

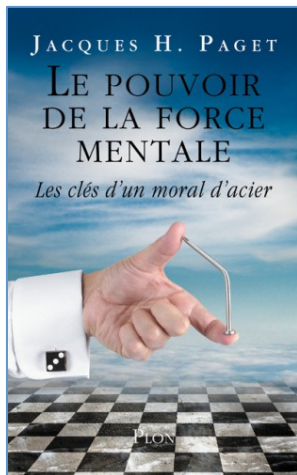
« Le pouvoir de la force mentale » : Interview de Jacques H. Paget

04 OCTOBRE 2013 | Mediapart PAR [LE BLOG DES ASSOCIÉS PAR YANNICK ET HÉLÈNE](#)

Yannick Commenge et Hélène Loublier

Je reviens sur votre ouvrage « le pouvoir de la force mentale » qui j'avoue m'a accompagné tout l'été. J'aimerais savoir d'abord ce qui a poussé un expert en négociation et un conférencier international à écrire un ouvrage sur ce pouvoir qu'on donne à notre pensée ?

Merci tout d'abord pour l'intérêt que vous manifestez pour mon livre dont je suis content d'apprendre qu'il vous tient compagnie, l'ayant un peu écrit dans ce but. Le Pouvoir de la Force Mentale est le prolongement de mon premier ouvrage le Pouvoir de l'Illusion sur les méthodes particulières de l'illusionnisme appliquées à la négociation. On ne peut appliquer parfaitement les techniques expliquées dans mon premier livre, si l'on ne dispose pas de la bonne tournure d'esprit et d'une certaine force de résistance à tout ce qui pourrait venir nous perturber dans une situation importante et donc stressante. De surcroît, et plus largement, il se trouve que nous traversons une période d'intenses difficultés, liées aux circonstances économiques et politiques actuelles, qui fragilisent tous les citoyens que nous sommes. Ayant découvert des principes puissants de résistance aux différentes pressions dans des situations délicates en étudiant l'illusionnisme de haut niveau, il m'a semblé possible, grâce à la confiance de Muriel Beyer directrice des Editions Plon, d'accomplir un geste citoyen en rédigeant ce livre pour les transmettre à tous ceux qui pourraient en avoir besoin. (chômeurs, personnes en difficulté, personnes seules, divorcées, en recherche d'emploi, isolées, inquiètes, craintives etc..)



Le monde de l'illusionnisme est un univers secret recelant des connaissances essentielles émanant de personnages hors du commun. Le hasard et la chance (qui comptent parmi mes meilleurs amis) ont fait que j'ai pu être accepté et initié au plus haut niveau dans ce domaine. Durant des années j'ai étudié cet univers et ses principes et en ai fait bénéficier le monde des chefs d'entreprises, essentiellement français, pour l'obtention de marchés et l'augmentation de leurs résultats. Ce fut pour moi un modeste moyen d'apporter mon appui au développement de notre pays à l'avantage de ceux qui y vivent. Les difficiles circonstances actuelles m'ont conduit à penser que ces principes, terriblement efficaces en de nombreuses circonstances, peuvent être utiles et nécessaires à un grand nombre de personnes pour continuer à trouver le bonheur de vivre et le plaisir d'exister. Car le moral des français est au plus bas (il y a de bonnes raisons pour cela) et il n'est pas facile de rester optimiste et positif dans un tel contexte. L'illusionnisme et le savoir qui en découle n'étant pas encore enseigné dans aucun cursus universitaire ou scolaire il importe à mon avis d'en faire bénéficier tous ceux qui peuvent en profiter. (Je reçois à l'instant un message de remerciement et de félicitation d'une lectrice québécoise. Cela semble bien confirmer l'adéquation du sujet avec le ressenti actuel face aux incertitudes)

Quelles sont pour vous les expériences majeures qui vous ont permis d'avoir ce mental dit d'acier qu'on rêve tous d'avoir et qui ouvre tant de perspective ?

Deux types d'expériences : 1°- L'exercice et la pratique de l'illusionnisme et du mentalisme de manière professionnelle (c'est à dire de manière à pouvoir gagner de l'argent et de vivre grâce à cela) à une époque où personne ne croyait en un tel métier (années 1980-90). Ce serait beaucoup moins difficile aujourd'hui de démarrer dans cette activité beaucoup de chemins ayant été défrichés par votre serviteur. 2°- le fait d'avoir tout perdu à une période de ma vie (argent appartement famille métier amis relations et vivant dans la rue sans aucun moyen d'existence) et d'avoir dû tout reconstruire rapidement à partir de rien. Ce sont deux périodes et deux modes de vies qui vous font réellement acquérir une force mentale. Sans cela vous ne vous en relevez pas.

Le mental d'acier n'est-il pas une prise de recul sur les événements qui permet d'agir plus froidement, sans avoir un bouillonnement passionnel qui pourrait mener à l'échec ?

