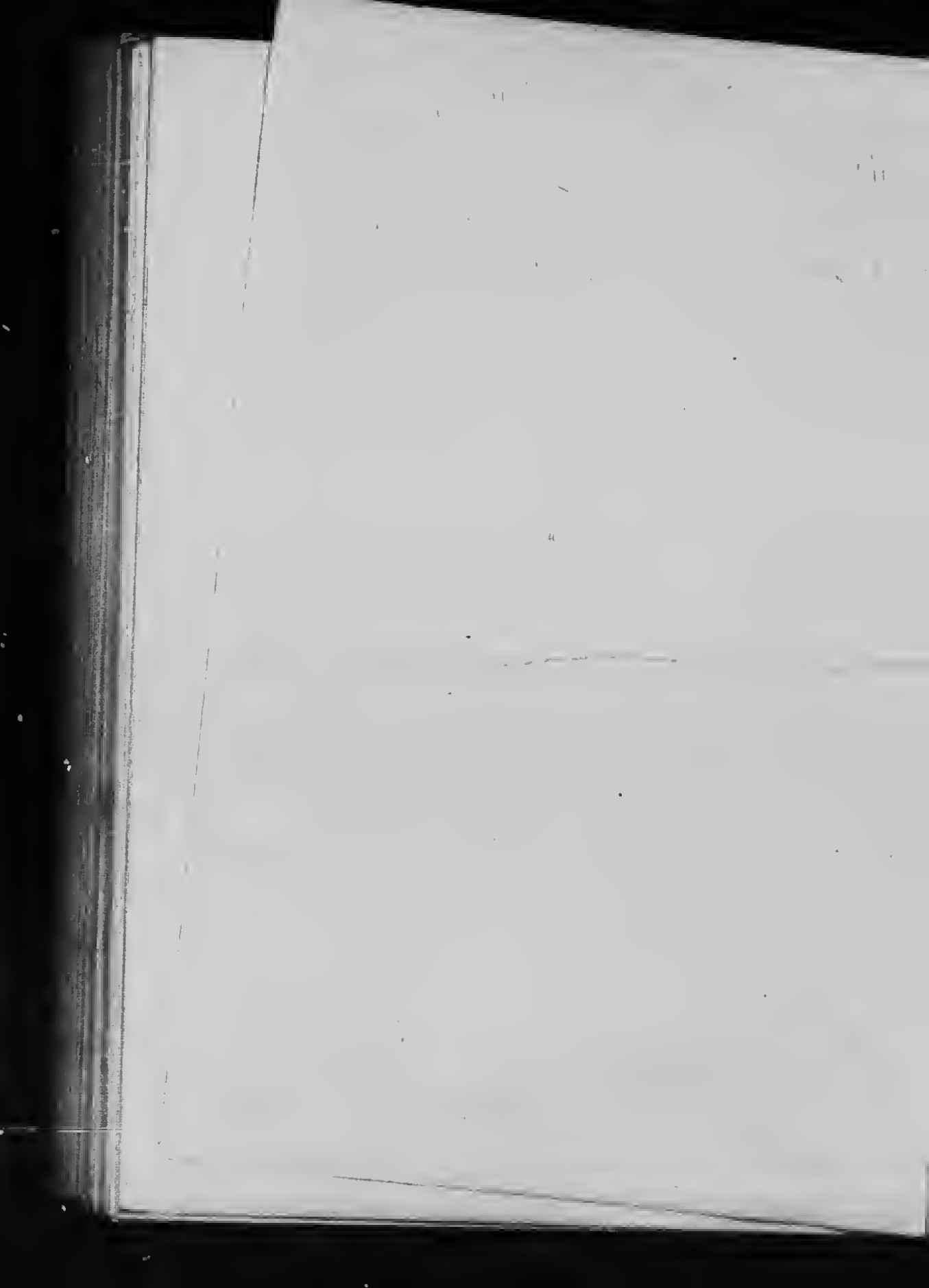


Table des Matières

Introduction	7
A nos élèves	11
CONVERSATION ET DISCOURS	13
Avant-Propos	15
Comment acquérir l'art de la Parole	20
De l'éloquence	31
Le geste	38
Les mots et le langage	50
La Parole et l'Idée	55
La parole offensive et défensive	60
La voix de l'orateur	66
Richesse Verbale et opulence d'Esprit	66
Synonymes	70
Tableau synonymique	71
Exercices	95
CULTURE DE LA MEMOIRE	97
Education de la mémoire	90
L'Attention et la Concentration (leurs effets sur les aptitudes)	104
Réception des impressions	110
Observation visuelle et mémoire	115
Exercices de perception visuelle	119
Perception auditive et mémoire	122
Système cumulatif	126
Conclusion	131
POUVOIR DE LA VOLONTE	133
Préface	134
Attention spontanée ou reflexe. Observation active ou passive	136
Merveilleuses facultés latentes existant dans l'esprit de l'homme, et comment les mettre en pratique. Influence personnelle	143
Méthodes simples et faciles pour fortifier et développer la Volonté	148
Puissants pouvoirs latents existant dans tous les esprits	153
PSYCHOLOGIE	163
Facultés de l'âme	164
Etude sur la nature humaine	166
L'Art du physionomiste	166
Etude du caractère par l'examen du front	167
Etude du caractère par l'examen des sourcils	169
Etude du caractère par l'examen des yeux	171
Etude du caractère par l'examen du nez	174
Etude du caractère par l'examen de la bouche	175
Etude du caractère par l'examen du menton	177
Ensemble de la face	178
Dictionnaire	160

