



# LA BANQUE ROYALE DU CANADA

## BULLETIN MENSUEL

SIÈGE SOCIAL: MONTRÉAL, SEPTEMBRE 1953

### LES PASSE-TEMPS D'UN HOMME D'AFFAIRES

**L**E GOÛT du jeu est un élément essentiel de la récréation. Plus la civilisation fait de progrès, et plus le mécanisme de la vie se complique, plus il devient nécessaire de trouver le moyen d'échapper temporairement aux réalités de la vie quotidienne.

Nous travaillons dans le but de gagner notre vie, tandis que nous jouons pour le plaisir de jouer. Mais le jeu n'est pas sans utilité. Jeu, plaisir et rire sont des facteurs de santé. Ils délassent l'esprit et tonifient les muscles.

Les Grecs ont été les premiers habitants de notre planète à jouer. Le jeu était une de leurs principales occupations. Il y avait des jeux dans toute la Grèce, toutes sortes de jeux. Les généraux triomphants cédaient le pas aux vainqueurs olympiques. S'amuser dans la vie, trouver que le monde est beau et qu'il fait bon vivre, voilà ce qui caractérisait les Grecs et les distinguait de tous les peuples antérieurs. C'est Aristote qui nous a donné la plus proche idée d'une théorie psychoanalytique du jeu. Il affirmait que le jeu purifie les émotions d'une grande partie de leurs éléments nuisibles.

Le jeu ne servirait-il qu'à nous faire oublier nos soucis du moment et à nous donner la force d'en affronter résolument la cause le lendemain, qu'il vaudrait la peine de nous y livrer.

La variété est préférable au choix d'une seule forme de divertissement. Celui qui ne fait que du golf ne tire pas le plus grand profit de son instinct du jeu. Dans certains cas, une partie de golf n'est pas le meilleur moyen de faciliter la digestion, de calmer les nerfs et de nous empêcher de vieillir.

#### *Nécessité d'un passe-temps*

Avoir un passe-temps, c'est se livrer à une forme de jeu qui fait travailler nos mains en même temps que notre cerveau, et choisir une occupation qui nous fait oublier nos soucis.

L'âge du machinisme tend à rendre nos tâches routinières. Nous ne faisons, pour la plupart, qu'une seule partie d'un grand travail, ce qui nous porte à sentir

que nous jouons un rôle insignifiant dans la machine. Quand nous nous livrons à un passe-temps au moyen duquel un objet prend forme dans nos propres mains, nous regagnons confiance en nous-mêmes.

Chacun de nous devrait consacrer cinq ou six heures par semaine à faire quelque chose qui l'absorbe complètement. En bricolant dans notre sous-sol, nous oublions la sensation de fièvre nerveuse que nous laisse la besogne quotidienne.

Il est important de choisir une chose que nous sommes capables de bien faire et qui nous procure un vif plaisir. Rien n'égale la détente et la satisfaction qu'on éprouve à faire une chose par plaisir. Cela implique, naturellement, qu'on est libre de changer souvent de passe-temps, mais même cela a du bon, car chaque changement nous apporte des idées nouvelles, une nouvelle compréhension de la vie, une nouvelle manière d'envisager les choses.

#### *Besoin de repos*

Chacun de nous, même celui qui a la chance d'aimer son travail, a besoin de repos et de faire diversion à sa tâche coutumière.

Comme repos, disons quelques minutes les jambes allongées sur une chaise, ou une demi-heure consacrée à un passe-temps, une promenade, ou quelques exercices de gymnastique. Peut-être même une besogne que le concierge a négligée, quelque chose qui oblige à s'étirer, à se baisser, à faire des mouvements qui font travailler les muscles. On se repose dans ce sens en accrochant un tableau au mur ou en le changeant de place.

L'idée est de mettre en repos les muscles fatigués et d'en faire fonctionner d'autres. Après avoir passé une heure à la vérification monotone de vos comptes ou au relevé de vos expéditions, essayez de faire une longue promenade; vous vous reposerez les yeux et la tête en faisant marcher vos jambes.

Quoique l'exercice et le changement d'occupation reposent du travail, la plupart des gens aiment un passe-temps qui leur donne le sentiment d'accomplir quelque chose.



