



*La force par le calme
en 12 leçons*



Yoritomo Tashi

© Mitar Gavric - FOTOLIA

Yoritomo Tashi

La Force par le Calme

en 12 leçons

©2007, www.archimagie.com pour la mise à jour et la présentation de cette édition spéciale.

Tous droits réservés pour tous pays.



B. DANGENNES

**LA FORCE PAR LE
CALME
en 12 leçons**

*d'après les doctrines japonaises
de Yoritomo Tashi*



Première Leçon : Le maître à tous

C'était, dit le sage Yoritomo-Tashi, aux temps disparus où la multitude des dieux incarnait dans chacune de ses personnalités, les vertus ou les passions humaines.

Chacun d'eux prétendait détenir le secret du bonheur des êtres, dont les jours s'écoulaient sur la terre.

Tous assuraient que leur pouvoir était prépondérant.

Et la voûte azurée retentissait parfois du bruit de revendications, aussi véhémentes que péremptoires.

Un seul point, cependant, réunissait toutes les approbations. Un principe unique centralisait toutes les adhésions. Celui du rôle de la force, dans la domination de la puissance.

Aussi les célestes rivaux résolurent-ils de s'en rapporter à la décision du juge suprême, dont les attributions consistaient dans l'art de peser judicieusement les âmes de ceux qui délaissaient le chaos terrestre pour entrer dans une vie supérieure.

“Puissance” ne veut pas dire “Violence”

“Il est incontestable que la suprématie m'est acquise de droit, dit l'un des immortels, et je puis à l'instant vous démontrer ma force inégalable.”

À ce moment un éclair fulgurant zébra la nue. Une lueur sanglante teinta l'azur ambiant et un fracas, insoupçonné jusque-là, glaça tous les dieux d'épouvante.

Les nuées qui les portaient semblaient s'entrechoquer et s'entrouvrir comme des gouffres, prêts à happer une proie, et, pendant quelques brèves parcelles d'éternité, les personnages célestes pensèrent douter de leur invulnérabilité.



À peine le détenteur de la foudre avait-il laissé tomber sa factice colère, que le dieu des tempêtes parla :

“Ma force, dit-il, est encore plus redoutable. Regardez en bas, vers la plaine liquide.”

À peine avait-il achevé ces mots, que l'on vit la mer se couvrir, comme d'autant d'écaillés luisantes de vagues ourlées d'écume.

Bientôt sous la voix grondante de la tempête elles semblèrent un troupeau furieux de blanches cavales, à la crinière mouvante.

Puis l'escadron grossit et grandit, semblant se ruer à l'assaut des plus hautes montagnes ; il menaçait d'escalader le ciel.

Et bientôt, des mains se tendirent vers le dieu des tempêtes, dans une attitude implorante... Il fit un geste : Alors la vague, soudain calmée, s'épandit en larges ondulations, qui, paresseusement, vinrent mordre le sable des grèves, en un mouvement berceur.

Dans le silence oppressé qui suivit, une voix s'éleva alors :

“La puissance, disait cette voix, ne gît pas seulement dans la manifestation de la force brutale, qui ne peut que détruire et non créer.

“Elle réside surtout dans l'art de soumettre les hommes et de les maintenir volontairement, sous une loi, dont ils recherchent la douceur, au lieu d'en redouter la violence.”

Le calme qui sait si bien discipliner ses impressions

Approchant une flûte de ses lèvres, il en tira des sons si captivants que tous restèrent en extase.



Les notes semblèrent d'abord voltiger, comme autant de papillons légers. Puis la mélodie s'élargissant, emplit l'espace azuré, tantôt triste et lasse, tantôt vibrante et forte, se tordant en une plainte déchirante pour s'épanouir en triomphale splendeur.

Longtemps après que le dernier son fut éteint, les immortelles faces reflétèrent le charme, dont le pouvoir avait subjugué tous les dieux.

Tous ? Non. Il était un de ces incréés, dont l'attitude impénétrable n'avait pas varié.

Il n'avait point été ébloui par les éclairs.

L'assaut des vagues n'avait point amené en ses yeux placides la moindre trace d'inquiétude.

L'enchantement des sons ne semblait point avoir suscité en lui l'émoi dont tous vibraient encore.

Le juge se tourna vers lui :

– Es-tu donc, dit-il, affecté de la surdité et de l'aveuglement, qui sont uniquement, jusqu'à présent, réservés aux méprisables mortels ?

– J'entends et je vois.

– Et tu n'as pas été troublé ? Ton cœur n'a pas battu plus vite sous l'empire de l'épouvante ? Ton âme n'a pas frémi sous l'influence de l'enchantement ?

– Tu te trompes, ô juge suprême ! mon cœur a battu, mon âme a frémi.

– Et ton visage ne s'est assombri d'aucun reflet, ne s'est illuminé d'aucun rayon ?

– Non, car je suis le Calme, celui qui sait si bien discipliner ses impressions, qu'elles lui sont asservies, tandis que vous tous n'en êtes que les maîtres dérisoires, puisqu'il vous est impossible de les dominer.



À quoi sert-il de commander aux éléments, si une mélodie peut, en provoquant l'extase, faire tomber la foudre des mains amollies par l'admiration attendrie ?

Quelle peut être la puissance définitive de celui qui, possédant le pouvoir de fascination, tremble devant la colère des choses ?

Il se tut.

Le calme est notre maître à tous

Alors le juge suprême des âmes parla :

“C'est à lui, dit-il, qu'appartient la toute-puissance.

“En lui gît la véritable force.

“Il fait mieux que de commander aux éléments : il ordonne à ses passions de faire silence.

“Il ne se livre pas aux vaines démonstrations d'un inutile pouvoir, qui bientôt chancelle devant l'apparition d'un pouvoir contraire.

“Il résiste à toutes les suggestions, dont l'origine lui semble vaine et indigne de frapper un esprit averti.

“En revanche, il les perçoit toutes et en retire la somme d'émoi qui lui semble souhaitable.

“Puisque vous vous fiez à mon jugement, je vous le dis en vérité :

“Le Calme est notre maître à tous.”

Les millénaires qui depuis, ce jugement, se sont effondrés dans l'abîme du temps, n'en ont point affaibli l'intégrité lucide et forte.

Oui, l'antique légende nippone dit vrai : Le calme est notre maître à tous.



On pourrait même assurer que, de toutes les entités dont il est question dans ce récit symbolique, le calme est la seule dont la puissance se soit affirmée.

C'est elle qui contrebalance les méfaits des cataclysmes, attirés sur nous par la colère des forces que, trop souvent, nous déclarons inintelligentes, alors qu'elles sont seulement les inévitables conséquences des erreurs, qui en ont préparé l'avènement.

C'est elle encore, – ainsi que nous le verrons au cours de cet ouvrage – qui vient atténuer les déprimants effets du charme nuisible ou amollissant.

Le calme est le régulateur de l'émoi passionnel

“Le calme, dit Yoritomo, n'est pas seulement l'atténuation de l'effervescence physique, il est encore le régulateur de l'émoi passionnel.”

Par ce dernier mot, il ne serait pas équitable d'admettre seulement les mouvements intérieurs, déterminés par l'attraction des sexes.

La passion est ici prise dans son sens le plus large.

Elle concerne aussi bien l'enthousiasme exagéré pour l'art, que l'admiration excessive pour la créature ; et le vieux philosophe nippon s'attachait, il faut bien le dire, plus volontiers aux états de l'âme qu'à ceux du cœur.

La sensibilité, néanmoins, n'est jamais bannie de ses écrits.

Mais c'est une sensibilité supérieure, tonifiée par la volonté et la maîtrise de soi-même.

Ce qu'il désigne sous le nom d'effervescence physique, ce sont les manifestations trop emphatiques, ou encore – et surtout – celles qui dépassent le but qu'on leur a d'abord assigné.



Il est indispensable de savoir garder son calme

Il est peu d'enthousiastes qui ne se trouvent pas, à un moment donné, dupes de leur exaltation.

Emportés par un élan mal calculé, ils se voient souvent transportés en des parages, qu'ils n'ont pas désiré visiter et sont jetés dans des aventures, dont ils étaient loin de soupçonner la possibilité d'aventures qu'il leur faut cependant admettre, combattre et même la plupart du temps subir, car les esprits dénués de calme sont malhabiles à se défendre victorieusement.

Ils sont toujours dupes de l'ardeur intempestive qu'ils laissent bouillonner en eux et qui, ainsi qu'un trop généreux vin, versé sans mesure, leur enlève la nette vision des choses, en y substituant celle d'un cerveau, enclin aux fantasmagories des apparitions factices.

Faut-il s'étonner de voir les décisions, prises sous l'empire de cette exaltation, donner lieu à une série de gestes, en désaccord avec le pur raisonnement ?

Ne pas confondre l'activité avec l'agitation

C'est là ce que le vieux Shogun réprovoque lorsqu'il dit :

“Trop de gens sont enclins à confondre l'activité avec l'agitation.”

Et il ajoute :

“L'activité est la solution agissante : c'est la mise en œuvre des combinaisons mentales, suscitées par une délibération judicieuse, accomplie dans le calme des âmes, pacifiées par la volonté.

“L'activité est toujours féconde, car elle ne se produit jamais en vain.

“S'il en était ainsi, elle perdrait son nom pour adopter celui d'agitation.



“L’agitation répond à un besoin instinctif, commun à tous ceux qui confondent volontiers l’acte réflexe avec l’acte réfléchi.

“Le premier est une dégénérescence de la vitalité fonctionnelle.

“Le second est l’expression même de cette vitalité, mise au service de l’intelligence.

“L’agitation est, dit Yoritomo quelques lignes plus loin, l’agitation est souvent aussi la rançon payée par la paresse aux remords qu’elle suscite.

Les conséquences probables de l’agitation

“Ils sont nombreux ceux qui partent sans but, s’arrêtent sans motifs, obliquent à gauche sans savoir pourquoi et reviennent sur leurs pas pour s’élancer à droite, jusqu’au moment où haletants et tombant de fatigue, ils voient avec terreur la nuit traîner au ciel les sombres draperies, qui vont leur dissimuler la route du retour.

“Cependant, du milieu de leur détresse, se dresse le fantôme d’une approbation, dont ils connaissent bien le mensonge, mais que leur fragilité d’esprit leur fait envisager avec complaisance.

“Ils sont intimement persuadés de la vanité des efforts accomplis ; cependant ils sont heureux de se tromper eux-mêmes et d’apaiser les murmures de leur conscience, par ce semblant d’activité, dont ils deviennent parfois les dupes et qui n’est, en réalité, qu’une concession faite à leur veulerie morale.”

Nous connaissons tous, en effet, ces mauvais disciples de l’énergie, qui finissent par s’illusionner, en produisant une activité impuissante, puisque non raisonnée, et qui, en réalité, n’est qu’un vol commis au préjudice des forces vitales, qui, pour devenir effectives, doivent être conduites



par les ordres d'une volonté directrice, ayant traversé toutes les phases de la fructueuse délibération.

Le calme est le régulateur de l'émoi passionnel

La conception du mieux et le désir profond d'y parvenir, sont les prémisses de toute résolution louable.

Mais pour faire accorder l'aspiration mentale et la réalisation, il est indispensable de se pénétrer du conseil de Yoritomo, lorsqu'il dit :

“Le calme est le régulateur de l'émoi passionnel.”

C'est, en effet, l'émoi passionnel qui détermine la plupart des actes.

Néanmoins, cette détermination, si elle obéit simplement à l'élan initial, court grand risque d'être frappée d'incapacité.

Prise sous l'empire de l'émoi passionnel, elle sera entachée de déformation, certaine.

L'admiration ou la haine, qui ne sont pas enrégimentées par le calme, sous la bannière du raisonnement, risquent fort de prendre, au cours du temps, des proportions qui, considérées impartialement, seraient de nature à stupéfier celui-là même qui les a conçues dans la fougue de la jeunesse, ou l'engouement éphémère, né d'un concours spécial de circonstances.

Le vieux sage dit donc vrai, lorsqu'il prévoit les dangers de l'émoi passionnel.

Le pire de tous est celui qui guette ceux dont l'esprit inconsistant ne peut se plier à la discipline du raisonnement.

Ils errent à la poursuite de la chimère, se dépensent en agitations improductives et éparpillent la vitalité fonctionnelle dont ils disposent, en gestes mal combinés, le



plus souvent inutiles, quelquefois contradictoires et trop fréquemment encore, essentiellement nuisibles.

L'installation du calme en soi laisse entendre les rumeurs de la vie intérieure

“Il faut, dit encore Yoritomo, savoir compter parmi les amants de la vie intérieure, pour connaître les sourires de la fortune et apprendre à prêter l’oreille aux appels de la gloire.”

Or, le meilleur moyen connu de prêter l’oreille, est d’organiser autour de soi, – sinon le silence, qui serait parfait – tout au moins le calme, dont il est le fils bien aimé.

L’installation du calme en soi laisse entendre les rumeurs de la vie intérieure, vie bien autrement agissante que celle, dont les gestes irréfléchis ne sont que l’indication grossière.

Cette vie intérieure, genèse de tous les actes féconds et de toutes les belles réalisations, suggère à celui qui sait la considérer, les plus fières pensées et les plus nobles moyens d’accomplissement.

Celui-là peut, comme le dieu de la légende, entendre en vain tonner la foudre des orages, tendant à bouleverser la vie des peuples et la sienne.

Il peut comme lui tenir tête à la tempête, déchaînée par les événements contraires.

Il peut, enfin, résister aux séductions qui le guettent aux détours des grands chemins de la vie.

Il marche d’un pas assuré, vers un but clairement précisé, sous l’égide du calme.

À l’abri de cette ombre propice, il trouve en lui l’apaisement, générateur de cette lucidité d’esprit, qui est l’apanage de tous ceux que la réussite a marqués de son signe victorieux.



Deuxième Leçon : Un accumulateur d'énergie

L'art d'accumuler l'énergie

Trop nombreux sont ceux dont on pourrait dire avec l'antique philosophe nippon :

“Ces hommes ignorent l'art d'accumuler le seul bien vraiment désirable : l'énergie.”

Il n'est pas nécessaire de méditer longuement cette phrase, pour essayer d'en comprendre le sens.

Ces ignorants sont ceux qui se dépensent en efforts désunis, en gestes inutiles pour le moins et nuisibles la plupart du temps, car ils ont pour effet de détourner sans profit une partie de la force active, qui ne devrait être employée qu'à la combinaison et à l'exécution des actes, dont on attend le plus fertile accomplissement.

S'il l'on songe que chaque geste entraîne une déperdition de force, on pensera, avec le sage philosophe, que ceux dont les muscles sont les révélateurs de leur émotion, sont moins aptes que les autres à l'acquisition du pouvoir, qui puise sa source dans l'accumulation des forces.

Sans la discipline de l'automatisme, il n'est point de contrôle personnel.

Sans la suppression de cette inutile dilapidation, la critique des impulsions émotionnelles devient imparfaite et les tentatives de répression des gestes révélateurs ne peut être qu'inopérante.



L'accumulateur d'énergie le plus efficace

“Notre âme, dit le Shogun, doit être le vase clos, au fond duquel s'accumule l'énergie sous toutes ses formes, sous tous ses aspects.

“À l'état de bloc ou de parcelles, nous devons soigneusement la conserver, afin de la laisser s'agglomérer, jusqu'au moment où elle est en état de subir les chocs les plus sérieux, sans risquer de s'émietter.”

L'accumulateur d'énergie, dont l'action est la plus efficace, est sans contredit le calme.

Grâce au calme, il nous est possible de conserver notre énergie à la disposition de nos forces agissantes.

Grâce à lui, nous pouvons subordonner l'esprit à la matière, en nous interdisant les manifestations extérieures, aussi vaines qu'imprudentes, car, ainsi qu'il est dit au commencement de ce chapitre, elles ont le tort de livrer le secret de notre “moi” intime.

L'impulsion n'est qu'un gaspillage d'énergie

Cette soumission de l'esprit, qui est le premier précepte de l'étude concernant le calme, est parfois le point le plus difficile à déterminer, pour ceux qui sont novices dans la culture de l'énergie.

La sensation représentative de la cause émotionnelle se traduit souvent, pour les défaillants de la volonté, par un grossissement exagéré, qui, suivant la pente de leurs états momentanés, tend à montrer les choses sous un aspect infiniment trop riant, ou les représente environnés de tristesses ou de dangers imaginaires.

Dans le premier cas, leur enthousiasme se déchaîne et les porte en avant, sans leur donner le loisir de pressentir les obstacles, ou même les impossibilités, que leur subit engouement ne leur a point fait entrevoir.



Dans l'autre cas, au contraire, les difficultés seules les inquiètent. C'est en pensant à eux que Yoritomo dit :

“Il est des gens pour lesquels le grain de sable devient une montagne, tandis que, pour certains autres, cette montagne même se transforme en atome.”

Pour ceux qui ne savent pas organiser le calme en eux, les lois des relativités ont peu de valeur. La plupart du temps, elles leur échappent complètement, car l'étude de la comparaison, qui doit précéder toute délibération leur est peu familière, sinon inconnue.

Il est impossible aux impulsifs d'atteindre du premier coup la vérité

La représentation de l'Idée ne peut donc, dès le début, qu'être approximative, dans ces cerveaux mal préparés à la reconnaissance loyale de la vérité.

“Avant que la suggestion réelle ne soit installée dans l'esprit des impulsifs, dit le Shogun, ils ont eu à combattre l'hydre sans cesse renaissante du mensonge initial, concernant les impressions.”

En effet, l'émoi suscité par une pensée neuve, n'est point classé d'emblée par les impulsifs, sous la rubrique qui lui appartient.

Il est toujours disproportionné à la valeur de l'idée qui, selon l'état d'esprit momentané, prend des proportions qui ne lui appartiennent pas, ou n'est point considérée selon l'importance qui lui est propre.

Les énergies éparses ne sont point en mesure de fournir chacune séparément la somme, d'attention nécessaire à la classification de l'idée.

Elles agissent ainsi de façon heurtée et souvent contradictoire et jettent au hasard leur poids dans la balance



de la sensibilité qui se trouve ainsi pencher hors de propos, et surtout, hors de proportion.

Pour toutes ces raisons, il est impossible aux impulsifs d'atteindre du premier coup la vérité, qui n'apparaît volontiers que lorsqu'elle est délivrée des inutiles agitations qui lui barrent la route en se pressant sur son chemin.

Aussi, voit-on toutes ces victimes de l'erreur, peiner et souffrir, sans avancer d'un pas sur le chemin du succès faute de savoir capitaliser les énergies ambiantes qui, divisées à l'infini, ne peuvent devenir des éléments suffisants pour les y porter.

Évidemment c'est de l'or...

“Dans un pays lointain et mal connu des hommes, dit Yoritomo, se trouvait une montagne, dont les flancs s'entrouvraient pour livrer passage à de minces ruisseaux, qui semblaient autant de mouvants rubans, rampant vers la lumière.

“Cependant, quoique l'astre du jour ne dispensât point ses rayons dans l'ombre éternelle, projetée par les contreforts de la montagne, ces ruisseaux n'en semblaient pas moins mirer des gouttelettes de soleil.

“Cette particularité éveilla la curiosité de 2 voyageurs qui se rencontrèrent au pied du mont géant.

“Tous 2 s'émerveillèrent à la vue des paillettes qui semblaient entraînées par la course de l'onde et dont l'apparition fugitive trouait par instant la matité du sable, que les eaux caressaient de leur incessante coulée.

“Désireux d'éclaircir le mystère, ils plongèrent leurs mains dans le ruisseau et purent constater que chaque poignée de sable contenait au moins une parcelle minuscule de la matière brillante.

– Mais... c'est de l'or, dit l'un.



– Oui, c’est de l’or, affirma gravement l’autre. Et il se prit à réfléchir profondément.

Son compagnon continua pendant quelques moments le jeu qui les avait séduits, puis, se redressant en secouant sa main ruisselante :

– Évidemment, dit-il, c’est de l’or. Mais à quoi peut-il nous servir ? Il se trouve là en quantité si minime que c’est à peine si nous pouvons le distinguer.

– Quel usage pouvons-nous faire de ces parcelles à peine perceptibles ?

