



crédit photo: Institut Karma Line

## Le guerrier sacré

### La Voie de la non-peur

par Lama Lhundroup

Nous avons souvent tendance à considérer d'un côté la dimension spirituelle et de l'autre, les arts martiaux. Il existe pourtant une Voie ancienne, issue de toutes les traditions, qui réunit ces deux dimensions : la Voie du guerrier sacré.

Le très large développement en Occident des arts martiaux venus du Japon et de Chine, et parallèlement l'enracinement de la tradition du Bouddha (le Dharma) dans notre environnement, sont des aspects significatifs des grands enjeux spirituels et éducatifs contemporains. Le lien entre les deux peut ne pas nous apparaître immédiatement et pourtant, il a des racines qui plongent dans une vision de sagesse éthique et pragmatique dont notre monde à besoin aujourd'hui. Un premier aspect commun au Dharma et aux fondements des arts martiaux est la dimension universelle et atemporelle d'une quête de sens et d'harmonie qui habite tous les êtres humains depuis l'aube des temps. Un deuxième aspect est celui de la complémentarité des arts martiaux et de la tradition du Bouddha dans cette recherche. Enfin, la connexion entre les deux nous révèle la pertinence d'une voie de réalisation non confessionnelle ou agnostique très actuelle.

#### *Une source d'inspiration chevaleresque universelle*

Plus particulièrement, dans quel creuset de notre histoire peut-on trouver ces racines communes ? Il semble que le filon le plus apparent est celui des traditions spirituelles chevaleresques d'Orient et d'Occident. Celle des chevaliers errants de la Chine ancienne, des Samourais du Japon, du roi bodhisattva Gesar de Ling au Tibet et du roi Artur et des chevaliers de la table ronde... Tous ces mythes et légendes sont animés de différentes façons par la quête du Graal, et cela, quel que soit le nom qu'on lui donne. C'est-à-dire une quête de réalisation spirituelle associée à un engagement au service de ses semblables dont l'objectif est l'établissement d'une culture de paix, de justice et de non-violence permettant de vivre libre et heureux. L'on retrouve dans ces diverses traditions chevaleresques une même éthique de loyauté, de bienséance, de fidélité et de générosité altruiste, ainsi qu'une même quête spirituelle d'éveil à la réalité absolue, libre des peurs de la mort et de la vie. Le point remarquable ici est que l'éthique et la spiritualité se rejoignent dans une sagesse comprenant la dimension sacrée de l'expérience humaine et, plus que l'expérience humaine, dans un mode de vie séculier qui ne relève pas de l'adhésion formelle à une structure religieuse.

Aujourd'hui, cette vision a notamment été développée par le maître tibétain Trungpa Rinpoché dans « Shambhala, la voie du guerrier sacré », inspiré par l'œuvre du roi Gesar de Ling : *Les enseignements Shambhala, dit-il, sont fondés sur les prémises qu'il existe une sagesse humaine fondamentale qui peut nous aider à résoudre les problèmes du monde. Cette sagesse n'est pas l'apanage d'une culture ou d'une religion, pas plus qu'elle n'est l'exclusivité de l'Occident ou de l'Orient. Il s'agit plutôt d'une tradition humaine de l'art du guerrier qui*

a existé dans de nombreuses cultures et à bien des périodes de l'histoire (...). Par art du guerrier, nous n'entendons pas le fait de faire la guerre à autrui. L'agression est la source de nos problèmes, non pas leur solution.

### Une histoire commune

Le deuxième aspect significatif du lien entre les arts martiaux et les Dharma s'observe dans leurs relations et la complémentarité naturelle qui existent dans leur histoire et leur philosophie. Dans l'histoire, la filiation commune des arts martiaux et du Dharma remonte au temps les plus anciens. En Inde, parallèlement aux sciences traditionnelles, les arts de combat armé ou à mains nues faisaient partie de l'éducation des Kshatria, la caste des guerriers, à laquelle appartenait le bouddha Sakyamuni. Les récits de sa vie font part de ses prouesses, tant intellectuelles que martiales. Un autre élément bien connu est l'association du nom du moine indien Bodhidharma, le légendaire premier patriarche de la tradition contemplative du Chan (devenu le Zen au Japon) à l'introduction d'un important courant martial en Chine.