Eh bien, le champ est vaste. On peut apprendre à jouer d'un instrument de musique (un chef d'entreprise a commencé l'an dernier à prendre des leçons de piano), ou bien explorer le ciel avec un télescope ou observer au microscope la vie des microbes (il existe des cercles d'astronomie et de chimie dans la plupart des villes). On peut aussi étudier les oiseaux, collectionner des insectes, examiner des roches ou suivre sur la carte les voyages des explorateurs et des aventuriers. Il ne manque pas d'occasions au Canada de se livrer à des passe-temps qui rafraîchissent le corps et l'esprit.

Les heures bien employées à un passe-temps éveillent un sentiment de satisfaction et, en outre, un sentiment de camaraderie envers ceux qui se livrent à des distractions analogues. Elles resserrent en même temps le cercle de famille dont les membres partagent inévitablement notre intérêt.

Quand vous savez exactement ce que vous voulez faire le soir, le seul fait d'y penser vous fera passer la journée plus agréablement.

Les neurologues ont démontré que les facultés intellectuelles s'accroissent en raison de la dextérité manuelle. Faire du travail manuel comme passe-temps exige du raisonnement pour vaincre toutes sortes de difficultés, et la réussite procure une sensation de plaisir et de fierté.

### *Mais pas trop*

Gardez-vous cependant que votre passe-temps n'acapare entièrement votre esprit ou votre temps. Il faut qu'il soit assez difficile pour être intéressant, mais pas au point d'être impossible, et sans exiger autant de travail qu'un emploi régulier.

Dans son opuscule intitulé *Enjoying Leisure Time*, le Dr. William C. Menninger pose quelques questions destinées à nous aider à choisir nos passe-temps. Si vous pouvez répondre "oui" à la plupart d'entre elles, dit l'auteur, vous êtes dans la bonne voie.

Ce genre d'occupation me procurera-t-il du plaisir et de l'amusement? Est-il dans la mesure de mes capacités? Ai-je le temps nécessaire? S'accorde-t-il avec mes obligations? Ai-je la place? En ai-je les moyens? Pourrai-je m'y adonner indéfiniment, même après ma mise à la retraite?

Le passe-temps idéal est celui qui nous fait chaque soir attendre le lendemain avec impatience au lieu de le craindre. Le choix est aussi vaste que la vie.

Il n'est jamais trop tard pour commencer, mais il vaut mieux commencer de bonne heure. Des hommes d'âge assez avancé, voulant trouver une distraction pour leur prochaine retraite, consultèrent des amis qui s'étaient fait un passe-temps actif et agréable, et trouvèrent que ces derniers avaient commencé beaucoup plus jeunes. On ne peut pas arriver au jour de la retraite avec l'idée d'entreprendre quelque chose à ce moment-là. Il faut consacrer autant de temps que possible à cultiver des intérêts durables et souvent essayer plusieurs passe-temps avant de trouver celui qui vous convient.

Qu'il s'agisse de jardinage, de collection ou de sculpture sur bois, de photographie, de construction de radios, de menuiserie, de mécanique ou de n'importe quoi, on peut toujours trouver une occupation qui nous donnera la sensation de faire oeuvre utile et la tranquillité.

Collectionner peut paraître stupide à beaucoup de gens, mais c'est une occupation intéressante qui demande de l'ingéniosité. On dit que la philatélie est le "roi des passe-temps." Un collectionneur monte les timbres d'un pays dans un cadre autour d'une page et décrit chaque timbre au milieu de la page: la date d'émission, le nom de l'artiste, la raison pour le choix du dessin, et tous les renseignements qu'il peut trouver dans les catalogues, l'histoire du pays et les journaux.

Voilà une façon de collectionner plus intéressante que celle qui consiste à ramasser un tas de choses. C'est un système qui s'adapte admirablement au collectionnement d'autographes, porcelaines, armes, monnaies, boutons, insectes ou fers à repasser.

En cherchant un passe-temps, il ne faut pas oublier la lecture, mais se réserver assez de temps pour le perfectionnement intellectuel. Sans nous farcir la tête de toutes sortes de sujets, il convient de nourrir et faire travailler notre esprit, ce qui nous distingue des animaux inférieurs. Il n'est pas nécessaire d'avoir des aptitudes spéciales pour l'étude. Ceux qui ont commencé à lire les classiques passé quarante ans, les ont trouvés aussi intéressants que les romans qui avaient charmé leur jeunesse.