– Il faudrait en rassembler une grande quantité et les réunir en bloc, répliqua celui qui méditait.

Savoir réfléchir et rester calme

Le second voyageur éclata de rire :

– Grand merci, dit-il, je ne tiens pas à passer ma vie dans ce désert. Je veux faire une fortune plus rapide. On m’a assuré que, dans ces parages, on rencontrait des animaux, dont le pelage était très prisé. Or, je suis un chasseur habile et mes flèches sont toutes meurtrières. Je vais donc tâcher de m’orienter pour trouver cet endroit si fructueusement peuplé pour moi.

– Je sais ce que vous voulez dire, reprit gravement l’autre. Mais ce que je sais aussi, c’est le sort réservé aux chasseurs imprudents, qui s’y aventurent sans en connaître les dangers.

“La contrée dont vous parlez est absolument désertique ; on n’y rencontre aucune source, aucune végétation. En admettant qu’il vous soit possible de faire une riche récolte de ces fourrures d’un prix inestimable, avant que la faim et la soif ne vous aient terrassé, il vous sera impossible de transporter votre butin.



“Moi aussi, je suis bon chasseur ; moi aussi j’ai été alléché par l’appât d’une fortune qui semble s’offrir sous formes de dépouilles aisément conquises.

“Pourtant vous me voyez ici, tout dépourvu, mais heureux d’avoir échappé à la tragique aventure qui me serait advenue, si je n’en avais point pressenti et pesé les inévitables conséquences.

– Vous êtes un timide, répartit avec mépris son interlocuteur.

– Non, je suis seulement un adepte du calme et je sais réfléchir.

– Eh bien moi, je suis brave. Je ne réfléchis pas.

– Détrompez-vous. Vous êtes simplement un enthousiaste, c’est-à-dire un téméraire.

– Alors, vous ne m’accompagnez pas ? Vous le regretterez, lorsqu’au retour, vous me verrez chargé d’une fortune.

– Hélas ! j’ai bien peur de ne jamais vous revoir, car vous courez à votre perte certaine.

Savoir accumuler des forces

“Resté seul, l’homme reprit sa méditation : quand il releva la tête, son parti était pris.

“Il commença par s’assurer des moyens de vivre que lui offraient les arbres et les plantes d’alentour. Puis il coupa des branches, organisa des tamis grossiers, mais suffisants et se mit en devoir de filtrer le sable de la rivière.

“Tous les jours des milliers de parcelles s’ajoutaient aux milliers de la veille.

“Lorsqu’il en eut formé un bloc dont le poids ne pouvait être dépassé sans excéder ses forces, il prit la route du retour.



“À peine avait-il marché 3 jours, qu’un objet confus frappa sa vue : il s’approcha : Près d’un amas de peaux provenant d’animaux rares, gisait un tas d’os blanchis. À des détails du costume, dont les lambeaux pouvaient encore être identifiés, il reconnut infailliblement les restes du chasseur rencontré jadis.

“Il avait dû succomber rapidement aux tortures de la faim, de la soif et à l’agression de toutes les circonstances hostiles, que l’adepte du calme avait su envisager.

“Quant à ce dernier, il revenait riche d’une fortune, due uniquement à la mise en pratique des principes qu’il révérait : L’accumulation des forces.

“Il s’était dit que l’or est une indéniable puissance et il s’était efforcé d’en rassembler les bribes éparses, bribes, dont chacune, prise séparément, pouvait être considérée comme une quantité négligeable, mais dont l’accumulation représentait une des forces les moins discutées en ce monde.”

Ne pas éparpiller les efforts

Et, doctement, Yoritomo commente en ces termes cette symbolique histoire :

“Les accumulateurs d’énergie, sont semblables à ce collectionneur de parcelles aurifères.

“Ils savent que les efforts éparpillés n’ont aucune vertu, car ils disparaissent, entraînés par le flot de la vie qui, comme le ruisseau du conte, les emporte vers des destinations inconnues et vagues, lorsqu’il ne les abandonne point, comme autant d’infimes et imparfaites nullités.

“Ils ont appris le pouvoir du calme qui leur permet le recueillement nécessaire pour édifier les plans propices à cette agglomération.



Les adeptes du calme sont sûrs d'atteindre la réussite

“Comme le chercheur d’or, ils méditent d’abord et s’évertuent ensuite à relier leurs actes aux résolutions issues des décisions adoptées.

“Ils connaissent aussi les méfaits de la servitude mentale, qui les soumet au joug des entraîneurs, dont le raisonnement se trouve exclu.

“Si séduisant qu’un projet puisse paraître, ils commencent d’abord par l’envisager sous toutes ses faces, en faisant, autant que possible, abstraction de leur inclination ou de leur désir personnel.

“C’est dans le calme seulement qu’il leur sera donné d’en discerner les menaces.

“C’est dans la sérénité d’une âme, fermée aux suggestions passionnées, qu’ils entreverront les moyens les plus habiles de parvenir à la réalisation.”

Et il conclut :

“Les adeptes du calme, accumulateur d’énergie, sont certains de se trouver tous un jour nantis du bloc d’or des beaux accomplissements.

“Quant aux enthousiastes, leurs dépouilles jalonnent les routes où ils se sont engagés sur la foi d’une exaltation factice que rien ne justifiait, si ce n’est leur légèreté de jugement et leur débilité d’âme.”

Ces appréciations, pour dater du XIII^e siècle, n’en sont pas moins pleines d’actualité.

Maintenant encore – et plus peut-être que jadis, – l’accumulation des énergies éparses est un facteur certain de réussite.



Le calme est une condition exigée pour combattre sans défaillance

Mais il n'est pas donné à tous de pouvoir découvrir ces énergies et tous ne savent point en discerner les qualités essentielles.

Ce privilège échoit seulement aux adeptes de la volonté, auxquels cette faculté confère le titre de détenteurs du calme.

Sans le calme, il n'est point d'examen sincère.

Sans le calme, il est impossible d'éloigner la cohue malfaisante des insinuations perfides et des espoirs mensongers.

Sans le calme, il est vain de s'exercer à la méditation.

Sans le concours du calme enfin, il est trop difficile de faire taire les clameurs de la vanité, d'opposer une digue aux sollicitations de la témérité et d'installer en soi la volonté de résistance, qui seule peut faire tête à la meute des enthousiasmes intempestifs.

C'est le calme seulement qui laisse à ceux qui le cultivent la force d'âme nécessaire pour s'entourer uniquement d'influences désirables.

Grâce à l'apaisement, si heureusement provoqué, l'intelligence, servante de la pensée, s'active à des besoins uniquement utiles.

Les émotions, dûment disciplinées, se rangent sous les ordres du raisonnement et les arguments contradictoires s'entrechoquent, sans causer de trouble.

La somme d'énergie accumulée régente la pensée, la tonifie et l'élargit, tandis qu'elle maintient l'activité physique dans une immobilité, qui interdit toute déperdition de force.



Alors, comme l'homme du conte, le penseur peut tirer de ses réflexions la résolution qui lui semble la plus favorable.

Comme lui il écarte les pièges des imaginaires promesses ; comme lui il prévoit les obstacles qu'elles dissimulent ; comme lui enfin, il entrevoit clairement l'acte qu'il doit accomplir et la préimagination, découlant de tout sérieux examen, l'aide à en éluder l'improviste ou à le combattre sans défaillance.



Troisième Leçon :

Discipline et Automatisme

Il est des gens qui, par suite de leur défaut de volonté, se trouvent en état complet d'infériorité vis-à-vis de maints de leurs semblables.

Ce sont eux dont Yoritomo dit :

“Les muscles de ces hommes sont les révélateurs de leurs pensées.”

Il veut ainsi désigner les impulsifs, qui ne sont point maîtres de leurs gestes, et qui, du reste, ne s'appliquent jamais à les contrôler.

L'impulsion est une débilité morale

Leur physionomie est le miroir fidèle de leurs étonnements, de leur blâme, de leur approbation ou de leur impatience.

Avec eux l'aveu n'est pas nécessaire.

Ils se livrent par leur mimique, aussi bien et mieux parfois, que par les plus copieuses confidences.

Leur “moi” intime est une forteresse si mal défendue que chacun y peut pénétrer, pour peu qu'il soit doué de la perspicacité qui anime les partisans de la volonté.

Les observateurs superficiels et les étourdis mêmes, se trouvent parfois initiés presque involontairement au mystère de leur pensée.

Il leur est impossible de ressentir un émoi, sans qu'aussitôt leurs muscles le commentent, en leur imposant des mouvements qu'ils ne songent guère à réfréner et qui interprètent leur état d'âme aussi minutieusement que pourraient le faire les plus explicites discours.



Est-il nécessaire d'insister sur le désavantage évident que comporte une telle faiblesse ?

La subordination de l'activité physique à l'activité cérébrale est une marque certaine de la débilité morale, dont se trouve atteint celui qui selon l'expression trop connue, n'est pas maître de ses impulsions.

Il est déjà fort regrettable de ne pouvoir régner sur ses émotions intimes, mais il l'est encore davantage de se trouver dans l'impossibilité de ne point les révéler à tout venant.

Il est encore bon d'ajouter que ces émotions s'accroissent par la vertu de la mimique, qui, en les traduisant, les intensifie.

Cette remarque était déjà mise en valeur dans les temps lointains où le Shogun disait :

“Il est bon que l'on sache et l'on ne saurait assez répéter que toute émotion, mimée pendant un certain temps, finit par s'emparer de l'âme de celui qui s'est plu à l'interpréter à l'aide des gestes qui, habituellement, la soulignent.”

Les dangers de la mimique

Et, à l'appui de ce dire, il nous fait la savoureuse révélation suivante :

“Tous ceux, dit-il, qui ont vu se lever quelques centaines de fois la lune, ont connu un acteur tragique, en grande faveur à la cour du Mikado : Then-Ly.

“Il jouait toujours les rôles terribles et savait faire passer dans l'esprit des spectateurs l'épouvante que déchaînaient son aspect et le son de sa voix.

“Maintes fois ses rivaux avaient cherché à s'initier au secret de son art ; mais il les avait toujours éconduits,



assurant que cette faculté lui était propre et qu'aucune étude préalable ne la lui avait fait acquérir.

“Cependant, on remarquait qu'il affectait de rester à l'écart de ses camarades et s'isolait avec un serviteur, jusqu'au moment où il entra en scène.

“Un jour, une négligence du valet permit à un indiscret de se faufiler près du tragédien, sans être aperçu de lui.

“Quel fut son étonnement en l'entendant vomir les imprécations les plus terribles et se livrer aux gestes les plus menaçants vis-à-vis de ce serviteur, qui ne paraissait même pas l'entendre.

“À un moment cependant ce dernier leva les yeux, s'aperçut que la pointe d'un poignard posé en plein soleil, allongeait son ombre vers une raie, peinte sur le plancher, et, très posément dit : “Maître, l'heure est venue.”

Aussitôt le tragédien s'empressa et, tout d'une traite, courut vers le lieu du spectacle, où il arriva dans un tel état de fureur qu'il terrorisa tous ceux qui réécoutaient.

“Pendant ce temps, le serviteur, menacé par l'indiscret de voir révéler sa négligence, dévoilait le secret de son maître.

“Il consistait à créer, par une série de gestes et de paroles, adéquates à l'état qu'il voulait peindre, l'émoi spécial à cet état.

“Les colères qu'il traduisait devant le public n'étaient point feintes, et l'âme atroce qu'il dévoilait était bien l'âme, heureusement éphémère, néanmoins réelle, qu'il possédait pendant le temps de son apparition sur le théâtre.

“Ce jour-là, il représentait un guerrier terrible et dévastateur, semant l'épouvante autour de lui.

“C'est pourquoi il invectivait le serviteur, s'appliquant à l'accabler de fautes imaginaires et à créer en lui l'irritation, qui, peu à peu, le possédait tout entier.



“Mais il y avait des jours où son rôle lui faisait reproduire l'état d'âme d'un être de bonté.

“Alors il s'attendrissait, en contant à ce fidèle serviteur d'imaginaires sacrifices et des bienfaits sans nombre, dont il se figurait être l'auteur.

“Il lui parlait de ses projets philanthropiques, inventait des offenses, dont il se prétendait victime et insistait sur la joie que le pardon systématique faisait fleurir en lui.

“D'autres fois, il criait sa peine, car son physique et sa stature ne le destinant point aux rôles d'amoureux, il n'incarnait guère, dans les pièces sentimentales, que celui dont les soins sont dédaignés et dont les attentions sont le plus souvent considérées comme importunes.

“Il disait à quel point son âme était remplie d'amertume, maudissant le sort, qui ne lui avait point donné le don de trouver grâce devant celle qu'il aimait.

“Suivant les cas, il créait en lui une douleur calme et digne, faite d'un sentiment si profond et si élevé, qu'il l'emplissait d'une résignation, à la fois douloureuse et pathétique.

“Ou bien il s'emportait en menaces effrayantes contre le rival qui lui barrait la route, s'enivrant peu à peu de ses projets de vengeance.

“En même temps, il avait soin d'exagérer les gestes soulignant ces états d'âme, et, de la sorte, parvenait, non seulement à se les assimiler fictivement, mais à les ressentir réellement.”

Ces observations ont également été faites par des savants contemporains, qui, tous, ont insisté sur les dangers d'intensifier par la mimique, un état affectif qu'il est parfois regrettable, ou même dangereux d'entretenir.



L'Automatisme est le résultat visible de l'opération psychophysiologique

L'influence mutuelle du moral et du physique se trouve trop souvent mal étudiée.

Ou, plutôt, on a le grand tort de ne voir dans cette réciprocité que l'indice d'une tendance ne concernant que les esprits inférieurs.

Le problème est plus vaste et mérite d'être mieux considéré, car il touche tous les êtres.

“Aucun homme, dit Yoritomo, si robuste que soit sa présomption, ne peut échapper aux dangers de l'automatisme, se produisant en dehors de la discipline instaurée par la volonté du calme.”

On sait que par ce mot “automatisme” on entend surtout ces mouvements, qui dépendent, presque entièrement de l'instinct et classent ceux qui n'en sont pas maîtres, dans la catégorie des défaillants de la volonté.

L'automatisme est le résultat visible de l'opération psychophysiologique, consistant dans l'enregistrement de l'impression par l'appareil cérébral, qui le transmet à un centre, avant de le renvoyer à l'organe exécuteur.

On remarque que plus la mentalité de l'homme s'élève, plus la tendance à l'automatisme perd de sa prépondérance.

Les simples, les naïfs, les hommes que leur éducation a laissés très près de la nature, sont tous enclins à produire des gestes irraisonnés, dont l'effet ponctue leur pensée en l'extériorisant.

De ceux-là on peut, sans se tromper, dire que leurs muscles sont de véritables révélateurs.

Plus l'homme s'éloigne de l'état naturel, plus il devient maître de ses gestes.



Il sait réprimer ceux qui pourraient paraître désobligeants et l'éducation lui fait un devoir de dérober ses impressions de dégoût, de répulsion ou tout simplement d'antipathie.

L'Automatisme : manifestation de l'instinct

Mais les adeptes de la volonté seuls savent raréfier les gestes, traducteurs de leur état intime.

Ils savent scientifiquement d'où leur vient la puissance de vouloir et ils ne manquent pas d'y faire appel, lorsqu'il s'agit de discipliner l'instinct.

Or l'automatisme n'est que la manifestation de l'instinct.

Tout le monde – ou du moins, tous ceux qui se sont occupés peu ou prou de questions psychophysiologiques – connaissent ce que l'on ignorait du temps de Yoritomo, c'est-à-dire le rôle joué par les neurones, dans les efforts de discipline mentale.

On sait maintenant que les neurones sont des cellules d'où partent les expansions fibrillaires formant les nerfs.

C'est donc dans ces centres nerveux que débute toute action volontaire, avant de se diffuser et de se propager jusqu'aux centres, producteurs d'action.

S'il y a concordance, c'est-à-dire défection de la volonté, l'acte s'accomplit aussitôt la formation de l'image.

L'importance de la discipline dans les actes

Dans le cas contraire, si l'appel à la volonté se produit, il intervient des impulsions amenant le phénomène que l'on nomme inhibition, qui signifie l'arrêt des impulsions réprouvées.



Cet arrêt produit par évocation de la volonté, permet de mettre en œuvre les provisions de forces contraires, afin de substituer à l'acte instinctif, celui que la raison suggère, ou parfois encore de muer la substitution en suppression complète.

“La supériorité d'un homme, dit Yoritomo, se reconnaît à la facilité avec laquelle il mue l'intention d'acte spontané en acte volontaire”.

On remarquera combien cette phrase est explicite dans sa concision voulue.

Yoritomo ne parle pas de l'acte spontané ; il en indique seulement l'intention.

C'est affirmer la puissance de la discipline sur l'automatisme, puisque, d'après lui, elle ne laisse point entamer l'acte et le modifie dès sa conception.

Il ne veut point douter de cette possibilité de réalisation, à laquelle il nous donne un peu plus loin les moyens de prétendre.

“Celui qui sait sincèrement vouloir, dit-il, peut, en très peu de temps, parvenir à se rendre maître de ses impressions initiales.

“Il peut en fixant sa pensée et en intensifiant son désir, créer une impression assez forte pour qu'elle annihile toutes les autres.

“Il doit encore substituer l'effort de son intelligence à la tendance vers une sensibilité, dont l'objet est négligeable et peu digne de lui.”

C'est là ce que nos modernes psychologues désignent sous les titres d'états intellectuels et d'états affectifs.

Les derniers concernent exclusivement les penchants, les sentiments familiers, ceux qui constituent la nature – et parfois la lie – de notre matérialité.



Mal disciplinés, ils représentent cet entraînement aveugle auquel obéissent les faibles, en faisant cet aveu si lamentable à recueillir :

“C’est plus fort que moi.”

Les états intellectuels, au contraire, sont les éléments d’information, de perfectionnement, de détermination, qui, sous l’empire de la volonté, agissent ainsi que le dit le philosophe nippon, en substituant l’effort de l’intelligence à la tendance vers une sensibilité, que la raison et la sagesse s’entendent à blâmer.

C’est cet effort qu’il loue, sous le nom de discipline, lorsqu’il célèbre le pouvoir du calme.

“La discipline que la volonté impose à l’exubérance, dit-il, est une des conquêtes les plus enviables de l’intelligence radieuse sur l’instinct obscur.

“Ordonner à ses gestes la discipline de l’abstention ; infliger aux paroles prêtes à s’échapper la discipline du silence, c’est le fait des âmes supérieures, trop fières pour se livrer au premier venu et ne consentant à se dévoiler que devant ceux qu’elles jugent dignes d’apprécier leur beauté.”

L'homme doit se tenir constamment en état de défense mais dans le calme

Et le côté pratique de cette philosophie plus de 7 fois centenaire, cette adaptation de la force idéale aux exigences de la vie, qui en opère l’éternel rajeunissement, cette fusion de la psychologie et de la matérialité se font jour dans les lignes suivantes :

“Il serait vain de se le dissimuler : la vie est une lutte constante.

“Pour les uns, c’est un champ de bataille où ils doivent se mesurer avec l’ennemi face à face.



“Pour d’autres, c’est une grande route, fréquentée par des bandes, constituées dans le but de détrousser impitoyablement tous les voyageurs sans défense.

“Pour certains – que, bien à tort, parfois, on nomme privilégiés – c’est un sentier fleuri, qui semble dénué de dangers, mais dont chaque buisson, étoile de corolles, recèle une embuscade, où guettent l’envie tortueuse, la vanité imbécile ou la cupidité tentaculaire.

“L’homme avisé doit donc se tenir constamment en état de défense.

“Or le moyen le plus efficace de victorieuse résistance est le calme, générateur des résolutions préservatrices.

“Si l’homme calme est contraint de parer l’attaque ouverte d’un ennemi visible, il en triomphera d’autant plus aisément, qu’il lui sera possible de pressentir ses coups et d’organiser une action contradictoire, dont l’imprévu le surprendra et le mettra en déroute.

“Sur les grands chemins, il courra moins de risques de devenir la proie des détrousseurs, car, dans le calme qu’il a su créer en lui, les bruits du dehors ont une répercussion, inconnue des exaltés, dont les propres éclats couvrent toutes les rumeurs environnantes.