Ce n'est pas que cela... L'objectivité sur des événements en est un des caractères mais pas seulement... Il y a surtout l'absolue certitude de son destin et son acceptation sans aucune forme de vanité, de prétention ou de déception et de fatalisme... tout devient moins difficile lorsque vous comprenez que vous devez devenir ce que vous êtes que cela vous plaise ou non. Et sans vous jugez ni jugez l'existence de ceux qui vivent autour de vous. chaque étape de la vie est alors compris comme devant être impérativement vécu sans regrets ni remords. Bâtissons ce que nous pouvons avec les éléments que la vie nous offre sans nous préoccuper de l'opinion d'autrui mais en admettant que les autres aient d'autres manières de vivre que soi-moi-même.

Quelle serait selon vous la méthode simple pour construire cette musculature cérébrale ? si en quelques mots vous nous montriez la voie ? Sachant que tout est dans l'ouvrage et en nous-mêmes ?

Beaucoup de la réponse est effectivement écrite dans le livre...Toutefois il est possible d'ajouter une idée : Ce qui nous affaiblit sur le plan mental provient presque toujours d'une extrapolation sur l'avenir que l'on envisage toujours du côté noir plutôt que du côté blanc... Cela par le fait que pensons être seuls et que si les autres sont dans le même état d'esprit que nous il n'y a peu de chance pour qu'ils puissent ou veuillent nous aider... il faut pour changer et retrouver cette force mentale constater et avoir la preuve que cela n'est pas tout à fait vrai...

Cela peut s'acquérir par l'exercice pratique suivant : alors que tout va bien pour vous, que vous êtes en vacances qu'il fait beau et que rien en semble pouvoir vous atteindre mettez vous en danger relatif. Par exemple partez vous promener seul sans argent ni tel mobile à pied dans une région inconnu ou étrangère; après plusieurs heures et kilomètres tentez de rentrer chez vos amis ou à votre hôtel alors que vous n'avez aucun moyen d'y parvenir par vous même... Vous allez devoir développer une forme de "survie" en trouvant le contact avec de gens que vous ne connaissez pas, surmonter vos peurs et vos appréhensions pour parvenir à revenir sain et sauf. ce n'est pas de rentrer qui est important c'est le fait que vous allez vous faire peur et constater que ce qui vous fait peur n'est qu'en vous même et pas autour de vous...vous allez vous dépasser en constatant que la vie n'est pas aussi inquiétante que vous l'imaginez et que les autres sont plus gentils et positifs que ne pourrait

le croire...bien sur il faut rester vigilant car certains peuvent nous vouloir du mal mais cela apprend précisément à distinguer le bon du mauvais et à se protéger sans être dans la naïveté ou la crédulité.

L'école de la vie est le meilleur apprentissage et si nous sommes si faibles mentalement aujourd'hui cela vient de ce que nous voulons sans cesse être protégé et que cela ne nous apprend rien...

Peut on imaginer que si on peut muscler une cérébralité au niveau personnel on peut également trouver des éléments qui puisse travailler sur les masses ? à savoir ce qui touche indirectement à l'inconscient collectif ? Peut-on travailler la cérébralité de masse ?

Votre question conduit logiquement au plan politique (le politique étant ce qui concerne le collectif et non plus l'individuel) : un chef politique quel qu'il soit se doit d'avoir une force mentale hors du commun pour qu'elle influe sur l'état d'esprit général d'un groupe d'une entreprise ou d'un pays. Notre pays, et pas seulement le notre, est touché par une déprime provenant en partie du ressenti que nous ne sommes pas dirigés, et que le pays n'est pas conduit par des hommes et des femmes d'une grande forme mentale(ni morale d'ailleurs). Ce qui se caractérise et s'observe dans le manque de cohérence des décisions, de l'entente entre membres d'un même gouvernement, et de modifications de décisions passant d'un extrême à un autre. Cette confusion de la pensée politique a une influence énorme sur le mental des citoyens que nous sommes. Un chef ne le devient que par ce qu'il montre qu'il n'a pas peur et qu'il ne tremble pas. Dès lors, toutes les âmes qu'il gouverne peuvent changer d'état d'esprit et retrouver une confiance dans l'avenir et une raison d'exister. Ce n'est pas en répétant à tue tête que l'on va inverser une courbe du chômage que l'on va la modifier. Où alors dans le sens inverse de celui prévu.

Ce n'est pas cela la force mentale. Cela consiste à avoir le courage de renoncer à vouloir être populaire (ne pas s'occuper de sa courbe de popularité) et adopter les mesures pour que l'embauche soit plus simple plus rapide et plus efficace. Même si certaines mesures s'avéraient être un abandon d'un certain confort et de certains avantages, les citoyens que nous sommes pourraient le comprendre et l'admettre si cela était fait dans un état d'esprit démontrant une force mentale. Et si une bonne manière de le communiquer nous ferait comprendre que cela ne serait que temporaire, le temps que la situation s'améliore, pour revenir par la suite à une situation plus confortable. Mais il est clair que nous en sommes loin et que c'est précisément le constat de ce manque de force mentale qui développe ce qui nous affaiblit : l'inquiétude.