### *Intérêt créateur*

Un passe-temps satisfait le désir inné de créer quelque chose. Il y a mille façon de donner cours à cet élan créateur. Prenez les métiers manuels: menuiserie, tissage, maroquinerie, vannerie, modelage, céramique; ou les arts: peinture, dessin, musique, littérature, photographie; ou le jardinage, l'élevage de chiens, chats ou lapins; ou la construction d'avions, bateaux, maisons de poupées. Ce sont là seulement quelques-unes des nombreuses façons de faire oeuvre créatrice.

Dans le choix d'un passe-temps, l'important est de se demander s'il vous procurera du plaisir. Il faut qu'il vous intéresse et que vous vous y livriez de plein gré et de tout coeur.

Il ne faut pas non plus s'en faire l'esclave. On doit pouvoir l'abandonner sans peine lorsque nous avons autre chose à faire et se contenter d'y travailler par à-coups à moments perdus.

### *Jouissance de la vie*

Les loisirs sont faits pour être employés à des distractions agréables, exercices violents ou occupations plus sédentaires selon les goûts. Nous devenons ainsi maîtres de nos pensées et ce sont précisément nos pensées qui font de nous ce que nous sommes, des chefs entreprenants ou des employés mécontents, d'agréables compagnons ou des grognons. La réflexion apporte le contentement et la tranquillité d'esprit.



Cela demande un certain empire sur soi-même, sans lequel il est impossible de bien se conduire dans la vie et qui est nécessaire à l'exercice de nos autres qualités.

Seuls ceux qui savent maîtriser leurs passions peuvent s'adapter aux conditions instables de notre époque, et tout passe-temps qui nous aide à acquérir cet empire mérite que l'on s'y livre. On dit de Napoléon que c'était un être merveilleux qui aurait pu gouverner le monde, mais que ne savait pas se maîtriser.

Un passe-temps peut rendre la vie plus agréable en nous faisant oublier les irritations et en calmant les nerfs. La recherche de la sérénité est un passe-temps en soi. Le conseil de Plutarque peut nous sembler bizarre, mais il a beaucoup de bon sens: "Nous devrions prendre l'habitude, quand une lettre arrive, de ne pas l'ouvrir immédiatement — de ne pas aller à la rencontre d'un messenger — de ne pas tressauter d'impatience quand un ami nous dit qu'il a du nouveau à nous raconter."

### *La recherche du bonheur*

Le vrai repos ne dépend pas de circonstances extérieures, mais d'une sage adaptation à la vie. Il ne s'acquiert pas soudainement, comme par miracle, mais par un équilibre graduel entre nos occupations et nos loisirs, entre l'activité et la réflexion. Si nous ne sommes pas capables de corriger la cause de nos soucis, essayons, cependant, de les oublier.

En tout cas, l'exercice de notre empire sur nous-mêmes nous permettra de rester calmes en attendant de prendre une décision. Il nous aidera à garder un juste milieu, de manière à ne pas nous laisser emporter par la fièvre de l'enthousiasme et ne pas tomber de trop haut quand la fièvre nous quitte.

Une vie bien équilibrée procure l'état d'esprit appelé bonheur. Il existe entre le bonheur et le plaisir le même rapport que Mark Twain voyait entre le climat et le temps qu'il fait: c'est la même chose mais qui dure plus longtemps.

Au lieu d'attendre le bonheur, il faut aller le chercher. On ne le trouve pas dans ce qui passe pour du plaisir dans les boîtes de nuit. Il exige la santé, l'art d'exprimer ses idées et ses sentiments et une ligne de conduite. Ces éléments de bonheur sont en quelque sorte interdépendants et réciproques. Quand on a la santé du corps on a tendance à cultiver l'esprit, et quand on est porté vers les choses de l'esprit on désire la santé physique.

Le bonheur est une chose positive mais nous pouvons compter comme grâce le fait d'échapper au malheur.