“Il lui sera donc donné de pressentir l’approche des bandits et d’éviter leur rencontre.

“Jusque dans les sentiers inviteurs et fleuris, la sérénité qui l’habite, maintiendra son attention en éveil et, quelle qu’elle soit, l’apparition, issue des touffes diaprées, n’aura aucun pouvoir visible sur son âme.”



Quatrième Leçon : Lucidité des perceptions

“Il y a de longues années, nous confie Yoritomo, lorsque j’étais le plus fervent disciple de Long-Ho, le renommé philosophe, qui fut un admirable pasteur d’âmes, je me promenais lentement avec lui, à travers les sentiers mal tracés de la campagne environnante.

Tout en écoutant respectueusement ses paroles, dont je cherchais à m’assimiler la forte substance, car elles traduisaient toujours des pensées, à la fois délicates et lourdes d’aperçus profonds, qui le plus souvent étaient tout nouveaux pour moi.

“De temps en temps, je m’enhardissais et hasardais une question, à laquelle il répondait toujours avec empressement, heureux de voir mon jeune esprit s’ouvrir au souffle du sien, comme une fleur naissante déploie ses pétales, sous la tiède brise qui la caresse et la vivifie.

L'influence du calme sur la lucidité

“Maître, lui dis-je un jour, vous avez dernièrement parlé de l’influence du calme sur la lucidité. Pensez-vous vraiment que ce dernier état soit entièrement dépendant du premier ?

“Long-Ho ne répondit rien, mais il pressa le pas, jusqu’au détour du sentier, que bordaient quelques buissons de daturas.

“Là, derrière sa ceinture de bambous, un étang mirait l’azur du ciel et le vol des oiseaux, qui le traversaient en se poursuivant.

“Toujours sans parler, il me prit la main et, s’aidant de son sabre pour écarter les tiges rigides, il m’amena jusqu’au bord de l’étang.



“Dans la limpidité immobile, nos images se reflétaient si parfaitement, que leur renversement devenait presque impressionnant.

“Couche-toi, me dit le maître, et regarde mieux.

“La sensation trouble disparut et je pus observer minutieusement ma personne, dans ce miroir, dont le soleil atténuait les reflets pers.

“Mais bientôt Long-Ho, me touchant à l'épaule, montra de son index tendu, un flacon grisâtre, qui vint voiler le disque resplendissant. En même temps un frémissement parcourut les roseaux, qui s'inclinèrent vers la nappe transparente.

“L'eau immobile se fit bougeuse. Des vaguelettes imprimèrent une ondulation aux objets, que bientôt, leur colère accrue sembla flageller.

“Dans une mêlée chaotique, mon image, celle du ciel et celle des oiseaux fuyant l'orage proche, semblaient confondues.

– Que vois-tu ? dit le philosophe, ou pour mieux, dire, que distingues-tu ? Quel est l'oiseau qui passe en ce moment au-dessus de nos têtes ?

– Je ne le reconnais qu'à son cri, répondis-je, car dans le bouleversement des ondes, aucune image ne peut être nettement aperçue.

– C'est bien, dit-il, relève-toi. Tu connais maintenant l'influence du calme sur la lucidité.

“Le hasard, que l'état du ciel m'avait fait pressentir, s'est fait, poursuivit-il, complice de ma démonstration.

“Tu as d'abord pu voir le reflet fidèle des choses, ou, pour mieux dire, ce qui t'a semblé être le reflet fidèle.

“Mais cependant tu as été troublé de la déformation que le renversement apportait à ce reflet.



“Alors, appelant le raisonnement à ton aide, tu as rétabli la vérité. Mais comment aurais-tu pu le faire si tu n’avais point connu la cause de l’irrégulière apparence ? Comment aurais-tu su parer l’erreur venant du mensonge du reflet, si tu n’en avais point surpris les causes ?

“Si d’autres expériences ne t’avaient point démontré ta réelle apparence, comment aurais-tu, sans trouble, accueilli l’image renversée qui, pourtant, était à n’en pas douter la tienne ?

“Mais sur mon avis tu t’es penché et la tromperie du reflet te fut révélée en ce qui te concerne ; cela te conduisit, à apprécier celle de la réflexion des objets immobiles, et, en même temps, à rétablir la réalité des aspects.

“Eclairé sur l’illusion des apparences, il t’a été donné de les contempler tout, à loisir, tant que le calme de l’atmosphère n’en a point altéré les contours, ni bouleversé les formes.

Le calme est l’unique agent de la netteté

“Mais bientôt elles cessèrent d’être captives de l’onde et, sous l’haleine furieuse du dieu de la tempête, semblèrent vouloir s’en évader en se confondant dans une poursuite, qui les mêlait et les rendait méconnaissables.

“Et comme l’ouragan déchaînait toute sa violence, Long-Ho reprit d’un pas vif le chemin de sa maison en me faisant signe de le suivre.

“Une fois à l’abri, il m’interrogea :

- As-tu compris la leçon ?
- Je l’espère, maître savant entre tous, cependant...
- Cependant, tu serais heureux d’en entendre le commentaire ?...



“Écoute : l'étang, tel que nous l'avons vu d'abord, est le symbole de la limpidité d'esprit, nécessaire à la création du calme, générateur de lucidité.

“Tu m'as demandé quelles étaient les mutuelles dépendances de ces 2 états : les faits ont répondu pour moi.

“Le calme, tu as pu t'en convaincre, est l'unique agent de la netteté, sans laquelle il est impossible de percevoir les choses, sous leur aspect véritable.

“Cependant un examen superficiel ne suffit pas toujours. Il peut, ainsi que tu l'as reconnu, amener des constatations troublantes.

“Celui qui ne sait pas se pencher au bord du miroir de sa conscience, afin d'enregistrer les causes déformatrices des sentiments qu'elle révèle, ne pourra jamais se vanter de connaître cet état de calme parfait, qui permet d'entrer en contact avec les vérités, destinées seulement à devenir l'apanage de ceux qui savent les découvrir.

“Il ne connaîtra de son âme qu'une reproduction, faussée par le phénomène de la réflexion ou celui de la réfraction.

“Mais si, dans la sérénité mentale dont il s'entourne, il étudie les causes de cette déformation obligée, il apercevra facilement la vanité de l'observation première et la modifiera, par une impérieuse volonté de loyauté dans l'examen.

“Néanmoins, cette étude ne peut avoir lieu que dans l'apaisement d'une âme, dépouillée des emportements de la passion.

“La colère, l'irritation, les impulsivités produisent en nous les effets que la fureur des éléments fait apparaître sur la limpidité de l'étang.

“La limpidité de notre jugement se trouble ; les pensées qui nous hantent, au lieu de revêtir la forme précise qui nous les fait distinguer et nous permet de les contempler



minutieusement pour les identifier, ne se montrent qu'à demi.

“Et disparaissent aussitôt, submergées par d'autres pensées, non moins informes, et le tout s'enchevêtre, se heurte, se chevauche, dans une mêlée inextricable, du sein de laquelle ne peuvent sortir que le désordre et l'erreur.”

L'irritation est l'origine de l'imperceptibilité

En poursuivant la lecture des pages, si vibrantes encore d'actualité intellectuelle, composant les manuscrits du vieux Shogun, on y trouve de nouvelles considérations sur cette leçon de choses, celles-là dues entièrement à l'initiative de Yoritomo lui-même.

Après avoir fait allusion à la visite au bord de l'étang symbolique, il ajoute :

“La comparaison de mon vénéré Maître serait encore plus frappante, si l'on voulait bien l'étendre, de la surface de l'étang à ses profondeurs.

“Il n'est pas d'étendue liquide, si pure soit-elle, ne recelant, en l'obscurité de ses abîmes, une couche épaisse de vase qui, dans le calme de l'atmosphère, se masse, s'agglomère, au point de rien laisser deviner de sa présence.

“Mais vienne l'orage : les molécules immondes se désagrègent et remontent en masses serrées à la superficie extérieure, qui cesse d'être limpide et ne reflète plus que des images altérées, bousculées et salies par la boue mobile dans laquelle elles se mirent.

“En même temps, remontent au jour, de nombreuses impuretés, des objets innommables, vestiges affreux de choses qui furent belles, ou épouvantables débris de formes plus épouvantables encore. Évocations d'horreurs, de drames ignorés, ou pis encore, de bonheurs à jamais perdus.



“Il en est ainsi de notre âme, au moment de la colère : Tout ce que nous avons de défectueux en nous se fait jour.

À travers le limon des mauvaises passions, qu'en temps normal nous nous efforçons de refréner et qui, cependant, dorment au fond le plus intime de l'être, toutes les laideurs morales se font jour. Elles apparaissent à la surface, entraînées par le remous que provoque l'irritation.

“L'onde de notre conscience cesse d'être limpide ; nous avons beau nous pencher et l'interroger, nous ne pouvons rien démêler, dans la poussée d'idées hétéroclites et de sentiments outranciers, qui viennent en troubler la transparence.

“À ce moment, nous ne sommes plus maîtres des pensées secrètes, que nous croyions avoir à jamais enchaînées, au fond de notre “moi” instinctif. Ce “moi” là seul subsiste. Ce “moi” seul règne. Ce “moi” seul parle et agit.

“Quelle lucidité peut-on attendre d'une âme, en proie à un pareil tumulte ?

“Quelle notion claire peut-on percevoir de sentiments qu'il est impossible de définir ?

“Quelles réalisations peut-on prévoir, lorsque l'aspiration intérieure ne se silhouette qu'au travers l'obscurité, provenant du bouleversement des pensées et de la confusion des projets.

“Comment reconnaître la voix propice, au milieu des clameurs de l'impatience et de la colère ?

“Comment distinguer la vérité, sous les oripeaux des passions qui la recouvrent ? ”

Dans cet éloquent plaidoyer, Yoritomo émet encore un commentaire qui ne manque pas de saveur.



Nécessité d'une grande force d'âme pour la lucidité

Poursuivant, la comparaison, il insinue l'idée de méfiance, qui ne peut manquer de venir altérer les propensions à la lucidité, de ceux qui se laissent entraîner par leurs impulsivités.

Le profond psychologue qu'il est, évoque l'étal moral de ceux qui ont vu leur âme en proie aux tourmentes de la colère ou des impatiences, provoquées, soit par un état affectif, soit par des circonstances, que la raison ne sait pas dompter, ou par des puérités, que la nervosité ne permet pas de dédaigner.

“Comme ceux, dit-il, qui, en un jour d'orage, ont vu la clarté de l'étang brouillée par la vase des bas-fonds et qui, après avoir entrevu avec horreur les immondices flottantes, ne trouvent plus en eux la joie d'antan à contempler cette onde lorsque, de nouveau, le soleil y brise ses rayons.

“Comme ceux qui, sachant ce que l'eau transparente recelée d'impuretés, ne se hasardent qu'en tremblant à y étancher leur soif, ceux qui, sous le coup d'un bouleversement non réprimé, ont pu lire dans leur âme, se sentent effrayés des possibilités mauvaises qui s'y tiennent tapies.

“L'agitation, quelle que soit sa cause, fait remonter au grand jour de la conscience toutes les tares que l'on connaît mal, celles que l'on ne veut pas s'avouer et celles encore que l'on s'imaginait à jamais disparues.

“Il est donc besoin d'une grande force d'âme pour ne point se sentir angoissé, en se voyant tel que l'on ne voudrait pas être.

“Quelques-uns, épouvantés de ce qu'ils appellent “leur âme étrangère” conçoivent d'eux-mêmes une terreur morbide, dont le résultat amène une invincible idée de défiance propre.



“D’autres, plus légers, haussent les épaules disant :
“Décidément, c’est plus fort que moi, je n’éviterai jamais le
retour de ces états.”

“Ce qui, pour les esprits débiles, est une sorte de
délivrance : Ils se libèrent ainsi de l’effort, en affectant de
constater son inanité.”

Ne croirait-on pas que ces pensées, plusieurs fois
centenaires, ont été émises de nos jours ?

Tout cela n’est que trop vrai et le symbole de l’étang
devrait être médité par tous les esprits légers, se laissant
facilement entraîner aux impulsivités, détruisant l’harmonie,
indispensable à l’entrée de la lucidité.

À travers le bouillonnement de leurs passions, ils ne
peuvent lire en eux, car les caractères leur apparaissent à
travers la déformation de l’enthousiasme ou de la haine.

Le pis est que seules les passions indésirables, se font,
par la force de l’expansion, ouvertement connaître.

Qu’advient-il alors ?

Comme le visiteur épouvanté de l’étang, révélateur de
sombres mystères, ils détournent les yeux et cessent de
contempler leur conscience.

Cependant ils savent... ils savent à n’en pas douter que
les tendances mauvaises y reposent à l’état latent.

Ils savent encore qu’un jour ou l’autre, elles se
montreront au grand jour et qu’ils n’auront pas le courage
de les en empêcher.

Un mot, une émotion, une déception, tout est prétexte
pour déchaîner l’orage qui les fera de nouveau apparaître et,
bien loin de se reprocher le renouvellement de cette vision,
bien loin de s’en prendre à leur propre faiblesse, qui livre
ainsi à autrui les secrets les plus intimes de leur “moi”.



Ils se contentent d'ouvrir les bras en signe d'impuissance, en murmurant : C'est plus fort que moi. Comment pouvais-je prévoir un tel concours de circonstances ? ”

Or il est bon de le savoir et de l'affirmer bien haut : Celui auquel l'habitude du calme donne la lucidité, c'est-à-dire le pouvoir de regarder en soi-même et d'y lire les ordres de sa conscience, ne perçoit pas seulement la vérité en ce qui le touche.

Il la rencontre encore en ce qui concerne l'étude des impressions étrangères aux siennes.

Des vérités, échappant au vulgaire, le frappent.

Des objets, hors de la portée des sens se laissent pressentir par lui et il se penche sur l'âme des autres comme autrefois le Shogun sur l'étang limpide et révélateur.



Cinquième Leçon : **Les 4 qualités maîtresses**

Tous ceux qui ont lu les ouvrages, tirés des doctrines de Yoritomo, n'ignorent point combien il aime à créer autour des idées qu'il émet, une atmosphère, à laquelle il a attaché lui-même le nom "d'idéale matérialisation".

Malgré le contraste que ces 2 mots éveillent, malgré l'antithèse qu'ils semblent renfermer, ils sont cependant la pure traduction de l'état d'esprit qu'ils concèdent, ainsi que de celui qu'ils ont mission de provoquer.

Cette recherche consiste à amener, sous une forme symbolique, l'apparition d'un raisonnement, qui, partant d'un principe objectif, conduit, sans transition trop visible, aux déductions subjectives, que le conteur s'efforce de faire surgir.

C'est, en même temps qu'une agréable leçon, une abondante source de réflexions immédiates, génératrices d'autres, plus profondes, qui préparent l'esprit à rentrée du raisonnement vainqueur.

1^{ère} qualité : la réserve

C'est de ce langage imagé que se sert le vieux philosophe, pour décrire l'une des supériorités que le calme confère à ceux qui savent le maintenir en eux.

"L'âme de l'homme calme, dit-il, est semblable à un livre fermé à triple serrure, ne livrant son secret qu'à celui qui en possède la clef.

"Cette clef, ajoute-t-il, ne se trouve jamais aux mains du vulgaire, car le détenteur ne la livre qu'à bon escient.

"Elle n'est point, du reste, l'objet tangible que le plus insignifiant des êtres peut manier : c'est une clef idéale,



dont les gens de jugement sagace peuvent seuls devenir les efficaces servants : la faculté d'interprétation.

“L'âme de l'homme calme est hors des atteintes des effractions et demeure rebelle à toutes les tentatives banales ou inexpertes.

“De plus, ce livre si rigoureusement clos, est écrit dans une langue, qui n'est point connue des profanes ; aussi pourrait-il vainement s'ouvrir devant un être d'esprit superficiel, il ne lui appartiendrait point de le déchiffrer.

“La raison de ce mystère gît dans la difficulté qu'éprouvent les âmes débiles, à poursuivre l'étude, qui, seule, les mettrait en contact avec le secret.

“On ne doit pas oublier non plus que les révélations ne sont obtenues que dans l'état de recueillement.

“La connaissance, qui est la genèse de la sagacité, n'est jamais l'apanage des faibles et l'on ne la possède que si l'on veut bien témoigner la volonté expresse de l'acquérir, en secondant cet acte de volition par des résolutions énergiques et réfléchies.”

Qu'est-ce que la sagacité ?

D'après Yoritomo, la sagacité est, en même temps la raison et l'effet de l'installation du calme.

“La sagacité, dit-il, est une faculté précieuse, qui consiste dans une aptitude, acquise par la volonté et développée par l'énergie, dont l'action, comme on le sait, est le prolongement de la volonté (1) ; le principal mérite de la sagacité est de savoir distinguer ce qui est désirable de ce qui peut être défavorable.

“Lorsque la sagacité est parvenue à son entier développement, elle permet encore de deviner, sur des indices, l'état véritable des choses et la proportion qu'elles doivent adopter dans le règlement de la conduite à venir.



“Elle confère le don de percevoir les nuances les plus subtiles des sentiments, aussi bien ceux qui agitent l’âme de l’homme calme, que ceux, dont l’effervescence fuse au travers de l’attitude, des paroles, voire même des réticences d’autrui.”

Les hommes calmes ne sont pas des indifférents

À ceux qui s’étonneraient de voir le docte nippon assembler les mots d’agitation et de calme, s’adressant à une âme unique, il est bon de répondre, en dissipant l’erreur trop commune, tendant à assimiler le calme à l’indifférence.

Non, les hommes calmes ne sont pas des indifférents.

Ainsi que les enthousiastes, ils se passionnent volontiers pour tout ce qui leur semble appartenir au domaine de la beauté, de la vérité et de la justice.

Ils ont les mêmes ardeurs, les mêmes désirs de mieux, les mêmes admirations.

Mais ils s’appliquent à n’en rien laisser transparaître.

Ils savent combien ils perdraient de leur force en extériorisant leurs émotions et ils les gardent avec soin du contact des investigations banales et de l’immixtion des sympathies vulgaires.

Ils savent aussi que les résolutions efficaces ne peuvent être connues hors de l’apaisement le plus jalousement organisé, apaisement fait de la négation systématique des enthousiasmes et du ferme propos du maintien de la sérénité.

L’esprit volontairement pacifié peut seul établir dans le “moi” intérieur, le silence nécessaire à la perception des moindres murmures de la conscience propre, tout en permettant de recueillir ceux qui composent les différentes sonorités de sentiments chez autrui.



2nde et 3^e qualités : Le discernement et la sagacité

Yoritomo insiste encore sur l'influence de l'énergie, maintenant les résolutions.

“Les initiés, dit-il, ou ceux qui sont dignes de le devenir, font toujours partie de la phalange des énergiques.

“C'est seulement au moment où l'âme, tonifiée par l'habitude de la discipline, sera familiarisée avec la puissance du calme, qu'il lui sera donné de posséder les 4 qualités maîtresses, dont la première, après la réserve, est la connaissance, désignée aussi sous le nom de discernement, préparant l'apparition de la sagacité.

4^e qualité : La perspicacité

“Et ces 3 facultés ne sont que les avant-coureurs de la quatrième qualité maîtresse : La perspicacité.

“La perspicacité est une sorte de vue intérieure, qui déjoue les pièges du mirage et distingue la vérité sous le mensonge dont les apparences se plaisent parfois à la recouvrir”.

Un homme puni mortellement à cause de son impulsivité et de sa méconnaissance des 4 qualités

Et, fidèle à sa méthode d'enseignement, Yoritomo nous fait le récit suivant :

“Sur la route qui mène aux proches environs de Tokyo, il est un bois de lataniers, dans lequel les voyageurs s'arrêtent volontiers, pour jouir de l'ombre propice, avant d'affronter de nouveau l'aridité des chemins vêtus de poussière et éclaboussés de brûlants rayons.

“Un homme, qui revenait chez lui après une absence assez longue, s'y était assis dans le but de recouvrer quelques forces, en étendant ses membres fatigués ; en



même temps il dégustait en paix la dernière portion de riz, composant les provisions du voyage.

