

## LA FIN ET LES MOYENS

(End-gaining and means-whereby, publié après-guerre dans  
The Saturday Review of Literature)

par Aldous HUXLEY

Prêcher est une des professions les plus importantes et un des passe-temps les plus répandus. Peut-être un dixième de l'entière race humaine passe tout ou partie de son temps à dire aux autres neuf-dixièmes quelles fins ils devraient poursuivre, et comment ils devraient agir, penser et sentir, afin de plaire à Dieu, ou demeurer en bonne santé, se débrouiller dans la vie, et promouvoir le bien être de la communauté. Quelques uns de ces avis sont pernicieux, c'est sûr; mais la plupart d'entre eux sont assez sensés, et une partie non négligeable d'entre eux est en accord avec l'idéalisme religieux et moral le plus élevé.

Quel est l'effet de toute cette éducation, d'abord sur ceux qui sont prêchés, et ensuite sur ceux qui prêchent ? Les gros titres des journaux fournissent une réponse terriblement déprimante à la première question. La réponse à la seconde est à peine moins décevante ; car si nous lisons les biographies des idéalistes décédés, si nous faisons la connaissance d'assez près de ceux qui sont le plus activement engagés à dire ce qu'on devrait faire pour être sauvé, physiquement, moralement, politiquement, et spirituellement, nous trouverions qu'un très grand nombre de prêcheurs ne pratiquent pas ce qu'ils prêchent. Nous rencontrerons des philosophes dont la vie est désespérément irrationnelle et mesquine ; des chefs religieux à la merci de leurs passions et de leurs préjugés ; des médecins ignorant leurs propres règles de santé et vivant dans un corps chroniquement malade ; des politiciens dont la conduite dans les affaires de l'Etat est franchement criminelle ; des éducateurs professionnels se conduisant avec vanité et bêtise. On reconnaît l'arbre à ses fruits, et une étude des fruits de la prêcherie montre à l'évidence que quelque chose ne va vraiment pas quant à cet arbre particulier.

Nous avons une intuition directe de la valeur des plus hauts idéaux moraux et religieux ; et nous savons empiriquement que les méthodes acceptées pour inculquer ces idéaux ne sont pas très efficaces. Des hommes politiques peuvent se lancer sur des réformes sociales à grande échelle, destinées à améliorer le monde ; mais ces réformes ne peuvent produire qu'une petite partie des bons résultats attendus d'elles, à moins que des éducateurs découvrent des moyens par lesquels prêcheurs et prêchés puissent réaliser leurs bonnes intentions et pratiquer ce qui est prêché. Construire ce pont entre la théorie idéaliste et la pratique réelle s'est révélé si difficile que la plupart des hommes et des femmes ont jusqu'ici simplement éludé le problème. Car, ou bien ils ont continué à prêcher et enseigner comme par le passé, sans tenir compte du fait que les anciennes méthodes d'éducation n'ont qu'une efficacité d'environ dix pour cent; ou bien, ayant réalisé que le fossé entre la théorie et la pratique n'est toujours pas comblé, ils se sont dressés contre les prêcheurs et même les idéaux prêchés par eux. Sans

égard au fait que le cynisme et le fanatisme aveugle sont aussi désastreux l'un que l'autre, ils sont devenus des nihilistes moraux et intellectuels, et du nihilisme, ils sont passés – sous l'emprise de quelque démagogue fascinateur– au service d'une de ces pseudo–religions idolâtres, telles que nationalisme, fascisme, ou communisme. En attendant, le problème initial demeure non résolu et les circonstances de l'époque deviennent de moins en moins favorables à une solution rationnelle de tout problème social ou psychologique quel qu'il soit.

Jusqu'à présent, il n'y a que deux solutions qui ont été trouvées au problème de combler le fossé qui sépare la théorie idéaliste et la pratique réelle. La première, qui est très ancienne, est la technique du mystique qui consiste à transcender la personnalité par une conscience progressive de la réalité ultime. La seconde, qui est très récente, a été découverte il y a environ cinquante ans par F.M Alexander et peut être décrite comme une technique pour l'utilisation correcte de soi, une méthode pour le contrôle conscient créatif de tout l'organisme psycho–physique.