### *Les amis*

Un élément essentiel d'un loisir agréable et d'une bonne administration est l'amitié, et vous pouvez en faire une marotte. Les gens d'âge mûr savent que

l'amitié, qui est leur meilleur atout au travail et au jeu, se gagne pas comme on veut. Les jeunes gens s'imaginent qu'ils remporteront de grands triomphes dans la vie au son des tambours et des trompettes, mais quand nous regardons en arrière nous constatons que tout ce que nous estimons important dans notre vie, y compris nos amitiés, est venu tranquillement, presque inaperçu.

L'amitié d'un être avec qui l'on peut discuter les affaires courantes ou les œuvres des philosophes est un bienfait inestimable dans les heures de loisir. Cet échange d'idées nous fait mieux apprécier le bonheur et la vie est plus intéressante quand on a un ami avec qui on peut partager ses réflexions et ses rêves.

### *Vie bien remplie*

Le secret d'une vie saine et bien remplie, aussi bien pour l'homme d'affaires que pour la maîtresse de maison, est de faire de son mieux avec ce qu'on a. Cela ne veut pas dire de se contenter de son sort, mais de s'efforcer de l'améliorer.

Quand vous analysez la vie d'une personne qui est toujours pleine d'un enthousiasme que vous enviez, que constatez-vous? Que son enthousiasme est fait d'un grand nombre d'éléments: connaissances, vif intérêt, optimisme, santé, imagination, initiative et une grande ardeur d'agir. Ce sont des qualités qu'on peut cultiver aux heures de loisir.

Grâce à elles, l'homme avisé se comportera en toutes choses comme il le fait dans ses affaires et sa famille: il gardera une juste proportion entre ses provisions pour le présent et ses provisions pour l'avenir, de manière à ne pas gâter l'un en donnant trop d'importance à l'autre. Les gens frivoles vivent trop dans le présent; ceux qui se tourmentent, trop dans l'avenir.

Les gens bien équilibrés savent que, lorsqu'on a fait de son mieux, rien ne sert de se tracasser. Il vaut mieux employer ses loisirs à se reposer et à reprendre des forces pour recommencer la lutte avec plus de vigueur quand le moment sera venu.

Voilà qui est loin d'un contentement béat. Aucun homme d'affaires n'est jamais content de ses résultats: il veut faire mieux. Une bonne ménagère n'est jamais satisfaite de son ameublement ou de sa cuisine au point de ne plus s'efforcer de les améliorer. L'homme se révolte à l'idée de perdre sa personnalité ou de devenir un robot dans un atelier de montage.

### *Quelques conseils*

Le premier article du programme pour faire un meilleur emploi de ses loisirs est de *faire* quelque chose. Rien n'égale la satisfaction de voir et de palper le produit de ses propres mains et de pouvoir dire: "Ceci est à moi. Ce n'est peut-être pas grand-chose à vos yeux, mais je le trouve merveilleux. Et c'est moi qui l'ai fait."

Il existe mille moyens de faire quelque chose. W. Van Til fait cette réflexion dans sa brochure *Time on your Hands*: "Il n'y a pas à nier que beaucoup d'entre



nous souffrent gravement du mal américain causé par les loisirs qu'on nomme "spectatorite". Nous nous asseyons sur des bancs pour voir jouer au football ou au baseball; nous nous asseyons dans nos fauteuils; nous nous asseyons au théâtre. "Il n'y a pas plus de mal à s'asseoir et à écouter ou regarder qu'à manger de la crème glacée, dit Van Til, mais ne restons pas assis tout le temps sur nos mains. Servons-nous en.

La télévision, la radio, le cinéma et les réunions sportives ne manquent pas de charme, mais ce ne sont après tout que des distractions auxquelles nous assistons en spectateurs tandis que d'autres jouent, se battent, se courtisent ou courent les aventures. Nous ne prenons aucune part à ce que nous voyons ou entendons. On peut certainement employer ses loisirs d'une manière plus active.

La deuxième partie du programme consiste à commencer immédiatement. Il s'agit en somme de s'y mettre. Dans une course, il faut partir à point, et ne pas attendre trop tard comme le lièvre de la fable.

Vous vous demandez peut-être s'il existe un passe-temps qui fasse exactement votre affaire et qui convienne à vos capacités et à vos désirs. Sachez donc que vous trouverez dans un livre intitulé *Care and Feeding of Hobby Horses* par Ernest Elmo Calkins, 218 catégories de livres sur les passe-temps, pas une liste de 218 livres mais 218 listes de livres.