“Mais, après s’être rassasié, la sensation de bien-être fut si douce, qu’il se laissa aller au sommeil, malgré sa résolution de ne point s’arrêter plus longtemps car le bois passait pour être un endroit, dangereux aux abords de la nuit, à cause des vagabonds qui venaient y chercher un refuge, et, à l’occasion, guetter une proie, sous la forme d’un marchand attardé.

“Depuis quelques heures déjà, le disque brillant de l’astre, après s’être mué en un globe sanglant, était disparu dans un incendie factice, et la lune, brusquement débusquée de l’abri des lataniers, éclairait le sommeil profond du voyageur, quand un homme vint à passer son kimono brodé d’or luisait dans l’entrebâillement de son manteau et il portait une lourde sacoche.

“Après un mouvement de recul et un geste de défense esquissés, il sourit et se rapprocha du dormeur.

“C’était un de ses voisins et il n’eut pas de peine à deviner que ce dernier avait été terrassé par la fatigue, car il le connaissait assez pusillanime et ne doutait pas de la frayeur qu’il aurait à son réveil, en se voyant isolé dans la nuit, au milieu du bois, si justement redouté.

“Cette idée l’amusa tellement qu’il résolut de s’offrir le spectacle du désarroi du poltron, oubliant le souci de sa propre sécurité.

“Il se dissimula donc derrière les minces colonnes des arbres et s’apprêtait à provoquer le réveil du voisin en lui lançant de minces branchages, lorsqu’un bruit insolite lui fit dresser l’oreille : des pas étouffés résonnaient faiblement.

“Bientôt, sous la lumière d’argent, il reconnut un malandrin qui s’apprêtait à mettre à mal l’imprudent dormeur.



“Son courage et son amitié le portèrent vers lui et il y parvint au moment où l’éclair d’un poignard s’enfonçait dans les vêtements de l’homme sans défense.

“Le bras du malfaiteur, violemment tiré en arrière, ne put accomplir le geste définitif.

“Une égratignure seulement piqua le dormeur, qui se dressa affolé, tandis que le meurtrier fuyait et que le compatissant voisin s’empressait auprès du blessé.

“Mais celui-ci était environné de peur. Sa nature pusillanime ne lui permettait pas de discerner autre chose que les poussées de l’instinct : Défaillant, hagard, incapable de réunir ses pensées, il ne vit point l’homme fuir.

Il ne songea pas à l’invraisemblance de l’attaque d’un homme riche, jusque là juste et bon envers lui, pauvre hère, dont le butin entier ne représentait pas ce que son opulent ami pouvait dépenser en une journée.

“Il ne vit pas la lueur de compassion, brillant dans les yeux du sauveur, il n’entendit pas les paroles secourables qu’il lui prodiguait.

“Son désordre mental était à son comble. En lui, la brute seule subsistait et, d’un geste, ne dépendant que de l’automatisme, il enfonça son poignard dans le cœur de celui qui l’avait sauvé de la mort, se couvrant ainsi du sang de son bienfaiteur.

“Le jour était déjà levé lorsqu’il entra dans la ville. Sa démarche insolite, les taches pourpres qui étoilaient ses habits le signalèrent à l’attention. Dans le même moment, on découvrit le cadavre du riche marchand. Il n’en fallut pas davantage pour perdre le poltron.

“Il eut beau raconter l’agression dont il avait été victime, tout le monde prit son récit pour une fable, d’autant mieux qu’au cours de la nuit le marchand avait été délesté de tout son or.



“Il dut donc subir le supplice du pal et mourut sans avoir compris que son défaut de calme, en apportant en lui un bouleversement exagéré, l’avait rendu mentalement aussi aveugle que ceux dont les yeux sont fermés à la lumière du jour.”

Que de gens sont semblables à cet affolé millénaire !

Combien d’âmes fragiles incapables de réprimer les impétueux commandements de l’instinct, deviennent victimes de la prépondérance de leurs propres impulsions !

Ainsi que le Japonais, prisonnier de ses impressions superficielles, ils se laissent aller à des mouvements quasi-réflexes, car ils sont en dehors de tout raisonnement ne se ralliant pas obscurément à l’idée de défense ou à celle de la conservation de l’individu.

Si cet homme dont le Shogun nous conte la lamentable histoire avait été un disciple du calme, il eut incontestablement évité son sort.

Les hommes calmes savent être maîtres de leur raisonnement, même dans les situations les plus critiques

“En tout premier lieu, dit le philosophe, il aurait fait appel à l’énergie physique que l’on sait être une dépendance de l’énergie morale.

Et, le raisonnement lui ayant montré le danger de se livrer endormi, il se serait levé, aurait continué sa route et aurait franchi le seuil de sa demeure, avant que la disparition de l’astre brillant ait invité les malfaiteurs à profiter de la pale lumière d’une lune complice.

“Mais les agités et les faibles ne prévoient rien et subissent sans résistance les impressions agréables qui les enveloppent et les amollissent encore.



“Cependant, en admettant qu’il ait commis cette première faute, il est certain qu’il n’eût point été forcément victime de la fatale erreur, car, même dans les situations les plus critiques, les partisans du calme savent être maîtres de leur raisonnement.

“Au lieu de fondre sur son sauveur, il aurait été frappé de l’invraisemblance de l’agression.

“Comment, lui, pauvre tâcheron, aurait-il pu tenter l’avidité d’un homme qui regorgeait de richesses ?

“Comment aurait-il mérité sa haine subite, alors que de bons rapports, charitablement condescendants d’un côté, très révérencieux du sien, n’avaient cessé d’exister entre eux ?

“Ainsi que des traits de feu, ces réflexions auraient ébloui l’homme câline, qui, tout en se tenant sur ses gardes, à cause de l’étrangeté de la rencontre, aurait écouté les explications du marchand.

“Imposant silence au tumulte de ses pensées, il aurait perçu la fuite du brigand et, laissant tomber son poignard, aurait tendu à son sauveur une main amie et reconnaissante, scellant ainsi une amitié dont les manifestations ne pouvaient qu’ajouter à sa prospérité et à celle de sa famille.”

Et après quelques autres développements, Yoritomo ajoute :

“Cet homme fut puni mortellement pour avoir méconnu la vertu des 4 qualités maîtresses :

“La réserve, qui tout en faisant celui qui la pratique, maître de ses secrets, lui permet la lucidité.

“Le discernement qui rejette les actes inconsidérés.

“La sagacité qui instruit de ceux qu’il est bon d’effectuer.



“Enfin la perspicacité, qui, dans le calme, créé, voulu et maintenu quoi qu’il arrive, fait découvrir les indices les plus frôles et en forme le faisceau de la déduction, génératrice de tout jugement, qui ne peut être entaché d’erreur, puisqu’il a été conçu dans la sérénité d’une âme, dégagée des sollicitations passionnelles.



Sixième Leçon : Les écouteurs du silence

On a dit souvent – on a même répété à satiété – que la parole avait été donnée à l’homme pour extérioriser ses pensées.

Des humoristes, il est vrai, ont travesti cet axiome, en assurant que l’homme n’avait été doué de l’art exclusivement humain de s’exprimer, que dans le but de déguiser ses pensées, soit en les affublant des oripeaux de la chimère, soit en les revêtant d’ornements factices ou simplement conventionnels.

Savoir écouter en soi le silence

Yoritomo pense que la parole est seulement bienfaisante, quand elle est employée comme une illustration, destinée à commenter une idée que l’on veut vivifier, avant de la soumettre à l’appréciation du vulgaire, ou quand on se propose d’exposer un principe.

En un mot, il la croit surtout efficace lorsqu’il s’agit d’amalgamer la pensée d’un autre à la sienne propre, en les réunissant dans la même contemplation.

En dehors de ces raisons didactiques, le Shogun recommande la plus grande sobriété de paroles et il fait l’apologie du silence, en tenant compte cependant des relativités qu’il ne faut jamais négliger.

“Il est, dit-il, une phrase qui devrait être inscrite du bout d’un pinceau trempé d’or, au fronton de chacune des écoles où les néophytes viennent s’instruire dans la science de l’énergie morale :

“Sache écouter en toi le silence.”

Est-ce à dire que le philosophe condamne ses élèves au mutisme le plus absolu ?



Il n'en est rien et cette croyance serait des plus erronées.

En célébrant le dieu Silence, Yoritomo veut simplement confirmer ce que les proverbes arabes ont si souvent insinué, en comparant le silence au métal le plus précieux.

“Écouter en soi le silence, dit-il, c'est prêter l'oreille au murmure de la conscience, car le silence intérieur est un composé de rumeurs subtiles, que seuls les attentifs sont capables de saisir.

“Le silence intime est fait d'un chuchotement de l'âme, qui ne se perçoit qu'au milieu du calme.

Savoir maîtriser ses paroles

“La parole est surtout l'agent de transmission des pensées.

“Elle les extériorise, les commente, les rend tangibles.

“Elle leur donne un corps, les revêt des atours gracieux ou de l'armure belliqueuse qui leur conviennent.

“Mais elle pourrait se comparer à un sabre, dont les 2 tranchants également aiguisés en rendraient le maniement dangereux, aussi bien pour son possesseur que pour celui qu'il menace.

Combien de parieurs inconsidérés se sont mortellement blessés, alors qu'ils pensaient seulement atteindre l'adversaire !

“Une large dose de sagacité est indispensable à ceux dont la mission consiste dans l'enseignement par la parole, car, avant tout, elle doit porter en elle une substance assez riche pour fructifier dans les esprits.



Sinon, elle devient un bruit vain, inutile parfois, importun souvent, dont le moindre défaut est de contenir en soi des principes dangereux.”

Savoir échapper aux paroles vides de sens

Après avoir blâmé les gens trop diserts, ceux qui marquent une tendance à fleurir leurs discours d’amplification, ceux qui s’enthousiasment au son de leur propre voix et ceux qui, pris de la passion de jouer un rôle, franchissent trop aisément les bornes de la vérité, Yoritomo nous conduit dans la campagne et nous arrête dans un endroit désertique, au bord d’un impétueux torrent.

“Au pied d’un mont, désigné sous le nom de Montagne verte, dit-il, bouillonne un torrent, qui, dans sa marche inconsidérée, escalade les pierres et s’en va.

“Butant contre les racines des arbres qui, autrefois, furent porteurs de pampres et maintenant, sous l’incessante agression de l’eau en effervescence, ne sont plus que de lamentables squelettes.

“Sur son passage, tout est dévasté : les pierres sur lesquelles il roule sont nues et ne porte aucune trace de végétation aquatique. Quant au mugissement de ces eaux brutales, après avoir causé une sorte de curiosité, il devient une fatigue toujours croissante.

“Aux environs, pas un être vivant. On n’y voit paître aucun troupeau. Nul oiseau n’y chante son hymne à la nature.

“On éprouve, dans cette contemplation, l’impression d’une force inutilement déployée, car des roches inaccessibles défendent l’abord du torrent, qui ne peut même offrir au voyageur altéré le réconfort d’un verre d’eau, puisé dans le creux de la main.

“Pourtant, celui qui descendrait vers le Sud, ne tarderait pas à rencontrer un mince cours d’eau, coulant



silencieusement à travers 2 haies d'iris d'or, jaillissant fièrement des lances de leur feuillage.

“Les mousses qui en tapissent les bords incitent au repos et, de rapides ibis, passant dans le soleil comme autant d'éclairs de saphir, le traversent, en quête du butin, attendu par les couvées, blotties dans les roseaux.

“Plus loin encore, le voyageur se trouverait au milieu de rizières, emprisonnées dans les filets brillants d'une eau claire, qui les enveloppe comme d'autant de tentacules argentées et lentement bougeuses.

“Là, dans le recueillement de la nature en travail, s'élabore l'œuvre superbe de vie.

“Le torrent, stupide et inutile, est devenu, grâce à l'initiative humaine, d'abord le ruisselet aux rives fleuries, offrant au nomade la bienfaisante libation, en même temps que le repos des mousses fraîches.

“Puis sa force aveugle et inutile fut canalisée pour le plus grand bien des hommes, dont elle soutient l'existence, en fertilisant les champs, dont ils tirent leur nourriture.

“Grâce à la volonté humaine le torrent rugissant, emblème de stérilité, est devenu l'instrument silencieux de la prospérité des alentours.”

Et le Shogun ajoute :

“C'est là l'image de maints discoureurs, dont les paroles vides de sens, pourraient être comparées au flux impétueux des eaux, qui, tant qu'elles ne sont pas canalisées, s'élancent en bonds désordonnés et en grondements vains.

“Le torrent, bruyant et inutile, fait penser à ces gens qui, heureux de paraître jouer un rôle, parlent fort, tout en produisant des gestes sans but.

“Ils vivent dans une agitation telle, qu'il leur est difficile de ne la point extérioriser par des mots, dont



l'esprit n'est pas toujours clair, même pour eux, car la plupart du temps leurs phrases précèdent leur pensée, qui, très souvent même, n'est qu'à peine participante."

Les 3 fautes capitales pour un disciple du calme

Longuement encore, Yoritomo nous entretient de la force animant ceux que, dans son langage imagé, il nomme : les écouteurs de silence, les comparant au ruisseau reposant, duquel éclat la vie aimable d'abord, puis le principe fécondant, qui est à l'existence mentale ce que le riz est à celle du corps.

Mais cet état bienfaisant ne se produit pas sans l'intervention d'une volonté très précise, qui, non seulement détermine son apparition, mais encore devient indispensable à son ferme maintien.

Ne parler qu'à propos et tenir captifs les mots qui désireraient s'envoler hors de la prison des lèvres, c'est, à coup sûr, un effort merveilleux et bien digne de la conquête qu'il prépare.

Mais que d'énergie pour dompter les manifestations intempestives et parvenir à se faire le geôlier de ses propres pensées !

“Un jeune disciple nommé Lao, rempli d'un ardent désir de perfectionnement, mais n'ayant point encore franchi la période des impétuosité, vint me trouver un jour, dit le Shogun :

– Maître, annonça-t-il, j'ai abondamment profité de vos leçons ; j'ai compris quel pouvoir l'homme calme peut exercer sur ses contemporains et je suis fier d'avoir obtenu la pleine maîtrise de moi-même. Aussi viens-je vous prier de vouloir bien constater la réalité de ma conquête.

– Mon fils, répondis-je, il est bon de se mettre en garde contre la présomption.



“Il y a bien peu de temps que votre jeune esprit fut ouvert aux beautés de l’initiation. N’oubliez pas qu’il s’agit là d’une faculté formidable, dont la possession définitive fait planer au-dessus des contingences habituelles, aussi bien des plus considérables comme des plus minimes.

– Je le sais, répondit le néophyte, et je suis prêt à subir toutes les épreuves qu’il vous semblera bon de m’infliger.

“À ce moment entra Tchu-Li, un autre de mes disciples, qui s’émerveilla de l’assurance du premier.

– Vous êtes certain, dis-je à celui-ci, de ne point commettre une faute contre le calme ? Vous vous croyez assez fort pour supporter sans broncher les émotions les plus violentes ?

– J’en suis sûr. La voûte du ciel s’écroulerait sur ma tête que je ne témoignerais apparemment aucun émoi.

– Bien, installez-vous sur cette natte, gardez le silence et attendez-vous à subir une formidable épreuve.

“J’appelai alors Tchu-Li et lui dit à voix basse, quelques mots qui le plongèrent dans la stupéfaction. Puis tout haut :

– Allez-vous asseoir près de votre condisciple, vous profiterez aussi de la leçon.

“Le jeune Lao, qui était d’une puissante famille, portait un somptueux kimono aux longues manches, dont les extrémités richement brodées s’étalaient sur la natte où il avait pris place.

“Tchu-Li, obéissant à mes ordres, marcha vivement vers lui, comme pour s’asseoir à ses côtés et, de sa sandale poudreuse, écrasa l’une de ses manches, sur laquelle il se laissa ensuite lourdement tomber.

“Mais Lao ne le laissa pas accomplir son mouvement, et, le repoussant violemment, il dégagea sa manche en



s'écriant : Maladroit ! tandis qu'une vague de colère empourrait son front.

– N'expérimentons pas plus avant, dis-je. L'épreuve est faite.

“Vous avez 2 fois offensé le calme : vous êtes sorti du mutisme que vous deviez à tout prix garder et vous vous êtes laissé vaincre par l'impatience et la colère.

“Ce sont là 2 fautes capitales pour un disciple du calme.

“Mais il en est une troisième que vous n'avez pas su éviter :

“Vous vous êtes laissé surprendre.

“Oh ! j'en suis persuadé, l'entrée d'un bourreau vous menaçant de son sabre vous aurait peut-être trouvé impassible et dédaigneux.

“L'annonce d'une terrible nouvelle, le déchaînement d'un cataclysme n'auraient peut-être pas entamé la cuirasse de froideur, dont vous vous étiez revêtu.

“Lorsque je vous ai annoncé une formidable épreuve, vous avez certainement pensé à ces épouvantails, dont certaines sectes se servent pour éprouver le courage de leurs initiés, qui les considèrent avec d'autant plus de sérénité qu'ils en connaissent la vanité.

“Mais vous ne pouviez vous attendre à la ridicule et mesquine vexation dont vous avez été l'objet, vexation qui vous fut infligée sur mon ordre et dont, en aucun cas, il ne faut garder rancune à Tchu-Li.

“Enfin, vous avez fait preuve de présomption, en supposant qu'il vous était possible de garder une impassibilité, que la plus infime contrariété devait mettre en fuite.”



Quelques conseils pour combattre les impulsivités

En lisant cette anecdote, il est difficile de ne point admirer en même temps que la philosophie souriante du vieux nippon, ses qualités aiguës d'observation.

Non, la vertu du calme ne consiste pas uniquement dans l'impassibilité avec laquelle on supporte un désordre grave ou une douleur profonde.

Les bouleversements ou les événements tragiques ne sont guère qu'une exception dans la vie, même dans celle de ceux dont on remarque l'infortune.

En outre ces perturbations ne se produisent guère sans divers prodromes, qui laissent aux vaniteux le loisir de se créer une attitude.

Certains de ces derniers, que les plus grandes crises ont trouvé stoïques, ne pourraient, comme Lao, supporter sans impatience une balourdise dont ils seraient victimes.

Yoritomo fait donc preuve d'une connaissance profonde des défaillances humaines, lorsqu'il inflige à son disciple, non l'épreuve terrifiante que celui-ci attendait et contre laquelle il s'était soigneusement armé, mais la mince vexation inattendue, envers laquelle aucun moyen de défense n'a pu être conçu, puisque rien ne le faisait pressentir.

Il commente, du reste, cette leçon, en mettant en lumière toutes les observations qu'elle comporte :

“Si Lao, dit-il, avait réellement possédé la faculté dont il se croyait détenteur, s'il avait été un véritable “écouteur de silence”, il aurait entendu le murmure de la connaissance, l'avertissant de sa faiblesse.

“Il aurait ainsi démêlé le peu de consistance de ses résolutions.

“Puis il aurait élargi le champ des suppositions.



“Au lieu de prendre à la lettre la promesse d’une terrible épreuve, il aurait pensé simplement à une expérience, sans s’attacher à en déterminer la nature.

“Il se serait donc préparé, non pas à vaincre son épouvante, non pas à opposer un front serein aux menaces les plus immédiates, mais à garder son calme quoi qu’il arrive.

“S’il lui avait été donné de réprimer son premier mouvement, il aurait vite déterminé la nature de l’épreuve, un peu ridicule, peut-être, mais d’autant plus inattendue.

“Or un fervent du Calme ne doit jamais être surpris, tout au moins, il lui est interdit de montrer ostensiblement son trouble.

“Un écouteur de silence aurait donc réprimé toute manifestation extérieure. Tout au plus se serait-il permis un geste modéré pour dégager son vêtement.

“Mais en aucun cas il n’aurait marqué d’impatience et se serait bien gardé de ponctuer sa nervosité par un mot désobligeant.”

Un peu plus loin, Yoritomo nous parle de la nécessité d’un entraînement sévère, qui seul peut aider à combattre les impulsivités.

D’après lui, il n’est, aucune situation sociale assez absorbante pour ne point laisser à un homme quelques minutes par jour pour rassembler ses pensées.