### Une éducation du cœur corporelle et spirituelle

Du point de vue du contenu des enseignements, cette histoire commune indique la complémentarité des deux approches dans leurs aspects éducatifs et thérapeutiques. Elles font toutes deux appel à la culture physique et mentale — la culture du cœur — dans un but commun qui est l'harmonisation du corps et de l'esprit. Ceci pour établir aussi une relation juste avec ses semblables et son environnement. Les deux approches ont en ce sens une dimension éducative et thérapeutique de transformation de l'esprit et du cœur fondée sur une discipline et une transmission de connaissance et de techniques. La tradition du Bouddha met l'accent sur l'étude et l'entraînement aux pratiques contemplatives et les disciplines martiales sur l'entraînement au combat pour apprendre à faire face à l'adversité. En Asie, les deux traditions étaient traditionnellement souvent pratiquées conjointement, ou successivement, suivant les motivations et les âges de la vie. Ainsi les deux approches peuvent, simultanément ou alternativement, contribuer à une éducation globale à la vie qui inclut le développement de sagesse et de vertus nécessaire à la réalisation d'une personne libre et responsable, capable de faire face aux circonstances et défis de l'existence avec bonté et discernement.

L'art du guerrier sacré est une expression de ce fond d'intelligence et d'empathie dont les principes dépassent les cloisonnements religieux et confessionnels et ouvrent à la perspective d'une spiritualité laïque, c'est-à-dire sans

présupposés religieux ou dogmatiques. Une spiritualité de la vie sacrée, une voie d'harmonie de la terre, du ciel et de l'homme, une spiritualité du vivant fondée sur la connaissance de soi et l'altruisme.

### La connaissance de soi et la règle d'or

« Connais-toi toi-même » et la règle d'or « Ne fais pas à autrui ce que tu ne souhaiterais pas qu'il te soit fait » sont des principes qui résument bien la tradition du Bouddha. Et ils sont également présents dans le fond des enseignements des arts martiaux. Dans la tradition du Bouddha, la voie qui mène à la connaissance de soi et à l'ouverture aux autres est celle du bodhisattva, bodhisattvi, héros, héroïne, chevalier, vaillante ou vaillant, qui a le courage d'ouvrir son cœur à l'Éveil et de communiquer de façon authentique avec les autres. C'est une voie d'intelligence et d'amour fondée sur la découverte de l'expérience primordiale qui se vit dans le non agir du mental. Une expérience de présence immédiate simple et sans élaboration conceptuelle qui est le lieu de la libération de toutes les tensions, illusions et passions, sources de mal-être. Cette expérience est la source d'une action juste répondant de façon adéquate aux situations. C'est aussi ce que l'on appelle la voie de la non-peur qui se développe progressivement.

Ainsi, la complémentarité entre les enseignements du Bouddha et ceux des arts martiaux souligne la pertinence d'une voie de réalisation intégrant travail corporel et spirituel, méditation et action, vie sociale et vie contemplative. Cette approche ne suppose pas de se retirer du monde, mais de cultiver la voie du cœur là où nous nous trouvons. C'est une quête d'inspiration chevaleresque qui se pratique dans la vie et peut répondre aux aspirations de nombreuses personnes qui aujourd'hui cherchent à progresser spirituellement tout en assumant les réalités sociales, œuvrant ainsi à l'émergence d'une société éveillée. ■

**Le courage  
d'ouvrir son  
cœur à l'éveil.**



### PORTRAIT

Après des études de chinois dont plusieurs années passées en Chine et une retraite de trois ans dans la tradition du bouddhisme tibétain sous la direction de Lama Denys Rinpoche à l'Institut Karma Ling en Savoie, Lama Lhundroup dirige l'Université Rimay-Nalanda.

[www.universite.rimay.net](http://www.universite.rimay.net)

### RENCONTRE DHARMA & ARTS MARTIAUX

L'éducation et le pouvoir thérapeutique de l'art du guerrier sera le thème central de cette rencontre qui aura lieu les 2 & 3 juillet prochains à l'Institut Karma Ling. De nombreuses voies seront représentées: Aïkiryu, l'Art du thé, laïdo, Kendo, Kyudo, Xinyi, Bagua, Taiji Quan...

[accueil@karmaling.org](mailto:accueil@karmaling.org) • 04 79 25 78 00

[www.universite.rimay.net](http://www.universite.rimay.net)