Troisième recommandation: soyez prudent. Amusez-vous tant que vous voudrez pendant vos heures de loisir, mais sans vous exposer au danger. Subissez un examen médical avant de vous livrer à des exercices violents; évitez les passe-temps qui pourraient vous fatiguer la vue; connaissez la limite de vos forces et ne la dépassez pas. Comme les Grecs, gardez un juste milieu en toutes choses et évitez les excès.

### *Soyez raisonnable*

Quatrièmement, soyez raisonnable dans l'emploi de vos heures de loisir. Comme disait ce bon La Fontaine: "Ne forçons pas notre talent, nous ne ferions rien avec grâce." Réfléchissez aux paroles de Socrate à la vue de certaines d'objets de luxe en vente sur la place du marché: "Que de choses dans le monde qui ne me font pas envie."

Il serait ridicule, par exemple, d'entreprendre le modelage à l'argile si vous êtes maladroit de vos mains et si vous n'avez pas l'oeil juste. Un menuisier ne trouverait pas grand plaisir à travailler le soir à un établi et à faire la même chose que pendant la journée.

Il est bon, évidemment, d'utiliser dans nos passe-temps les talents et les connaissances de notre métier, et de mettre à profit nos aptitudes. Mais ne prenons pas cela au pied de la lettre. La santé d'un chef d'entreprise ne s'en trouvera pas mieux s'il dirige un commerce pendant ses loisirs, même si ce commerce est entièrement différent de celui qui occupe ses journées de travail.

Choisissons un divertissement qui nous est plus ou moins familier. Point n'est besoin d'être un athlète pour jouer à la balle, ou d'exceller dans un art pour en jouir comme passe-temps. Après tout, nous sommes pour la plupart dans la moyenne et il y a peu de champions.

Quant à assumer des responsabilités administratives en dehors de votre profession, faites-vous une règle de n'accepter que celles qui vous incombent. Un tas de gens se sont tués à la tâche en ajoutant des obligations imaginaires à leurs responsabilités réelles. Addison cite dans un de ses essais l'épithète d'une pierre tombale en Italie: "Je me portais bien, mais j'ai essayé de me porter mieux, et me voici."

### *Conquête de la tranquillité*

Un bon programme de passe-temps comprend l'emploi des loisirs de manière à procurer la santé du corps, le développement intellectuel, la méditation, les distractions sociales, l'effort créateur, le repos pendant les spectacles, et des périodes de solitude.

Celui qui habite la banlieue s'empresse généralement de dépouiller son habit de ville et de mettre une vieille paire de pantalons pour travailler dans son jardin. Après le dîner, il met ses pantoufles et allume sa pipe, et se repose en lisant ou en faisant la causette.

Le but est de gagner la tranquillité. L'homme d'affaires a besoin d'élargir et d'aérer son esprit. Il recherche une sorte de sérénité qui semble impossible dans le brouhaha quotidien des affaires. Elle s'obtient en partie par la pratique d'un passe-temps actif, et en partie par la lecture et la réflexion dans le calme et la solitude. L'ennui n'a pas de place dans les loisirs.

Tout individu, si énergique qu'il soit dans le travail qui est son gagne-pain, est libre d'employer ses loisirs à cultiver le calme et la bonne humeur, quand il a une bonne santé, un esprit clair et un vif intérêt dans ce qui se passe. Dans le tourbillon de la vie il a besoin de temps à lui pour la contemplation ou l'action. S'il est sage, il ne fait pas tous ses plans d'avance et réserve une partie de ses loisirs pour l'imprévu et les caprices du moment.

Nous pouvons considérer comme perdue toute journée pendant laquelle nous n'avons pas mis à profit nos loisirs, ou nous nous sommes sentis trop abattus pour remarquer l'éclat du soleil, la fraîcheur de l'herbe et la beauté des fleurs, le mystère de la mer et le reflet des rayons de la lune dans l'eau.

Le même vêtement ne va pas à tout le monde. Prenons donc chacun nos propres mesures, et nous arriverons peut-être ainsi à nous guérir d'un mal présent, à contenter un désir insoupçonné, ou à prévenir quelque malaise physique ou mental. Et comme l'a si bien dit un philosophe: "Il est honteux de se laisser vieillir par négligence."