“Quoi qu’en puissent dire les êtres de volonté frêle, il est, assure-t-il, loisible à tout être de réserver un temps, dont la durée peut être proportionnée aux exigences de ses devoirs d’état, pour écouter, dans un silence créé, voulu et sérieusement maintenu, les conseils de la connaissance, qui ne les prodigue que dans le plus absolu recueillement.

“Quand donc, s’écrie-t-il, quand donc seront résolus les temps où chaque être, doué d’une âme, sera pénétré des bienfaits de la connaissance, qui feront de la réunion de ces



unités pensantes, le faisceau constituant une humanité
robuste et fière !!!



Septième Leçon : L'imprévu du calme

Parmi les supériorités nombreuses que confère l'acquisition du calme, il en est une que l'on connaît mal, tant qu'on n'en a pas éprouvé la puissance.

C'est, celle que Yoritomo décrit sous le nom d'imprévu.

L'imprévu du calme fait, dans ses ouvrages, l'objet d'une étude toute spéciale, que nous allons nous efforcer de résumer ici.

La force du calme réside dans le silence

“Dans les batailles de la vie, dit-il, l'homme calme a sur son interlocuteur – qui est souvent son adversaire, s'il n'est pas son ennemi – un double avantage, dont les effets lui sont toujours propices, autant qu'ils sont déconcertants pour la partie adverse.

“D'abord il laisse celui qui lui tient tête, errer à la recherche des intentions, qu'il s'est appliqué à ne point découvrir, car la maîtrise de soi-même, en permettant de ne rien laisser deviner de ses tendances, ne donne prétexte à aucune prévision de la part d'autrui.

“Lorsque la physionomie n'accuse rien des sentiments intimes, il est impossible de prévoir les probabilités d'attaque, ou de définir sur quel point pourrait éventuellement porter la résistance.

“Aussi, dans les cas les plus fréquents, le calme imperturbable de l'adversaire exclut-il, dans l'esprit de son interlocuteur, l'idée d'une nécessité quelconque de défense, en le laissant convaincu d'une indifférence ou d'une faiblesse, qui ne lui dictent aucune parade.



“Imbu de cette erreur, il avance d’autant plus volontiers, qu’il est convaincu de ne point rencontrer d’obstacles.

“Quelquefois même, cette prétendue indifférence le pique au jeu et il prend la résolution de la faire cesser.

“Il déploie alors toutes les ressources de ses richesses verbales, il redouble d’éloquence, il devient prolix, et, dans le flot impétueux de son verbiage, laisse couler des mots que l’écouteur silencieux note soigneusement.

“À mesure que son interlocuteur s’anime, il semble, lui, se pétrifier.

“Réfugié dans la forteresse de vie intérieure que le calme rend inexpugnable, il assiste, l’âme consciente, à l’exaltation du discoureur, qui, lui, ne tarde pas à s’étourdir de sa propre phraséologie.

Une révélation trop excessive peut engendrer la faiblesse

“Bientôt, ce dernier se démasque : il laisse surprendre ses désirs et son véritable but.

“C’est alors un jeu pour l’homme calme de le lancer dans la voie qu’il désire lui voir suivre.”

À ce moment le phénomène habituel se produit :

La substitution de volonté devient patente, réalisant ainsi la double partie des avantages dont parle Yoritomo, au début de la démonstration.

Parvenu à ce point, l’homme calme prend peu à peu possession de l’esprit de l’enthousiaste, qui, dans l’espoir d’obtenir un signe approuvatif ou d’entendre s’élever une objection, contre laquelle il tient tout prêt un argument qu’il croit décisif, finit par oublier toute prudence.



Jaloux d'arracher un signe d'adhésion ou de blâme, il en vient, après avoir chanté les mérites de son idée, à formuler lui-même les objections, qu'il brûle de rétorquer, éclairant ainsi son adversaire sur des points qui, sans cette tendancieuse verbosité, seraient pour lui restés obscurs, à moins qu'ils ne demeurassent complètement inaperçus.

Bientôt cependant cette verve tarit.

Le causeur, trop expansif, a dit, non seulement tout ce qu'il avait à dire, mais il a laissé échapper des arguments qu'il réservait comme autant de victorieuses répliques.

Il a démasqué tous ses plans. Il a donné la mesure exacte de ses forces, et, presque toujours sans s'en douter, a dévoilé le plan de ses ruses.

Il ne lui reste plus rien à cacher. Il a dénombré toutes ses forces et fait donner jusqu'aux propos de secours, sans entamer le mur de granit, derrière lequel s'abrite l'âme de celui dont il veut triompher.

La récompense du silence

Pendant ce temps, celui-ci, qui, sous une apparence peu participante, a guetté sur le visage du parleur, l'apparition de toutes les convoitises, de tous les doutes et de tous les espoirs, réalise, à n'en pas douter, ses plus secrets mouvements d'âme.

Il sait quel est son but, quels sont ses moyens d'action, et, jusqu'à quel point il sera possible de l'entraîner dans la voie des concessions. C'est alors qu'apparaît l'imprévu du calme. Lorsqu'il n'a plus rien à apprendre de son interlocuteur, l'homme imperturbable sort de son mutisme et, d'un seul mot, renverse l'échafaudage si péniblement dressé.

À moins que, agissant comme s'il n'avait entendu qu'une partie du discours, il se plaise à ne retenir que celle-



là, considérant les autres comme si elles n'avaient point été exposées.

Il s'agit toujours d'un point faible que, dans le feu d'une ardeur qu'il croyait persuasive, l'enthousiaste a imprudemment découvert.

Et c'est là une des forces du calme.

Si l'homme trop disert s'était adressé à un autre expansif, il lui eut été possible de battre en retraite, car la physionomie mobile de son interlocuteur l'aurait éclairé sur son défaut de circonspection.

Mais l'impassibilité avec laquelle on accueille son discours ne lui permet pas de réaliser sa faute.

S'en apercevrait-il, qu'il n'en concevrait guère d'alarme, car la frigidité de l'écouteur lui donnerait à penser que cette maladresse n'a point été remarquée.

Aussi, se trouve-t-il désemparé lorsqu'il se voit brusquement mis en face du point, qui, à son avis, ne constituait qu'un incident d'une importance d'autant plus discutable, qu'il se souvenait à peine de l'avoir mentionné.

“L'imprévu du calme, dit encore le vieux Nippon, se manifeste souvent encore par l'énoncé d'une question semblant étrangère au sujet, et qui, cependant, s'y rattache par des liens ténus mais solides, par le fait des déductions qu'elle comporte, ainsi qu'on le peut voir par le véridique récit qui va suivre.

Relation entre l'estomac et l'impulsivité

“Dans une lointaine province, située non loin de la grande île de Kiou-Siou, le poste de sanjoun (2) près le gouverneur se trouvait vacant, par suite de la mort subite de son titulaire.

“C'était, depuis une vingtaine de lunes, le 3^{ème} qui se trouvait appelé inopinément dans le royaume des ombres.



“On disait bien tout bas que leur trépas était dû à une maladie semblable, maladie qui ne laisse pas souffrir longtemps le patient, car elle s’attaque aux gens en pleine santé et les foudroie, sous la forme d’un ordre du gouverneur, comportant, avec l’envoi d’un sabre, le vœu sans réplique de voir celui qui en est gratifié s’en servir de la façon la plus expéditive, pour prendre congé de ses contemporains.

“Et le mot “Hara-Kiri” (3), évocateur du plus sombre des drames solitaires, volait de bouche en bouche.

“Cette éventualité tragique ne décourageait cependant pas les jeunes ambitions, et nombreux étaient les compétiteurs convoitant une charge, qui comportait à la fois de si grands honneurs et un si sérieux péril.

“On savait, poursuit le Shogun, que mon vieux maître Long-Ho avait été le guide du farouche gouverneur, au temps de l’adolescence de ce dernier et l’on n’ignorait pas qu’il avait toujours conservé une influence notable sur cet esprit tyrannique et cruel.

“Aussi était-il sollicité vivement par les aspirants à ce poste, aussi bien que par leurs parents et leurs amis.

“Long-Ho les écoutait silencieusement, ne décourageait personne, mais ne prononçait aucune parole sur laquelle on put fonder l’espoir d’une intervention, car il lui en coûtait de lancer de jeunes vies en pâture au caprice du féroce prince.

“Un de ses amis, cependant, se montra si pressant, le jeune homme qu’il recommandait semblait paré de qualités si évidentes, son savoir, sa sagesse étaient si bien prouvés, que le vieux maître sortit de son mutisme.

“Sans paraître attacher la moindre importance à l’étalage des innombrables titres, qui semblaient plaider en faveur du candidat, il demanda gravement :

– A-t-il un bon estomac ?



“À cette question imprévue, le solliciteur ne répondit que par une autre interrogation.

– Maître, dit-il, pardonnez-moi de ne point vous cacher mon étonnement. Mais, quelle relation peut-il y avoir entre les mérites de mon protégé et l'état, plus ou moins satisfaisant de cet organe ?

“Impassible, Long-Ho reprit :

– A-t-il un bon estomac ?

– Mais... balbutia le daïmo (4), tout interdit...

– Si vous n'en savez rien, informez-vous-en et ne le laissez se mettre sur les rangs que dans l'affirmative.

“Ce fut longtemps après seulement que le daïmo eut, par le jeune sanjoun lui-même, l'explication de ce que tous 2 avaient pris pour une boutade, assez incompréhensible de la part d'un sage tel que Long-Ho.

“Le gouverneur, très exigeant, peu pitoyable, était, en outre, d'une activité dévorante. Il ne prenait, pour lui-même, aucun souci de la régularité de ses repas, qu'il considérait comme une dilapidation des heures. Aussi exigeait-il le même détachement de la part de ses conseillers intimes.

“Mais peu d'organismes s'accommodaient de ce mépris et les jeunes gens que la faim tenaillait, ou qui, pis est, devaient se mettre au travail immédiatement après un repas, d'autant plus copieux qu'il avait été plus longtemps retardé, excitaient souvent sa colère en dissimulant mal la répercussion des malaises que ce régime leur imposait.

“Tantôt leur attention se trouvait détournée par les appels impérieux de leur estomac.

“Tantôt leur activité se trouvait atténuée par l'engourdissement, dû à l'absorption trop rapide d'un dîner hâtivement expédié.



“Or la patience du gouverneur était nulle ; son indulgence n’était connue de personne et ses colères étaient trop souvent la préface d’une haine, se manifestant par un ordre qui supprimait à la fois la cause de l’irritation et la personne de celui qui l’avait provoquée.

“La solution imprévue du recueillement de Long-Ho n’était donc pas une originalité, encore moins une boutade.

“C’était la conséquence logique des réflexions, imposées par les circonstances.”

La volonté de l'attitude : une forme imprévue du calme

Yoritomo nous démontre ensuite que si l’imprévu des demandes posées par l’homme calme, semble indiquer des préoccupations étrangères au sujet dont on l’entretient, elles s’y rattachent toujours néanmoins et prouvent, au contraire, une participation minutieuse aux motifs exposés.

C’est la conclusion d’un raisonnement, dont l’enchaînement conduit à une déduction, dépendante de l’affirmation ou de la négation que l’on réclame.

Mais la science du calme comporte encore d’autres imprévus, non moins déconcertants.

Dans le nombre, il faut distinguer la volonté de l’attitude.

Pour les raisonneurs superficiels, cette volonté expresse, pourtant, pourrait prendre le nom de défaillance.

D’autres sont tentés de la regarder comme une incohérence.

Quelques-uns la déclarent paradoxale.

Ces derniers sont peut-être les plus proches de la vérité, cependant ils ne la possèdent pas tout entière.



Non, l'impression dont nous allons parler ici n'est ni une faiblesse ni un abandon momentané du système, jusque là rigoureusement maintenu.

C'est une attitude voulue, choisie et adoptée à la suite du raisonnement qui l'a imposée.

Parmi ces manifestations, il en est une, sur laquelle Yoritomo discours plus volontiers et qu'il nomme : L'irritation factice.

“Il arrive, dit-il, qu'il soit indispensable de laisser voir l'irritation causée par la conduite d'un être, vis-à-vis duquel la froideur passerait pour une indulgence intempestive.

“Certaines natures – ce ne sont pas les natures d'élite – se trouvent impressionnées seulement par des marques extérieures.

“Les reproches, faits d'un ton mesuré, ne les atteignent pas, les mines réprobatrices ne les touchent pas et leur légèreté les incite, d'autant plus volontiers, à retomber dans les fautes habituelles, qu'aucun ennui immédiat n'en découle pour eux.

“Les subtilités de conscience ne les préoccupent guère et tout ce qui n'est pas la traduction apparente d'un blâme ne les effleure pas.

“La froideur accentuée ne les émeut guère.

“Les reproches, proférés d'une voix calme, sont par eux mal écoutés et aussitôt oubliés.

“Une seule chose les touche ; les ennuis qui peuvent leur advenir.

“Avec ceux-là, l'homme calme se trouve souvent dans l'obligation de témoigner ostensiblement une irritation qu'il ne ressent que sous forme de mécontentement.

“L'étonnement qu'ils en éprouvent leur fait abandonner leur habituelle nonchalance.



“La cuirasse d’indifférence, de veulerie et d’egoïsme dont ils se revêtent si volontiers tombe devant cette manifestation inattendue, et leur force est d’entendre, sinon de profiter.”

C'est un exercice salutaire

Mais ici le Shogun nous met en garde contre un phénomène bien connu, phénomène à l’action duquel les âmes fortes seulement sont capables de se soustraire.

“On sait, dit-il, que les gestes ponctuant un état, ont le pouvoir de le créer dans l’âme de celui qui les émet.

“Ceux qui ont résolu de recourir à la démonstration ostensible de leur mécontentement devront être puissamment trempés, s’ils veulent échapper à l’empire du sentiment qu’ils déclenchent.

“Cette irritation, destinée à frapper les fibres rebelles, doit être toute de surface ; c’est la traduction d’un état légitime, mais non celle de celui que l’on ressent.

“Du reste, cette irritation ne doit jamais se prolonger. Elle est destinée à frapper un esprit inerte et doit automatiquement apparaître, au moment où l’on juge bon de le montrer, et cesser dès que l’effet voulu a été produit.

Et Yoritomo ajoute :

“Cette forme imprévue du calme est parfois un exercice salutaire, aussi bien pour celui qu’elle est destinée à frapper que pour l’imperturbable, qui tient à s’affirmer sa puissance sur lui-même.



Huitième Leçon : Les Esclaves et le Maître

Les esclaves ! C'est ainsi que Yoritomo désigne les mots qu'à son gré leur Maître le Calme libère ou retient captifs, suivant qu'il le juge souhaitable.

Ces esclaves doivent, non seulement être entièrement soumis aux ordres du maître, mais encore s'assouplir jusqu'à prévenir ses moindres désirs, en dissimulant leur présence ou en ne se montrant que sous l'aspect qui lui est agréable.

Aucune licence ne leur est accordée.

Aucune fantaisie ne leur est concédée.

Il faut une discipline rigoureuse avec les mots

La discipline que le Calme impose est rigoureuse, il est vrai, mais aussi combien apaisante. Et quelle sérénité règne dans les âmes qu'elle habite !

“Les mots, dit le vieux philosophe, sont de tout puissants auxiliaires, à la condition de ne point banaliser leur concours, car il est seulement efficace, dans le cas où ils ne sortent pas du rôle de serviteurs dociles, qui leur est uniquement assigné.

“Toute initiative, effectuée en dehors de la volonté expresse qui les dirige, peut devenir importune et même nuisible à celui qu'elle veut servir.

“Les mots, dit-il un peu plus loin, sont parfois aussi de doux amis berceurs, habiles endormeurs de peine et précieux porteurs d'espoir.

“Mais, combien peuvent être dangereuses les illusions qu'ils sèment, si le raisonnement, fils du Calme, ne vient point opposer sa digue à l'essor d'une imagination, surexcitée par la féerie des phrases trop prometteuses.



“Sans la discipline rigoureuse qui ne les délivre qu’à bon escient, les mots, qui semblent les plus efficaces, peuvent être comparés à ces amis maladroits, qui, tout en s’efforçant de contribuer au bonheur de celui qu’ils prétendent protéger, travaillent inconsciemment à sa perte.”

Comment les passions peuvent-elles bouleverser la vie des créatures pensantes ?

À ce sujet le Shogun nous conte une anecdote, qui pourrait, sans être taxée d’anachronisme, prendre place dans tous les récits contemporains, tant il est vrai que les raisons psychologiques, basées sur la connaissance de l’âme humaine, sont éternelles, puisqu’elles puisent leurs racines dans les passions qui, de tout temps, ont agité et bouleversé la vie des créatures pensantes.

“Un daïmo très laid et très envieux de tous les avantages qui lui étaient refusés, vivait, dit-il, dans une atmosphère de haine, faite de celle qu’il inspirait à tous et de celle qu’il ressentait pour tout ce qui lui était supérieur, c’est-à-dire tout ce qui était aimable et beau.

“Ce daïmo avait, un petit intendant, dont l’extérieur était très agréable et le caractère très sympathique.

“De plus, il était fort bien doué sous le rapport de l’intelligence et connaissait tous les signes de l’écriture, que son maître distinguait péniblement.

“Un jour ce jeune homme rencontra, chez une de ses parentes, une jeune fille qui lui sembla si bien accomplie en tous points, que son cœur vola vers elle.

“Elle avait aussi éprouvé à sa vue une émotion aimable et son visage légèrement ambré s’était coloré comme s’il avait été baisé par les feux du couchant.

“Ils se revirent. Les manières douces et harmonieuses de la jeune fille, ainsi que ses vertus solides, connues de tous ceux qui, depuis son enfance, avaient pu les apprécier,



lui fit désirer d'unir sa vie à la sienne et, elle y consentit dans un grand élan de joie pudique.

Comment les esprits impulsifs envisagent-ils les choses ?

“Cependant un obstacle se dressait entre eux : la jeune fille n'apportait dans le ménage que sa grâce et ses mérites, et le poste de petit intendant était trop mal rétribué pour qu'il pût, sans imprudence, songer à fonder une famille.

“Or l'intendant en chef venait de mourir et sa place était vacante. S'il pouvait l'obtenir, sa situation serait infiniment moins précaire et il pourrait donner suite à ses chers projets.

“Il ouvrit donc son cœur à un homme juste qui l'appréciait, et qui avait souvent l'occasion d'approcher le daïmo.

“C'était un de ces esprits excellents, mais primesautiers, chez lesquels on pourrait dire que la pensée se présente sous la forme géométrique d'une parabole, c'est-à-dire qu'entre le point de départ qui est, l'idée et le point de réalisation qui est le but, il n'existe aucun contact étranger.

“Elle dévie cependant souvent, car elle est comme une flèche lancée par un archer étourdi, qui détend son arc sans tenir compte des heurts soudains, qui peuvent venir briser le trajet du projectile.

“La course se trouve ainsi limitée à la détente et à une hasardeuse arrivée, trop souvent contrariée par la rencontre d'un barrage insoupçonné, dont cependant une ardeur moins vive eut pu faire pressentir l'existence.

“Les esprits trop impulsifs n'envisagent les choses qu'à ce point de vue parabolique.

“Presque simultanément l'idée et la réalisation sont perçues par eux et, dédaignant les causes intermédiaires,



qui, la plupart du temps, constituent l'obstacle, ils lancent inconsidérément les flèches de leurs paroles, qui trop souvent viennent s'y heurter et échouer lamentablement.

Comment les mots peuvent-ils éveiller en nous les passions mauvaises ?

“Cet homme juste et bon, mais esclave de son premier mouvement, fut profondément touché des confidences que lui fit le petit intendant et il résolut de le servir en employant son influence, pour lui valoir le titre d'intendant en chef.

“Il alla trouver le daïmo et, tout plein de son sujet, entama la conversation sans préambule.

“Il parla d'abord des mérites de l'intendant, de sa jeunesse, de son agréable physique. Il dit quelle idylle était éclosée entre lui et une jeune fille, digne en tous points de l'amour durable qu'elle avait inspiré.

Il insista sur la beauté de la fiancée, se complut à décrire leur attirance mutuelle et termina par le tableau du bonheur que le daïmo pouvait faire épanouir, en rendant justice à son petit intendant et en lui confiant le poste d'intendant supérieur, auquel ses connaissances lui donnaient le droit de prétendre.