La découverte fondamentale d'Alexander fut celle-ci : il existe chez l'homme, comme chez tous les autres vertébrés, une commande primaire qui détermine l'utilisation correcte de l'organisme dans son entier. Quand la tête est dans une certaine relation dynamique avec le cou, et le cou dans une certaine relation dynamique avec le tronc, alors (c'est une question de fait empirique brut) l'organisme psycho–physique entier fonctionne au mieux de ses possibilités naturelles. Quand, pour une raison quelconque, les relations dynamiques correctes entre tête, cou et tronc sont dérangées, l'organisme psycho–physique est incorrectement utilisé.

Les animaux à l'état sauvage naturel et les êtres humains dans des conditions primitives s'appuient sur l'instinct pour maintenir le mécanisme de commande primaire en fonctionnement normal. Mais, avec l'apparition de la civilisation, l'environnement commence à changer avec une rapidité croissante. Les êtres humains se trouvent continuellement appelés à s'adapter à des circonstances inhabituelles. Ils sont troublés, et leur confusion interfère avec leurs instincts, ce qui a pour résultat que la commande primaire cesse de s'exercer et que le Soi en vient à être mal utilisé. L'utilisation incorrecte du Soi produit des conditions physiques et mentales qui appellent d'urgence traitement et transformation. Mais toutes les tentatives de traitement et de transformation sont maintenant condamnées à un insuccès plus ou moins complet. Car aussi longtemps que leur propre commande primaire et celle de leurs voisins demeurent défectueuses, tout ce que les réformateurs même les mieux intentionnés peuvent faire pour eux–mêmes et pour les autres, ne peut conduire qu'à la perpétuation, et peut-être l'intensification, de l'utilisation incorrecte de Soi qui domine.

Nous sommes tous, selon l'expression d'Alexander, des gens « avides de résultats ». Nous avons des objectifs vers lesquels nous nous hâtons, sans jamais considérer les moyens par lesquels nous–mêmes, en tant qu'organismes psycho–physiques, pouvons le mieux réaliser notre dessein. L'éducation est en grande majorité du style « avide de résultats ». Nous poussons nos enfants vers les objectifs du

savoir, de la moralité et de la santé, sans les instruire dans l'utilisation correcte de l'organisme psycho-physique qui doit leur permettre de les acquérir. La conséquence est que ces biens sont acquis de façon imparfaite et à un prix élevé en termes de disfonctionnement. Quelques éducateurs, il est vrai, font attention « aux moyens mis en oeuvre », mais malheureusement ils ne connaissent rien de la commande primaire qui assure l'utilisation correcte de soi. Dans leur ignorance, ils essaient d'éliminer des défauts et d'obtenir des améliorations, par un processus d'attaque directe. Mais de telles attaques directes ne peuvent, de par la nature des choses, être efficaces. Bien sûr, on peut pallier de mauvais symptômes par des méthodes directes et on peut atteindre partiellement une certaine justesse, mais le prix de ces résultats est toujours élevé. Car si la commande primaire est défectueuse, toute activité intensive, quelques soient ses bonnes intentions et les améliorations partielles obtenues, ne peut qu'enraciner davantage les habitudes d'utilisation incorrecte. Ceci signifie que quelque soit le bien obtenu, il sera accompagné d'effets secondaires nuisibles qui pourront en fait prendre le dessus, sinon immédiatement, du moins à moyen terme. Dans tout ce qui concerne la vie, c'est seulement à travers une approche indirecte que les choses les plus essentielles sont obtenues. Ainsi la religion est sans valeur quand elle recherche le bien immédiat du pratiquant. Pour le mystique, il est évident (au départ) qu'il doit rechercher d'abord le royaume de Dieu et Son droit chemin. De même le moraliste se rend compte que le bonheur n'est pas obtenu par la recherche directe du bonheur. Le bonheur est un sous-produit, le résultat d'une poursuite d'autres fins que le bonheur, par d'autres moyens que simplement plaisants. De la même façon, la correction complète de mauvaises habitudes physiques ou mentales ne peut être obtenue par des traitements ou des exercices destinés à pallier les symptômes spécifiques du corps, pas plus que par des actes de volonté destinés à changer des modèles indésirables de pensée ou de conduite, mais seulement de façon indirecte par l'apprentissage de la maîtrise de la commande primaire de l'organisme en tant que tout.