“De la sorte il pourrait faire entrer dans une maison visitée par l'abondance, celle qui lui apportait le bonheur, sous ses formes les plus riantes.

“Comme tous les impulsifs, il se grisait de ses paroles, et, tout entier subjugué par le charme du tableau qu'il évoquait, il ne s'attardait pas à scruter le visage de son interlocuteur.

“S'il l'eût fait, il eût été effrayé des passions qui s'y reflétaient.



“Cet homme, que sa disgrâce physique et sa laideur morale rendaient antipathique entre tous, n’avait jamais connu les douceurs d’une tendresse partagée.

“Son visage inspirait la répulsion ; sa méchanceté maintenait autour de lui l’épouvante ; ses immenses richesses, même, avait été impuissantes à lui procurer l’illusion d’une ferveur réciproque et il enrageait de se trouver exclu des joies, que d’autres pouvaient savourer.

“Or cet homme, qui lui demandait une grâce, cet homme, assurément doué des meilleures intentions, mais dépourvu du calme qui confère la perspicacité, venait lourdement, maladroitement, rouvrir les plaies saignantes de son orgueil bafoué.

“Il venait douloureusement effleurer les ulcères de l’envie qui le dévorait, en brossant devant lui le tableau d’une félicité qui lui était à jamais interdite.

“En l’écoutant, toutes les passions mauvaises, qui, comme autant de larves, grouillaient au fond de l’âme du daïmo, s’éveillèrent, en le torturant de leurs insinuations perfides.

Comment des gens perdent-ils la cause qu’ils espéraient gagner en se laissant emporter par l’ardeur de leurs désirs ?

“Ainsi cette joie, qui lui avait toujours été refusée à lui, puissant Seigneur, un subalterne la pouvait goûter dans toute sa plénitude et c’est à lui qu’on venait demander de l’organiser !...

“Il dépendait de lui que tout ce bonheur, qui semblait insulter à sa misère morale, se réalisât ou s’écroulât.

“Lui seul était maître de faire éclore des sourires, qui ne lui seraient pas destinés.



“Mais lui seul aussi était maître de changer en une douleur profonde, cette joie qu’il considérait comme une bravade.

“Non. Puisque la félicité, issue de l’étroite communion des cœurs, ne pouvait exister pour lui, il ne se soumettrait pas au supplice d’en être l’auteur et le spectateur.

“Et puisqu’il ne dépendait que de lui de la flétrir dans un germe, il n’hésiterait pas à satisfaire sa haine envieuse.

“Le protecteur du petit intendant avait tout dit et il allait insister encore lorsque le daïmo se leva :

“Je suis désolé de cette coïncidence, annonça-t-il froidement, alors qu’une lueur mauvaise brillait dans ses vilains yeux, j’ai vraiment une peine extrême à vous refuser.

“Mais depuis quelque temps déjà, j’avais résolu de me séparer de mon petit intendant, qui, en effet, ne me semble pas à sa place, dans une situation qui demande plutôt de l’expérience que de l’érudition.

“Vous me mettez à l’aise en m’assurant que son maintien contrarierait de si doux projets. J’ai donc moins de scrupules à vous annoncer son remplacement prochain, par un homme moins ambitieux, ainsi que la nomination d’un intendant supérieur, dont l’âge et la situation me garantissent contre toute tendance au roman.

“Quant à votre protégé, ajouta-il avec un sourire plein de fiel, je ne doute pas que les mérites transcendants dont vous le gratifiez lui vaillent bientôt une situation digne de lui.

“Pour moi, je n’aime pas les inférieurs qui ne savent pas être exclusivement des subalternes.

“Et il accompagna ces mots d’un impérieux geste de congé.”

Que de gens, ainsi que cet excellent homme, perdent la cause qu’ils espéraient gagner, en se laissant emporter par



l'ardeur de leurs désirs, qui ne leur laisse pas le sang-froid voulu pour scruter l'attitude de l'interlocuteur et en déduire l'opportunité de leur requête, ou le danger des impressions, causées par les images trop chaleureusement évoquées !

Il faut impérativement échapper aux paroles imprudentes

Mais il est des cas où les mots, ces esclaves du Calme, ne se contentent pas d'être les mauvais serviteurs d'un maître trop étourdi ou trop exalté.

Ils deviennent parfois des traîtres, concourant à sa perte et à sa ruine définitive.

C'est ainsi que le vieux philosophe qualifie les paroles imprudentes, échappées au cours d'une expansion dangereuse.

En même temps, il analyse la qualité et les conséquences de ces entraînements, dont le motif est presque toujours issu d'une faute contre la maîtrise de soi.

“Le mot “expansion”, dit Yoritomo, implique 2 sens, paraissant entièrement différents et procédant cependant du même principe, qui est une défaillance plus ou moins accusée de la force mentale.

“Il y a, poursuit-il, les expansions confiantes, celles des cœurs, heureux de déverser dans d'autres cœurs les impressions qu'ils ressentent trop vivement, pour ne point éprouver l'impérieux besoin de les faire partager.

“Il y a les expansions dont l'origine est une faiblesse, qui ne permet pas de supporter seul le poids d'une sensation trop vive ou celui d'un secret trop lourd.

“L'expansion se manifeste encore par la facon de verbale, ne laissant pas l'enthousiaste maître d'endiguer le flot des mouvements d'âme, qui l'assaillent, avec une intensité d'autant, plus grande, qu'il ne sait pas réprimer



leur agression et s'exalte à mesure qu'ils se présentent et se multiplient.”

Il faut toujours se mettre en garde contre les sollicitations des impulsions

Après de longs commentaires, Yoritomo résume ainsi cet exposé :

“On pourrait, dit-il, considérer avec indulgence les expansions confiantes, si, dans la plupart des cas, elles ne se trouvaient point entachées de trop de fragilité de vouloir, et si, communément, elles ne conduisaient infiniment plus loin que l'on ne pensait se laisser entraîner.

“De toutes façons, ces expansions ne sont anodines que si elles ont lieu entre 2 êtres, animés d'un identique sentiment de loyauté.

“Sous cette condition seulement, elles ne présentent aucun danger et peuvent être même un sérieux motif de réconfort.

“Cependant, on ne saurait assez se mettre en garde contre les sollicitations des impulsions, dont l'effet est d'atténuer l'empire souverain de l'homme sur sa vitalité sentimentale.

“Quant aux expansions, uniquement dues au manque de virilité d'âme, elles sont en tous points répréhensibles, car elles ne comportent que des dangers : danger de trahison, voulue ou inconsciente, sous forme d'indiscrétion ; danger de déformation de la pensée, car les mots dont les gens d'esprit faible se servent pour traduire leurs impressions, dépassent souvent la portée de celles-ci et il se trouvent eux-mêmes dupes du mirage qu'ils ont créé ; enfin, danger de contagion, car l'expansif par faiblesse ne choisit guère ses confidents et peut rencontrer une âme, dont l'influence lui soit pernicieuse.”



Les mots sont des esclaves qu'il ne faut libérer qu'à bon escient

Puis le philosophe, après avoir insisté sur les traîtrises de la faconde verbale, en vient à parler de l'expansion, issue de l'irritation qui, dit-il, fait de chaque mot un traître éventuel.

“Dans le nombre de ces esclaves trop inconsidérément libérés qui deviennent volontiers des traîtres, dit-il, il faut compter les mots proférés sous le coup de l'irritation, ceux qu'on ne se rappelle qu'avec embarras et que l'on voudrait pouvoir effacer de la mémoire des auditeurs.

Mais, hélas ! Quoiqu'en disent ceux qui se targuent d'Être de doctes personnages, il est peut-être plus difficile d'anéantir des mots que des écrits.

“Non les paroles, pas plus que les oiseaux, ne peuvent impunément s'envoler dans l'espace, sans marquer la trace de leur passage.

“Les oiseaux, même lorsqu'ils ont disparu à jamais, laissent un souvenir visuel, qui est un témoignage et, quoique l'éther reste impénétrable, les témoins de l'essor se remémorent la forme et la couleur des oiseaux qui l'ont traversé.

“Il en est de même des paroles.

“Les vibrations qu'elles ont détachées résonnent longtemps encore aux oreilles des intéressés, qui les ont recueillies.

“Si ces paroles ont déchaîné des passions, dormant au cœur de ces derniers, si elles les ont atteints dans leur vanité ou dans leur sensibilité, les blessures qu'elles causent déterminent trop souvent une durable rancune et, parfois, un ardent désir de vengeance, qui choisit la première occasion favorable pour se satisfaire.



“On ne doit jamais méconnaître cette vérité, conclut l’antique Nippon : les mots sont des esclaves qu’il ne faut libérer qu’à bon escient.

“Sinon, ils ne tardent pas à renverser les rôles. Inconsidérément affranchis, ils deviennent bientôt des maîtres, d’autant plus redoutables que leur action s’accomplit en dehors de tout principe d’ordre et de discipline, sans le contrôle d’aucune mesure.

“Le Calme seul, peut être le digne souverain de ces asservis, toujours prêts à se mutiner et à briser de leur effort maladroit et stupidement inopportun, les barrières qui séparent les champs fertiles de la pensée, des espaces désertiques, où l’indolence mentale ne laisse s’élever aucune bienfaisante végétation”.



Neuvième Leçon : Les fausses apparences

Il est, on le sait, des peuples, chez lesquels le témoignage extérieur des émotions est regardé comme un signe de faiblesse.

Cependant, si proche du calme que puisse sembler cette attitude, elle ne peut guère prétendre ce nom, car, à de très rares exceptions près, elle ne dissimule aucun combat intérieur.

Elle est faite d'une sorte de résignation, d'une passivité, sœur de l'indifférence, que, dans certains pays, on se plaît à élever à la hauteur d'un culte.

Il est des contrées où l'impassibilité est regardée comme le rite le plus en honneur parmi les fervents du fatalisme, et ceux qui pratiquent cette religion se font gloire de dédaigner les joies ou les peines, dont l'apparition fut, d'après eux, de tous temps inscrits au livre du Destin.

Pourrait-on, sans erreur, assurer que ces esprits cristallisés soient réellement doués de cette force d'âme que le calme seul peut dispenser ?

Non, dit Yoritomo et il donne les raisons de cette négation.

La véritable force du calme réside dans le pouvoir de réprimer les marques visibles de sensations

D'après lui, l'insensibilité, cultivée depuis l'enfance, engendre toujours une apathie morale, qui endigue les mouvements d'âme, d'où découlent le bonheur et la souffrance des humains.

C'est en parlant de ces apathiques que l'on peut argumenter sur le cas des fausses apparences, car la



paralyse des sentiments n'implique aucun triomphe sur leur non apparition.

La véritable force du calme, réside, non dans l'impuissance de ressentir, mais dans le pouvoir de réprimer les marques visibles de sensations, qui sont généralement d'autant plus profondes, que celui dont elles s'emparent est plus avancé dans l'étude de la volonté.

Il faut donc plaindre ceux auxquels sont refusées les facultés émotives, destinées à embellir l'existence, et, bien loin d'admirer leur impassibilité, qui n'est que de l'ignorance, compatir au malheur de leur pénurie sentimentale.

Les apôtres du calme ne sont privés d'aucune des joies intérieures, dont les fervents du fatalisme se sont interdit la connaissance, et c'est là une des nombreuses supériorités que le Shogun, au cours de la leçon, se plaît à nous faire remarquer.

La conquête du calme est le fruit de nombreuses victoires remportées sur l'instinct.

L'impassibilité du fataliste est le résultat d'une indifférence atavique, cultivée et accrue de jour en jour.

Pourquoi, en effet, se laisser impressionner par des événements, auxquels nulle volonté humaine ne peut opposer la barrière de la contradiction, événements que rien au monde ne peut empêcher de se produire, qu'il est impossible de modifier, et, partant de là, inutile de pressentir ?

Les fatalistes deviennent très vite des apathiques

“Il est des gens, dit Yoritomo, qui, au moment de passer près d'un rocher, dont les pierres surplombent leur tête, disent :



“À quoi bon m’inquiéter d’une chute possible qui m’anéantirait sans rémission ? S’il est écrit au livre du Destin que cette pierre doit se détacher à l’instant de mon passage, je ne puis me soustraire aux conséquences de cet arrêt.

“Il est donc inutile que je prenne souci d’une possibilité, qui se résoudra en dehors de mon vœu, si instant soit-il.

“S’il est écrit, au contraire, au grand livre des siècles, que cette pierre restera dans son alvéole, pourquoi irais-je m’emplir d’angoisse, au sujet d’un malheur qui ne m’atteindra certainement pas ? ”

Ceux qui raisonnent ainsi sont certainement les apôtres du fatalisme, mais ils ne sont pas les disciples du calme.

Ils peuvent passer à portée du dangereux quartier de roche sans sourciller, mais ils n’ont pour cela remporté aucune victoire sur eux-mêmes, puisqu’ils agissent comme des automates, mus par une force aveugle, à laquelle ils s’abandonnent, sans admettre aucune possibilité de résistance.

D’après Yoritomo, cette perpétuelle abdication de la volonté propre ne tarde guère à produire ses détestables fruits ; les fatalistes deviennent très vite des apathiques.

Leurs facultés réceptives s’atrophient, au point qu’ils ne ressentent qu’une répercussion lointaine des angoisses, des douleurs ou des joies qui leur sont échues.

Cette répudiation coutumière de la nécessité du choix entrave chez eux toute initiative et fait d’eux des indifférents, montrant les fausses apparences d’un calme qu’ils travestissent.

Le Calme véritable, celui des forts, s’il revêt les mêmes marques d’insensibilité extérieure, est bien loin d’être le reflet de l’indifférence.

C’est encore moins celui de l’atonie sentimentale.



L'homme calme fait preuve d'indépendance d'esprit et de résistance préventive

Poursuivant sa démonstration, le philosophe établit le parallèle entre le Calme et ce qui, selon lui, n'en est que la mensongère copie.

“Nous avons vu, dit-il, le fataliste, c'est-à-dire l'homme rebelle à toute résistance, passer impassible près du quartier de roche, qui peut l'écraser.

“Il nous faut maintenant songer à ce que, dans ce même cas, serait l'attitude d'un disciple du calme :

“Au lieu d'accepter, sans discussion intérieure, l'éventualité terrible, il débattrait en lui-même les possibilités d'en atténuer les effets.

“Il étudierait un itinéraire différent et, s'il ne présentait aucun inconvénient grave, s'empresserait de l'adopter, car la prudence est fille du calme, qui laisse aux fructueuses décisions le temps d'intervenir.

“Mais la prudence n'exclut pas la bravoure et nous savons, au contraire, que la virilité d'âme la déploie.

“Donc, si le résultat de la consultation intérieure, que l'adepte du calme a menée jusqu'à la décision, est favorable au choix d'un autre chemin, il n'hésitera pas, car il sait que la témérité est une preuve d'étourderie, c'est-à-dire de faiblesse, et, en changeant de route.

“Il se donnera à lui-même une preuve de sa parfaite indépendance d'esprit et de sa force de résistance préventive.

“Si, au contraire, les désavantages d'une déviation lui semblent tels qu'ils doivent l'emporter sur les chances de péril, il passera sous la roche menaçante avec la même sérénité que le fataliste.

“Cependant cette sérénité représente, non l'asservissement à un pouvoir supérieur, mais une force qui



triomphe d'une juste appréhension, et repousse l'aveu d'impuissance de celui qui s'en remet, sans lutte, aux caprices d'un sort aveugle et toujours vainqueur.

Différences entre l'homme calme et le fataliste

“L'homme calme choisit et décide.

“Le fataliste courbe la tête et ne discute pas.

“Le premier, en montrant de l'impassibilité, en face d'un danger qu'il apprécie et qu'il encourt volontairement, fait preuve d'une vigueur morale indiscutable.

“Le second, en ne se livrant à aucune manifestation intérieure, se borne à refléter la passivité de ceux, auxquels l'habitude du joug accepté sans révolte, enlève toute velléité de résistance et toute idée d'initiative.”

C'est là, du reste, un des principaux griefs de Yoritomo, contre ce qu'il appelle : les fausses apparences du calme.

“Cette sorte de résignation anticipée, dit-il, brume qui enveloppe l'âme, soumise aux croyances fatalistes, est une barrière contre laquelle se heurte toute tentative personnelle, et, à ce point de vue surtout, elle doit être solidement combattue.”

Il ajoute un peu plus loin :

“Tout désir humain, doit converger vers le progrès.

“La préoccupation de chacun doit tendre à modifier les circonstances, à les améliorer et à mettre tout en œuvre pour se les rendre favorables.

“C'est seulement lorsque les efforts judicieux, dictés par le raisonnement, sont accomplis, c'est lorsqu'on juge inopportun ou nuisible d'en effectuer de nouveaux, qu'il est utile de faire appel au calme, qui permettra de subir avec



une placidité imperturbable la colère des choses ou celle des événements contraires.”

Ne pas confondre le véritable calme avec le “néant”, celui qui ne trouve jamais rien à dire

Mais le fatalisme n’est pas la seule cause de l’attitude que le Shogun stigmatise en lui donnant le nom de : fausses apparences.

“Il est, dit-il, des gens qui font illusion aux observateurs superficiels, par le calme apparent de leur maintien et la rareté de leurs paroles.

“Ils sont semblables à ces maisons silencieuses, qui semblent autant de temples dédiés à la sérénité et ne sont ainsi paisibles que parce qu’elles sont vides.

“D’autres, qui paraissent être les abris du recueillement, ne sont en réalité que l’asile d’impotents, d’infirmes et de muets, que l’impossibilité de se mouvoir ou d’échanger des mots, réduit au silence et à l’immobilité.

“Beaucoup de cerveaux humains éveillent ces comparaisons.

“Il est des cires dont le mutisme pourrait passer pour une sage réserve, s’il n’était dû à la disette des idées.

“On voit des gens se taire, tout simplement parce qu’ils ne trouvent jamais rien à dire.

“Leur cerveau indolent n’engendre que des pensées, si peu consistantes, qu’elles ne forment point d’images assez arrêtées pour nécessiter l’intervention d’une traduction verbale.

“Dans leur imagination atrophiée, les idées rampent comme autant de larves, auxquelles il est impossible d’attribuer un corps.



“Cette dépression mentale, si elle n’est point combattue, conduit à un état d’indifférence et de non participation aux choses extérieures, que les gens d’esprit léger confondent volontiers avec le calme, alors qu’en réalité la seule qualification qui lui soit propre, peut être définie par le mot : Néant.

Le calme apparent qui n'est finalement qu'un aveu d'impuissance

“Certaines natures, très veules pourtant, mais moins informes, ne sont point aussi déshéritées : elles connaissent les bienfaits de la pensée, qui se présente à eux assez distinctement, pour qu’il leur soit loisible de la matérialiser à l’aide du langage.

“Mais l’effort qu’il leur faudrait accomplir pour trouver les formules propices les décourage et ils se renferment dans un silence, auquel on pourrait sans erreur accoler l’épithète de trompeur.

“Ce silence n’est point la forteresse, derrière les remparts de laquelle ils élaborent leurs projets et leurs plans de conduite ; mais bien l’abri où ils se dissimulent, pour mieux dérober aux étrangers leurs ordinaires défaillances de vouloir.

“Il en est encore qui, n’ayant point reçu en partage le don de l’éloquence et ne se sentant pas l’énergie nécessaire pour s’appliquer à l’acquérir, éprouvent une gêne si fâcheuse, lorsqu’il s’agit d’interpréter leur pensée, qu’ils préfèrent se retrancher dans un commode mutisme, mutisme qui peut conduire à l’erreur ceux qui lisent mal dans les âmes, mais qui ne parvient pas à duper l’observateur expert.”

Cependant, le philosophe en convient, toutes ces trompeuses apparences, résistent mal à un attentif et continu examen.



Il faut bien le dire aussi, cette attitude ne se maintient jamais intégralement, car tous ceux qui l'adoptent sont des êtres de faiblesse, qui, sous la montée d'une passion, redeviennent les instinctifs qu'ils n'ont jamais cessé d'être.

Leur âme, sous le bouillonnement de la colère, sous le coup de fouet de la déception, sous la souffrance d'une piquêre de vanité, sous l'empire enfin d'un sentiment violent quelconque, se brise, comme le ferait un vase trop hermétiquement clos, soumis à l'action d'une chaleur intense.

Les éclats qu'elle projette suivent la direction que le hasard leur imprime et causent souvent d'inconscientes, mais incurables blessures, à moins qu'ils ne retombent, inertes et inutiles symboles d'une force, qui, bien disciplinée, eut pu devenir bienfaisante.

Yoritomo appelle encore notre attention sur un des résultats les plus ordinaires de ce calme apparent, qui n'est, au fond, qu'un tacite aveu d'impuissance.

La science de la comparaison ne peut être que l'apanage des disciples du calme

Dans cet état de mutisme, dû à la capacité nulle du vouloir, qui rend désertique le champ de la pensée, la faculté de sensation représentative s'abolit, selon lui, presque irrémisiblement.

“Quelquefois, dit-il, cette faculté se transforme assez curieusement :

“Suivant la pente des préoccupations coutumières, suivant aussi l'inspiration immédiate, née des circonstances, une déformation évidente du jugement se produit.

“Il est à remarquer que cette altération se rapporte, le plus souvent, aux préoccupations coutumières, dont on se plaît à revoir l'image dans chaque circonstance évoquée.



“On sait avec quelle facilité l’imagination mal surveillée relie les idées qui, pour les gens raisonnables, ne paraissent avoir aucun point de contact. Il est aisé de comprendre combien un esprit, se mouvant dans un cycle étroit, est enclin à y renfermer tout ce qui lui semble valoir la peine d’être considéré.

“Quant au reste, il le dédaigne, s’il ne peut le contempler à ce point de vue unique.

“La disette d’idées amène un autre aspect de la déformation : celle-ci vient encore de la pénurie des motifs, qui fait adopter avec enthousiasme celui qui semble s’imposer et incite à le commenter à l’infini, sans s’apercevoir des mutations progressives qu’il subit.

“On ne doit pas oublier que, pour porter un jugement sérieux, il est nécessaire de l’établir par comparaison.

“Or les gens affligés du genre de mutisme, qui n’est qu’une fausse apparence du calme, se tiennent éloignés de tous renseignements, car leur indolence morale ne leur permet pas de prendre part aux dissertations qui sont souvent pareilles au faisceau de lumières éclairant les ténèbres du raisonnement.

“C’est pourquoi la science de la comparaison ne peut être que l’apanage des disciples du calme, car elle exige des qualités fortes, permettant de faire abstraction de toute prédilection personnelle, pour s’attacher à la représentation exacte de l’idée, soumise à la réflexion.

“Elle demande encore la force d’âme nécessaire pour exercer un contrôle sévère sur ses propres impressions, en ayant soin de rapprocher mentalement et aussi exactement que possible, celle qui est la plus récente, de la première en date.

“Pour toutes ces opérations mentales le recueillement est nécessaire, mais non pas celui qui cache le néant de la pensée, sous les fausses apparences du calme.



“Le recueillement n’est fructueux, que lorsqu’il est peuplé de substantielles pensées, donnant lieu à des déductions judicieuses.

“Il n’est profitable que lorsqu’il permet de voir assez clair en soi, pour discerner l’opportunité du choix, en dehors de toute influence étrangère à la marche du mieux.”



Dixième Leçon : Le régulateur de la vie

Tous ceux qui se sont préoccupés d'éducation mentale savent l'importance du bon état organique, par rapport au développement rationnel des facultés psychiques.

La recherche des conditions requises pour le maintien de ce parallèle, fait donc partie d'une acquisition, qui, pour être souhaitable, doit comprendre la possession de ces 2 états.

Sous l'influence d'une douleur physique, les représentations mentales perdent une partie de leur intensité

Il est hors de doute que l'on ne peut demander à un malade la force d'âme animant un être parfaitement sain. Celui qui se voit terrassé par de continuelles malaises, ne trouve point en lui l'énergie désirable pour mettre en valeur les motifs qui régissent les facultés volitives.

Il est également avéré que, sous l'influence d'une douleur physique, les représentations mentales perdent une partie de leur intensité.

La subordination des activités psychiques aux rappels physiologiques, ne s'opère jamais sans grand dam pour celui qui s'y soumet, car elle atténue les premières et donne aux seconds une place telle, que bientôt ils emplissent l'existence.

L'homme alors redevient l'esclave de son instinct, qui, en se développant sans rencontrer d'obstacles, le rapproche des êtres primitifs, en le découronnant du pouvoir de volonté, qui est la marque des êtres supérieurs.

Mais il n'échappe cependant ni aux exigences ni aux devoirs de la vie contemporaine et cette faiblesse, en multipliant autour de lui les causes de désagrégation morale,



lui inspire une inquiétude, qui ne tarde pas à exercer sur le physique une répercussion, d'autant plus fâcheuse, que, n'étant point combattue, elle a vite fait de s'étendre, jusqu'à l'invasion complète.

Devenir maître de sa volonté

Tout, homme qui désire installer l'harmonie dans son existence, doit donc s'efforcer d'y introduire cet élément que Yoritomo nomme : "Le régulateur de la vie" et qui n'est autre que le calme.

Le Calme préside aux décisions, destinées à organiser l'équilibre entre les activités cérébrales et les conditions physiologiques, dont le but est de faire de celui qui veut devenir maître de sa volonté, un être sain d'esprit et de corps.

Ce but, plus vaste que les esprits légers ne seraient disposés à le penser est ainsi défini par le philosophe japonais :

"Être maître de sa volonté, c'est non seulement être maître de ses actes, mais c'est encore avoir le droit de se considérer comme l'arbitre de maintes volontés étrangères.

"C'est encore devenir l'agent actif des événements dont on provoque la survenue, à moins que le raisonnement ne conseille d'en retarder l'apparition ou d'en modifier les effets.

"Être maître de sa volonté, c'est détenir le pouvoir de l'inculquer aux autres, par la vertu des énergies psychiques, dont dispose celui qui sait vouloir.

"Mais, ajoute-t-il, comment est-ce possible de produire une telle intensité de contagion, si le corps est languissant et si des incommodités physiques viennent entraver le jeu des facultés mentales, dont dépend la volition ? "



Et, avec l'esprit de lucidité pratique qui le caractérise, Yoritomo rétorque d'avance les objections que certains idéalistes se plaisent à formuler.

Il faut se préoccuper davantage des conditions physiologiques de son existence

“Il est, dit-il, des philosophes qui font profession de dédaigner ce qu'ils appellent “les matérialités de l'existence” et se plaisent à conseiller de vivre uniquement sur les sommets.

“Ils entendent ainsi faire abstraction de tout ce qui n'est pas absolument mental ou spirituel et traitent le corps en objet méprisable, afin de se dédier intégralement aux choses de l'âme.

“Leur sentiment est, à coup sûr, très élevé ; mais cet enseignement est aussi néfaste que peut l'être toute doctrine, tendant à bouleverser l'ordre naturel des choses.

“Oui, il est beau de vivre sur les sommets, loin des vilénies qui grouillent en bas ; oui, il est souhaitable de ne respirer que l'air pur de la science et de la beauté morale.

“Mais pour parvenir à ces sommets, faut-il encore ne pas manquer de souffle et pour s'y maintenir, est-il aussi nécessaire de posséder des poumons aguerris au rude contact de l'air des hauteurs.

“Celui qui ne se préoccupe pas des conditions physiologiques de son existence, ne fera jamais qu'un piètre ascensionniste et devra s'arrêter avant d'être sorti des déniés de la vallée.

“Si, par extraordinaire, il parvenait au sommet, ce serait dans un tel état d'infériorité physique, que l'agression des intempéries le laisserait sans force de résistance et bientôt sans vie.”

Et il ajoute :



“Combien nombreux sont ceux qui, méprisant les exigences de leur corps, se mettent ainsi en route vers les sommets, sans vouloir se préoccuper des besoins matériels du voyage !

“Les routes sont jonchées des os blanchissants de ces idéalistes, que la faim, la fatigue ou l’hostilité des éléments, ont un jour couchés pour jamais sur le chemin des hauteurs qu’ils ne s’étaient point, préparés à escalader normalement.”

La qualité de la vie organique doit être l’objet d’une application assidue et raisonnée

Poursuivant sa comparaison, le sage Nippon conclut :

“L’accession des sommets n’est possible qu’à ceux dont les muscles répondent à l’effort qui leur est impérieusement demandé et dont les poumons sont assez sains pour supporter les surprises des brusques variations climatériques des cimes.

“Voilà pour quelles raisons tout homme, qui désire s’élever au-dessus de ses contemporains, doit prévenir les conséquences psychiques d’une infériorité corporelle et y parer de son mieux, en se préoccupant aussi bien du bon fonctionnement de sa vitalité corporelle que de celui qui se rattache à sa vitalité mentale.”

Maintenant Yoritomo abandonnant le style symbolique qui lui est familier, entre de plain-pied dans le domaine des matérialités qui sont, dit-il, les auxiliaires les plus efficaces des conquêtes morales.

Bien des siècles, avant que le mot “hygiène” ne fut en honneur il en préconisait en ces termes les vertus mal connues alors, mais que cependant il déclarait incontestables :

“Avant tout, assure-t-il, la qualité de la vie organique doit être l’objet d’une application assidue et raisonnée.



“Les soins assurant la conservation de la santé ne doivent point être regardés comme des préoccupations méprisables, puisqu’ils visent au maintien de l’énergie mentale, qui ne s’obtient que par le Calme, générateur de lucidité et de perspicacité.

Un bon sommeil est important pour avoir une bonne lucidité

Une des conditions nécessaires à l’établissement de cette lucidité est la régularité et la durée rationnelle du sommeil.

“Ceux qui sont visités par l’insomnie, sont mal disposés aux luttes plus ou moins vives, qui marquent les jours de chaque être humain : Luttes contre les choses ; luttes contre les hommes ; et, les plus pénibles de toutes, luttes contre soi-même et contre ses passions.

Est-il besoin, par le fait d’une négligence impardonnable, de grossir le chapitre de ces combats en y ajoutant la lutte contre une insomnie, que le mode de vivre a le plus souvent préparée ?

“Quelle résistance peut fournir celui que l’énervement des heures sans sommeil a déprimé autant que pourrait le faire la maladie ?

“De quelle lucidité peut faire preuve l’être qui, au cours des angoisses nocturnes, a subi le phénomène bien connu de déformation, qui grossit toutes les circonstances défavorables, sans laisser aux heureuses promesses le temps d’intervenir ?

“Qu’attendre d’une énergie entamée au cours de la nuit précédente, par le plus fastidieux de tous les combats : celui que l’on livre au démon de l’insomnie ?

“Quel effort peut produire un homme déprimé par la fatigue des nuits passées dans l’attente fiévreuse d’un repos, qui semble fuir devant les nervosités de l’impatience ?



“Celui qui au contraire, dort rationnellement pendant le temps dévolu au repos nocturne s’éveille dispos, lucide, l’esprit pacifié, le corps réconforté et se trouve heureux en reprenant sa tâche, au point où il l’a laissée la veille, de constater que ses possibilités se sont encore accrues et multipliées.

Le sommeil doit être prévu

“Mais, disent certains impulsifs, le sommeil est un bienfait dont tous les hommes ne bénéficient pas dans la même mesure et il en est vis-à-vis desquels il semble être particulièrement avare de ses faveurs.

“C’est là une erreur trop commune : La faculté de sommeil n’est pas le don enviable que l’on est trop disposé à considérer comme le partage de quelques privilégiés ; c’est un bien que chacun est appelé à posséder pour peu qu’il vénère les lois du calme et soit résolu à les observer.

“Dans les préoccupations se rapportant au souci du bon état mental, le sommeil doit être prévu, comme l’agent distributeur du bien-être physique, collaborant étroitement avec les conquêtes morales.

Quelques conseils pour avoir un bon sommeil

“On prendra donc soin d’en provoquer l’apparition par un exercice modéré, qui, selon les facilités accordées par les devoirs d’état, se résoudra par des promenades, ou des mouvements combinés pour entretenir l’élasticité des muscles et l’aisance des gestes, tout en procurant au corps la salutaire fatigue, invitée au repos nocturne.

“Autant qu’il sera possible, on séparera le temps dévolu au sommeil, de celui qu’on accorde au repas du soir, afin de laisser la digestion suivre son cours normal.

“On évitera l’alimentation trop substantielle, entraînant une difficulté trop considérable d’assimilation.



“On aspirera profondément et de façon rythmique, pendant au moins 2 ou 3 minutes, et ceci à 2 ou 3 reprises par jour, afin de maintenir le libre jeu des poumons.

“Si, malgré cette préparation, le sommeil tardait à venir, il s’agirait alors de faire appel au calme.

“Il n’est pas question ici de ce calme apparent qui se résout par le silence extérieur et n’exclut aucune agitation intime, mais du véritable calme, du Calme psychique, qui ne s’obtient qu’à l’aide de la volonté qui l’engendre.

“On s’étendra donc le plus commodément possible sur sa couche, après avoir pris plusieurs respirations profondes, et l’on s’efforcera à la formation de pensées riantes.

“En aucun cas, – et, serait-on sous le coup de la préoccupation la plus grande – on ne doit laisser les conceptions moroses envahir le cerveau.

“À mesure qu’elles se présentent, il est nécessaire de les rejeter.

“Si les événements qu’elles retracent étaient trop proches pour qu’il fut trop difficile d’en éluder le retour, il serait bon de se donner un thème de pensée, thème auquel on reviendrait inlassablement, dès que l’on aurait constaté l’invasion nouvelle du souci que l’on veut chasser.

“Pendant ce temps, on fera mentalement un appel au calme, et l’on se gardera bien d’en atténuer la vertu en se livrant à des mouvements, que l’on qualifie d’involontaires, mais qui, en réalité, n’ont d’autres effets que de satisfaire la nervosité en l’accroissant encore.

“En même temps que l’on imposera l’immobilité à son corps, on forcera le cerveau à repousser les attaques des soucis, et l’on reprendra aussitôt le thème que l’on s’est donné, en s’efforçant d’en varier les péripéties.

“Comme cet exercice est rarement de nature à surexciter l’intérêt, il ne maintient guère l’activité mentale,



qui, bientôt s'atténue, par le refus systématique d'alimentation.

“Peu à peu les idées s'embrument, tandis que le corps, condamné au calme, perd toute velléité de nervosité, et le sommeil vient, sur une impression qui, si elle n'est pas tout à fait riante, se trouve, à tout le moins, dépouillée d'angoisse.”

Le rôle du calme en tant que régulateur de la vie

Encore, longuement Yoritomo insiste sur le rôle du Calme, en tant que régulateur de la vie.

Il nous le montre, intéressant toutes les circonstances de l'existence quotidienne.

Il nous décrit l'état enviable de celui qui, ayant su maîtriser ses impulsivités, vit harmonieusement, au sein d'une famille que l'esprit perspicace de son chef préserve des heurts dont tant d'autres ne peuvent éviter les meurtrissures.

Il insiste sur la supériorité de l'homme politique, dont les nervosités abolies, font place à la lucidité que le calme instaure dans les âmes, en laissant, à la réflexion toute latitude, pour l'élaboration des grandes conceptions, concourant au bonheur universel.

Il nous fait voir l'homme d'action, exécutant sans hésitation, des plans que le calme lui a permis de concevoir dans la sérénité de l'esprit et qu'il lui est donné de méditer fructueusement ensuite, avant de les réaliser victorieusement.

“Lorsque tous les points faibles sont admis, dit-il, que toutes les résistances sont prévues et toutes les difficultés pressenties, il ne peut, en fait de hasard, se produire quoi que ce soit d'irréparable.”



“Celui qui a le pouvoir de contrôler ses impulsions émotionnelles, au point de n’en rien laisser paraître, emmagasine, par le fait de cette abstention, une force, qui s’épand en lui comme une bienfaitante coulée.

“Celui qui sait retenir les paroles inutiles, celui qui peut contenir toute exclamation, tout geste vain, augmente la réserve d’énergie, dont il aura tôt ou tard le judicieux emploi.

“C’est en observant ces principes, qu’il parviendra à conserver ses impressions intimes dans toute leur fraîcheur, en les préservant des contacts vulgaires, qui sont pour les impulsifs des sources de contagion regrettable.

“Le régulateur de la vie, en intensifiant sa puissance de contrôle personnel, opérera mécaniquement en lui une inconsciente détente ; l’animalité qui dort en chaque être se trouvera par lui jugulée et, pour lui, ainsi que pour ses proches, la vie s’écoulera comme un fleuve majestueux et rapide ou comme un ruisseau tranquille, dont le murmure ne couvre pas le chaut des oiseaux d’alentour.”



Onzième Leçon : Les formes supérieures du calme

“Aucun homme, dit Yoritomo, n’est parvenu à la réalisation de ses plans d’avenir, s’il n’a su concentrer son attention et accumuler toutes ses énergies vers un centre, d’où partent, comme autant de projections, les résolutions fécondes et les efforts qui en sont les commentaires.

Cultiver le calme dans ses formes supérieures

“Pour obtenir la lucidité du raisonnement et la perspicacité, sans lesquelles rien de durable ne peut être accompli, l’intervention du calme est absolument inévitable.

“Tous ceux dont la carrière brillante ou utile fait l’admiration générale ont été des adeptes du Calme.

“Quelles que soient les manifestations de leur puissance, si bruyantes qu’elles puissent paraître, on peut assurer, si elles ont produit le résultat désiré, qu’elles sont le fruit de décisions conçues dans la sérénité d’une âme, pacifiée par le Calme, au point de lui laisser entrevoir, non seulement l’esprit du plan général, mais encore la nature des moyens propres à en assurer l’accomplissement.”

Le vieux philosophe nous apprend ensuite que les hommes, parvenus à ce degré de maîtrise de soi, qui implique aussi celle des circonstances, sont ceux qui ne se contentent point d’apprécier le calme dans sa forme banale, mais se plaisent à le cultiver dans ses formes supérieures.

Elles sont nombreuses et quelques-unes peu accessibles à tous.

Nous mentionnerons seulement celles dont l’observance n’est point en désaccord avec les exigences de la vie contemporaine.



En tête de toutes, le Shogun préconise ce qu'il nomme :

La contrainte personnelle au silence.

Puis, viennent ensuite :

L'isolement psychique,

L'appel au calme,

L'absorption des énergies éparses,

La concentration au premier degré.

La contrainte personnelle au silence

“La contrainte personnelle au silence, dit Yoritomo, représente des minutes, dont le nombre est subordonné aux impérieux devoirs de la vie quotidienne, d'abord, puis encore au temps écoulé depuis la première période de l'initiation.

“Cette contrainte perd son nom lorsqu'elle est pratiquée par un adepte fervent, pour lequel l'état de calme devient une possession et non une aspiration.

“Cependant nul ne doit se dérober à cette obligation.

“Il n'est aucun travail assez absorbant, aucun devoir d'état assez exigeant, pour exclure la possibilité d'une heure quotidienne de silence intégral.

“Cette heure peut être divisée en 2 ou 3 parties, si le cours des obligations familiales exige qu'il en soit ainsi ; mais elle doit être inscrite sur le programme de tout aspirant au calme.

“Et, dans le cas où une impérieuse nécessité le forcerait à rompre ce pacte, il devrait, après avoir sincèrement examiné les raisons de cette inobservance, remplacer, le jour suivant, le temps soustrait la veille à l'exercice quotidien.”



Remarquons que si le mot de “contrainte personnelle” est prononcé à propos de ce mutisme, c’est qu’il doit être voulu, organisé, par l’adepte lui-même, en dépit de toutes les circonstances qui sembleraient s’y opposer.

Yoritomo insiste pour nous avertir qu’on n’a aucun mérite à garder le silence au cours d’une besogne qui sollicite toute notre attention.

Il fait encore observer qu’on ne peut regarder comme une contrainte personnelle le mutisme de la solitude.

Celui qu’il recommande représente une abstention voulue, au cours de laquelle on maintient en soi la force de résistance, en capitalisant les énergies, qu’une conversation oiseuse éparpille inutilement.

“Cette habitude quotidienne, dit-il, confère le pouvoir de se garder des répliques inconsidérées, que l’on regrette d’avoir proférées et qui, parfois, deviennent une cause de trouble et de complications.