La technique pour maîtriser la commande primaire peut être apprise sans aide, comme Alexander le fit devant son miroir il y a cinquante ans. Mais les difficultés de l'auto-éducation sont si grandes que l'immense majorité des individus trouvera tout à fait impossible d'inhiber les tendances aux mauvaises habitudes d'utilisation, et d'acquérir de bonnes habitudes sans l'aide d'un professeur expérimenté. A l'heure actuelle il n'existe dans le monde que quelques douzaines de tels professeurs (quelques centaines en 1980 – NdT). Alexander a dû effectuer son travail de formation pour ainsi dire seul et sans aucune aide officielle. Ceux qui sont à la tête de la machine éducative ignorent cette découverte. Au lieu de travailler à rendre disponible à tous ce pont nouvellement découvert entre la théorie idéaliste et la pratique réelle, ils perdent leur temps et celui de leurs élèves à lancer des croisades pour l'Education Libérale, l'Education moderne, l'Education Scientifique, ou quoi d'autre, à faire la sélection des Cent meilleurs livres, à mener des combats métaphysiques de coqs entre Thomas d'Aquin et William James. Jamais un seul moment il ne semble, leur venir à l'esprit qu'il n'y a réellement pas beaucoup d'intérêt à lire les livres les meilleurs, ou les plus scientifiques, ou les plus modernes, ou les plus médiévaux, à moins que le lecteur soit muni d'une technique qui permette à son Soi de traduire en pratique psycho-physique les idéaux avancés dans ces écrits.

Il n'y a que deux techniques comme ça, je le répète, qui ont jamais été découvertes- celle d'Alexander et celle des mystiques, Orientaux et Chrétiens. Les mystiques chrétiens ont tendu à négliger l'aspect physique de l'organisme total, avec pour résultat de rendre leur approche suprêmement indirecte du contrôle ultime de tous les contrôles encore plus ardue que, dans la nature des choses, elle doit toujours être. Les contemplatifs orientaux n'ont pas fait l'erreur d'ignorer le corps. De toutes les pratiques physiques qu'ils ont développées, la plupart s'occupent de la production directe de certains états et symptômes ; mais quelques unes semblent avoir pour but, quoique cela ne soit pas mentionné spécifiquement, de maîtriser la commande primaire psycho-physique. Quoiqu'il en soit, le fait reste que la technique d'Alexander pour la maîtrise consciente de la commande primaire est maintenant disponible, et qu'elle peut être combinée de façon très fructueuse avec la technique des mystiques pour transcender la personnalité grâce à une conscience de plus en plus grande de la réalité ultime. Il est possible de concevoir maintenant un type tout à fait nouveau d'éducation touchant à l'ensemble de l'activité humaine, du physiologique au spirituel en passant par l'intellectuel, le moral et le pratique- une éducation qui, en leur apprenant l'utilisation correcte de soi, préserverait enfants et adultes de la plupart des maux et des habitudes néfastes qui les affligent actuellement ; une éducation dont l'entraînement à l'inhibition et au contrôle conscient procurerait aux hommes et aux femmes les moyens psycho-physiques pour se conduire selon la raison et la morale; une éducation qui, dans ses atteintes les plus hautes, rendrait possible l'expérience de la réalité ultime. A ceux qui sont intéressés dans les possibilités d'une éducation nouvelle et plus efficace, je recommande chaleureusement le dernier, et, par bien des côtés, le plus éclairant des livres de Mr Alexander. Dans «The Universal Constant in Living », ils trouveront, en plus d'une masse de faits intéressants, la sagesse la plus mûre d'un homme qui, se mettant il y a cinquante ans à découvrir une méthode pour restaurer sa voix perdue, en est arrivé, par la plus vieille des voies indirectes, à devenir philosophe, éducateur et physiologue, d'une importance tout à fait unique parce que pratique de façon unique.