“Elle a enfin l’incalculable avantage de ne pas provoquer les entretiens, empreints de banalité ou de sottise, dont la répétition n’est qu’une dépense inutile d’activité cérébrale, et, le plus souvent, la source d’un progressif amoindrissement mental, car la contagion de la médiocrité est pernicieuse.”

L’isolement psychique

Maintenant il nous initie aux avantages de l’isolement.

“L’Isolement, dit-il, consiste dans la recherche d’une solitude volontaire, au cours de laquelle on s’efforcera de se soustraire à toute pensée, qui ne serait pas la volonté expresse de maintenir en soi l’éloignement de toute impression ou de toute perception, étrangères au but de l’exercice. Car l’isolement mental doit être aussi complet que l’isolement physique.



“On s’appliquera donc à chasser toute représentation mentale, qui tendrait à se greffer sur l’idée qui doit être unique.

“Si les bruits du dehors parviennent aux oreilles, on s’efforcera de n’y attacher aucun sens, afin de ne pas déterminer la nature de ce bruit.

“Dans le cas où, mécaniquement, le phénomène de la perception amènerait au cerveau l’image de l’objet, producteur de cet assemblage de sons, on s’empresserait de l’en éloigner, afin de ne point laisser se former la chaîne des transmissions de pensées, dont la foule viendrait très vite attenter à l’intégralité de l’isolement mental.

“Dès que l’immobilité corporelle est acquise et que le cerveau s’est débarrassé de toute idée parasite, on entre dans la période où l’appel au calme risque d’être entendu par le subconscient.

“Tout mouvement étant supprimé et le cours des pensées raréfié, autant qu’il a été possible de le faire, on s’applique à préserver la stabilité mentale, en la renforçant par des affirmations émises à haute voix : “On respirera profondément et l’on dira :

“Je capte la sérénité ambiante et je charge de calme puissance le courant mental qui m’incite aux impulsivités.

“Puis on s’efforcera de voir le résultat annoncé.

“On s’imaginera captant la sérénité ambiante, à laquelle on prêtera une apparence matérielle et l’on se retracera le tableau de sa propre lutte avec l’impulsivité.

L’appel au calme

“Lorsqu’on sera complètement imprégné de cette vision intérieure, il sera temps d’en affirmer la vitalité en disant :



“Le calme a répondu à mon appel ; il emplit mes réserves mentales.

“L’exercice se prolongera ou s’écourtera, suivant la rigueur mentale et la force de suggestion du sujet.”

Cependant, ainsi que tous les professeurs d’énergie, Yoritomo prescrit en ne point attendre pour le rompre, le moment où la fatigue se produira.

Dans les débuts de l’initiation, il recommande, au contraire, de cesser, dès que la montée d’énergie dégénère en indolence, ou, qui pis est, en enthousiasme trop marqué, ce qui, dans l’un ou l’autre cas, peut être considéré comme une faillite du calme.

Le Shogun nous entraîne ensuite vers des cimes plus élevées : il nous montre les formes vraiment supérieures du calme, qui, sans cependant toucher à l’ésotérisme, effleurent les limites de ce domaine.

L’absorption des énergies éparses

Il nous parle de l’absorption des énergies éparses.

“Il est certain, dit-il, que nous sommes entourés de forces que nous connaissons mal, mais que, cependant, il nous est possible de subjuguier, par la vertu de notre énergie, agissant sur cette conscience obscure, que chacun porte en soi, et qui obéit aux injonctions clairement exprimées, énoncées avec insistance et marquées d’une grande intensité de vouloir.”

Cette conscience obscure, dont parle le Shogun, est connue dans la néo-psychologie sous le nom de Subconscient, et fut depuis la plus lointaine antiquité, considérée comme une intelligence rudimentaire, confinant en même temps à l’inconscient et au Préconscient.

Le Subconscient est capable d’agglomérer certaines données ensevelies dans la partie inconsciente qui le



compose et cette mémoire lui confère des qualités de préconscience, qui lui ont fait mériter aussi le nom de Préconscient.

Mais, dans le cas d'absorption des énergies éparses, c'est seulement l'Inconscient qui est sollicité.

“La conscience obscure, dit le Shogun, doit être considérée comme un serviteur dévoué, mais borné, qui obéit aveuglément aux ordres de son maître, pourvu que ces ordres lui soient intimés d'une façon limpide, intelligible, dénuée de rhétorique et empreinte d'une insistance, qui ne craint pas les répétitions.

“Celui qui désire cultiver cette forme supérieure du calme, qui est l'absorption des énergies éparses, devra, dit Yoritomo, après avoir parcouru le stade de la contrainte au silence, celui de l'isolement, ainsi que celui de l'appel au calme, se recueillir en rassemblant ses facultés voliques, qu'il ramènera toutes dans un centre, en se retraçant par l'imagination un cercle étroit, hors duquel toute expansion leur est interdite.

“Comme dans la phase de l'appel au calme, il se représentera cet acte, sous une forme pondérable.

“Il tracera le cercle dans sa vision intérieure, il y introduira les forces voliques, dont il matérialisera l'aspect et les y maintiendra captives, par la vertu de son vouloir.

“Ceci fait, il prendra quelques respirations profondes et dira lentement :

“J'absorbe les énergies éparses dans l'atmosphère, je les incorpore et je les fixe à jamais dans le cercle étroit de ma volonté.

“Puis après un temps de recueillement, pendant lequel sa pensée n'a pas dû dévier un instant il dira :

“J'ai absorbé les énergies éparses et je possède en même temps le calme de la force et la force du calme.



“Il redira cette invocation, aussi longtemps qu’il sentira croître en lui la volonté, en observant cependant ce qui a été dit au sujet de l’appel au calme, c’est-à-dire en s’interrompant au premier signe de fatigue ou d’exaltation.”

La concentration au premier degré

Maintenant, toujours d’après notre millénaire auteur, nous allons citer la plus parfaite forme du Calme, tout en nous arrêtant à la suite du philosophe, au seuil de l’hypnose, que nous ne franchirons pas.

Nous allons donc décrire la concentration en nous en tenant au premier degré de cet état, et nous préoccupant seulement de la conquête du Calme par ce moyen, qui est le plus certain, pour parvenir à la stabilisation mentale.

“La concentration au premier degré, dit le sage Nippon, est le procédé le mieux prisé par les disciples de la volonté qui veulent instaurer définitivement le Calme en eux.

“Il y a lieu, tout d’abord, de procéder par l’Isolement, c’est-à-dire la solitude matérielle et mentale complètes.

“Après la période d’absorption des énergies et lorsque l’appel au calme aura été entendu, on fixera sa pensée sur un objet déterminé à l’avance et on l’y maintiendra, en la libérant de toute pensée incidente. S’il s’en présentait, on s’empresserait de les chasser ou de les rattacher à l’objet de la contemplation.

“Dans le cas où elles y seraient totalement étrangères, on devrait les repousser et reprendre la contemplation, disant mentalement :

“Je concentre ma pensée sur tel objet (on le nomme).

“Je rejette toute pensée dérogatoire.

“J’accapare toutes celles qui peuvent se rapporter à l’objet.



“Si la volonté est fermement maintenue, il se produira un phénomène, qui, plus tard, deviendra familier.

“Le sujet sur lequel on concentre son attention apparaîtra alors dans l’imagination, comme un objet solitaire exposé dans un temple vide.

“Toute pensée dérogatoire, toute apparition dérivative s’estomperont si bien, qu’elles ne solliciteraient même plus l’imagination.

“La répétition de cet exercice est une des meilleures méthodes pour obtenir la formation instantanée du calme.

“Celui qui s’est familiarisé avec l’exercice de la concentration peut, la pratiquer, chaque fois qu’elle lui semble opportune ; la solitude matérielle ne lui est même plus nécessaire. Il peut, se concentrer intégralement au milieu des conversations, des interpellations et des discussions, dont il n’a la répercussion que s’il le juge à propos.

“Comprend-on bien, conclut le Shogun, de quel poids peut être une pareille puissance dans la vie pratique et dans l’avenir d’un homme, qui s’est promis de devenir un maître ?

“Méprisant le bruit des agitations qui viennent se briser autour de lui, comme autant de flots inutilement grondeurs, il se dresse, dans toute la supériorité que lui confère sa nette vision des choses et prend, en toute sécurité, des décisions, toujours marquées au coin de la justice, de la vérité, de l’ampleur des vues et de l’amour du progrès.”



Douzième Leçon : Vers l'impassibilité

Les animaux, dit une vieille fable nipponne, s'étaient un jour rassemblés dans une clairière entourée de bambous géants et y tenait conseil.

Il s'agissait de se mettre à l'abri des poursuites d'un terrible ennemi : celui qu'ils appelaient le redoutable Daïmo, un lion de fort belle taille qui avait élu domicile dans les environs et, toutes les nuits, choisissait une proie parmi l'un d'eux.

Rester impassible devant un danger

Ainsi qu'il en advient dans toutes les assemblées consultatives, aussi bien dans celles des hommes que dans celles de leurs frères inférieurs, les avis s'entrechoquaient, s'entremêlaient dans l'air et y tourbillonnaient inutilement, comme autant de feuilles détachées des arbres et entraînées par un vent d'orage, dans une course parfaitement vaine.

Les bravades éclataient comme autant de fanfares, exécutées par des instruments fêlés.

Sous le voile d'avis prudents, les couardises s'étaient sans vergogne.

Quelques conseillers, plus sincères, préconisaient, une fuite prompte, sans se préoccuper des moyens de la réaliser.

Et la discussion commençait à s'envenimer, lorsque tout, à coup, la voix et les gestes de chacun se figèrent.

Les bambous, avec un large bruissement, s'étaient divisés pour laisser passer une pesante masse : dans l'interstice, la face triangulaire du roi des animaux se montra, féroce et féline à la fois.

Puis il s'immobilisa, semblant rechercher la proie qui allait faire le sujet de son élection.



Alors les animaux se prirent à gémir tout bas :

– Hélas ! vagissait un agneau, je suis si jeune et si tendre, c'est certainement sur moi qu'il va jeter son dévolu.

– Moi, disait un ânon, je voudrais braire pour lui faire peur. Et il se cachait derrière sa mère.

Le cheval, sentant son impuissance, tremblait à la fois d'humiliation et d'horreur.

Et tous étaient éperdus.

Les uns couraient à tort et à travers, les autres étaient paralysés par la frayeur. Une biche pleurait doucement...

Seul, un vieux bélier était resté impassible, aussi bien pendant le conciliabule au cours duquel il avait semblé n'entendre aucune réflexion et n'avait répondu à aucune question, que depuis la terrifiante apparition dont il paraissait même n'avoir point connaissance.

La récompense à l'impassibilité

Cependant, le lion se dégageait lentement des bambous et l'épouvante hérissait toutes les toisons. Alors, au milieu du silence, le vieux bélier parla :

– Daïmo, dit-il en s'adressant au lion, puissant Daïmo, nous reconnaissons ta royauté et chacun de nous est prêt à payer de sa vie l'honneur de contribuer à l'impôt le plus tragique, qu'aucun monarque ait jamais institué.

“Nous attendons, pour l'obéir sans résistance, que tu veuilles bien exprimer ton choix par un de ces rugissements, qui, bien mieux que tes actes, attestent ta formidable supériorité sur nous tous.”

Flatté dans sa vanité, le lion ne se fit pas prier et, fixant un jeune agneau, il secoua sa crinière en poussant un rugissement qui fit trembler les échos d'alentour.



– On voit bien que tu es notre maître à tous, Seigneur, reprit le bélier.

Condescendant et heureux de se voir aussi basement adulé, le lion voulut se montrer bon prince, et, se campant sur ses formidables pattes, il renversa la tête en faisant entendre à nouveau le rauque tonnerre de sa voix.

Puis, certain de ne point rencontrer de résistance, il se dirigea majestueusement vers un des agneaux.

Mais il n’alla pas loin, car une flèche adroitement lancée vint transpercer un de ses yeux.

Bientôt, une grêle de ces projectiles ailés s’abattit sur son corps pantelant, et 2 chasseurs apparurent près de sa dépouille, tandis que les animaux libérés entouraient, le vieux bélier, qui, doctement les haranguait :

– Rien, disait-il, rien ne sert de délibérer ni de s’agiter d’une façon stérile, en se répandant en oiseux discours. Celui qui est menacé d’un danger, de quelque nature qu’il soit, doit rester impassible, en concentrant ses facultés sur le moyen le plus certain de s’y soustraire.

“Je savais (comme vous du reste) que des chasseurs, depuis bien des nuits veillaient dans les environs, à l’affût de l’ennemi qui nous est commun.

“Il était hors de doute qu’en eux seulement devait se placer notre espoir.

“Nos moyens de défense naturels sont trop faibles pour être, contre le Daïmo des animaux, d’une protection efficace.

“Il était donc nécessaire d’appeler à notre secours les ressources que les hommes ont inventées, pour se débarrasser de ceux dont ils veulent supprimer l’existence.

“Pendant que vous vous agitiez puérilement et inutilement, je suis resté impassible et j’ai réfléchi.



“J’ai pensé que le meilleur moyen de nous préserver était d’obtenir la collaboration des humains.

“Il fallait donc les aviser, par un signe certain de la présence de l’animal dont ils avaient comploté la mort, et, en même temps, leur indiquer la direction qu’ils devaient prendre pour le rencontrer.

“Après avoir longtemps médité, j’ai résolu de provoquer ces rugissements révélateurs.

“Mais là gisait la difficulté, car c’est surtout sous l’empire de l’irritation, que le lion fait vibrer les échos ; or sa colère eut été la perte de plusieurs d’entre nous ; il fallait donc faire naître un autre motif.

“La réflexion me l’a suggéré :

“J’ai pris le lion par la vanité.”

Et le conteur millénaire qui relate cette fable, véritable cours de volonté calme, génératrice d’observation aiguisée, ajoute ce trait piquant :

“Il est bon de dire que ce bélier, depuis bien des changements de lune, était devenu trop vieux pour mener la vie de ses pareils et qu’il vivait surtout dans la société des hommes.”

Le calme permet de préparer sa défense

À peine serait-il nécessaire d’indiquer la morale de ce conte, s’il ne donnait matière à des commentaires aussi nombreux que variés, tendant tous à rendre limpides les états d’âme qui doivent animer celui qui, par la vertu du Calme, se trouve nanti d’une formidable puissance mentale.

En effet, là où tout semble devoir échouer, la force du Calme triomphe, comme dans le conte 10 fois centenaire qui vient d’être reproduit.



Là où toute agitation est stérile, l'impassibilité devient féconde, car elle laisse à l'esprit pacifié la possibilité d'isolement, sans laquelle aucune résolution ne peut mûrir.

Elle donne à l'âme apaisée l'énergie de se concentrer sur un seul point, en faisant abstraction des contingences oiseuses.

Elle remplit alors largement son rôle d'accumulatrice de forces, car, non seulement elle centralise toutes celles dont le sujet peut être détenteur, mais elle les intensifie et les épure.

Par ce dernier mot, il faut entendre qu'elle les préserve de toute altération qui serait de nature à en entacher la qualité.

Elle situe les émotions à l'étiage qui leur est propre sans les laisser empiéter sur la place qui leur est concédée.

En les circonscrivant ainsi, elle évite la contagion, toujours à redouter pour les âmes, dont les étals affectifs, s'ils n'étaient sévèrement contenus, tendraient à devenir hostiles à l'exercice du ferme vouloir.

En évitant le gaspillage des efforts, le Calme, sous sa forme supérieure d'impassibilité, devient encore un véritable réservoir d'énergie mentale.

Les sensations représentatives n'étant plus, du fait de l'isolement mental, influencées par les émotions extérieures, conservent un caractère de sincérité, qui va jusqu'à l'intégrité de l'impression.

Libérées de la tendance à la déformation qui est l'ennemie redoutable des bavards et des exaltés, elles apparaissent dénuées de toute altération.

C'est alors, sans nulle complaisance dangereuse, que l'on considère le sujet de la réflexion et les conséquences qui l'entourent.



On ne le pare d'aucune auréole trompeuse, mais on évite de le placer sous un jour, nettement défavorable, en l'assombrissant par des craintes puériles ou des appréhensions, dues seulement à l'intervention de nervosités insuffisamment combattues.

Il se peut cependant que, ainsi que dans le conte précédent, l'angoisse soit légitime et particulièrement justifiée.

C'est à ce moment que l'appel au Calme doit devenir plus instant encore.

Il est toujours dangereux de considérer légèrement la menace d'un événement fâcheux.

C'est en la négligeant, tant qu'elle demeure à l'état latent, qu'on lui donne la latitude de prendre corps et de se transformer en fait.

Dès le premier avertissement, il est donc essentiel de la contempler en face, sans chercher à en atténuer ni à en grossir les effets éventuels, afin de pouvoir, en toute connaissance de cause, préparer sa défense.

Il se peut, cependant, qu'elle soit d'une nature telle, que sa réalisation devienne imminente.

C'est dans ce dernier cas que les esprits superficiels s'affolent.

Comme les animaux du conte, ils émettent des avis, dont ils sont les premiers à reconnaître secrètement toute l'inanité.

Les uns affichent une outrecuidance qui, sous le coup du plus léger incident, se dilue, telle une bulle irisée sous le coup d'ongle d'un enfant.

Il en est qui se grisent eux-mêmes de leurs paroles et parviennent à former en eux une conviction, qui, pour être artificielle, n'en devient pas moins un élément néfaste ; car elle barre la route au judicieux raisonnement et laisse ces



invalides de la volonté, sans défense, contre une attaque, dont ils se sont refusés à prévoir aussi bien la nature que les conséquences.

D'autres marquent une pusillanimité qui les déprime, au point de leur interdire toute velléité de réaction opportune.

Quelques-uns se laissent intimider par la feinte assurance de leurs adversaires, et, sans s'en apercevoir, découvrent le défaut de l'armure, dont ils s'étaient bien inutilement recouverts.

Enfin, certains d'entre eux, abdiquent, ainsi que le lion, leurs possibilités, voire même leur certitude de réussite, en faveur d'une vanité, qui les aveugle au point de ne leur point laisser deviner l'apparence du piège, dans lequel on les attire.

La fermeté d'un disciple du calme

Seul, le disciple du Calme échappe à l'investiture de ces sentiments de mauvais aloi.

Dédaignant le mirage, vers lequel se hâte la foule des exaltés, se révoltant contre le tacite aveu d'impuissance, qui régit le faux calme des fatalistes, se gardant des impulsivités stériles, se révoltant contre une acceptation.

Entachée de poltronnerie, il se dresse, impassible et muet, mais cependant prêt à toute parole et à toute action propices, devant le danger qu'il contemple face à face.

Il ne pâlit pas, il ne tremble pas, il ne le brave pas : il le considère avec un front placide, fidèle reflet de l'apaisement que la volonté instaure en lui.

“L'Impassibilité, dit Yoritomo est la traduction d'un état privilégié de l'âme, oubliant les choses extérieures et dédaignant de se laisser troubler par les perceptions matérielles, afin de mieux lire en soi, sans être importunée



par les sons ou les visions, qui pourraient la distraire de cette étude.

“Ce que l’on n’a jamais mentionné avec assez d’insistance, c’est le rôle éminemment actif de cette immobilité matérielle, qui comporte, lorsqu’il est poussé à son point de perfection, un intensif labeur moral.

“C’est derrière le mur de l’Impassibilité que s’élaborent les grandes résolutions.

“C’est à l’abri de l’Impassibilité qu’elles s’épanouissent, toutes prêtes à se transformer en actes.

“C’est, enfin, l’Impassibilité, expression supérieure de la Force dans le Calme, qui confère aux humains ce privilège quasi-divin dont, il est parlé dans le *Zietu-go Kyu*, à la page où il est dit :

“Un dieu lui-même, ne peut transformer en défaite la victoire de l’homme sur lui-même.”



Références

(1) L'énergie en 12 leçons, Éditions Nilsson.

(2) Conseiller d'État.

(3) Suicide par événement.

(4) Seigneur.

©2007, www.archimagie.com pour la mise à jour et la présentation de cette édition spéciale.

Tous droits réservés pour tous pays.