

# Voie de l'Iris, voie victoriale

Suivre la Voie de l'Iris répond à la nécessité d'une purification des corps, des plus physiques aux plus subtils, des plus extérieurs aux plus intérieurs.

par Ailing Kuang

Morihei Ueshiba disait :

*Par tes actions spirituelles,  
conduis-nous, absous-nous,  
Dieu Universel.*

*Détruis l'ennemi qui est caché dans le corps.  
Laisse toutes choses crier "Hurrah!".*

Ces vers semblent indiquer la nécessité de la purification. Cette pureté est-elle une sorte d'hygiène de vie qui permet par la suite de rechercher l'apaisement du mental ? Cette pureté est-elle une expression dans la vie sociale, obtenue par des actions vertueuses ? Est-ce le contrôle des passions et des sens pouvant nous conduire sur le chemin de l'Illumination ?

## La Voie de l'Iris

Avant de répondre à ces questions, qu'entendons-nous par Voie Victoriale, Voie de l'Iris, vocable qui n'est pas sans rappeler certaines Sociétés secrètes de l'ancienne Chine ?

Regardons l'Iris, cette fleur délicatement parfumée, pleine de charme intérieur, à la fois jaillissante vers le Ciel par sa fleur et rayonnante vers la Terre par son feuillage. L'Iris se dit en japonais *Shobu*, et ce mot a la particularité lumineuse d'avoir un homonyme qui signifie "Victoire". Or, la langue française n'échappe pas à cette merveilleuse coïncidence, puisque l'Iris appartient à la famille des glaïeuls, dont le nom botanique est "victoriale". Nous constatons qu'étrangement le génie de deux langues réunit l'Iris et la Victoire.

*Traditionnellement, le 5 Mai de chaque année, les Japonais se purifient dans un bain de feuilles d'iris ou shobu. Cette fleur possède une vertu protectrice contre les influences pernicieuses et les esprits pervers venant de l'extérieur, mais*

*également protégeant des incendies et de tout échauffement.  
Cette pratique est sensée apporter les faveurs de l'année.*

Morihei Ueshiba\*

Toutes les Traditions nous enseignent la nécessité de la purification. Ainsi Shen-Hsiu, disciple du 5e Patriarche de l'Ecole Chan, écrivait en un style clair et poétique :

*Ce corps est l'arbre de la Bodhi.*

*Le mental est comme un miroir brillant,*

*Prends soin de le garder toujours net,*

*Et ne laisse pas la poussière s'y amasser.*

**La purification  
du corps subtil  
s'effectue en  
premier lieu  
par la  
respiration.**

Nous retrouvons le problème de ce que nous devons purifier. Là se trouve la source de toutes les confusions, de tous les intégrismes, lorsque la pureté de la forme l'emporte sur le fond, lorsque le rite extérieur oublie la sincérité intérieure. Afin d'éclaircir ce point, nous userons du génie védantin qui a le mérite dans ce cas précis d'éclairer l'homme de bonne volonté.

## La tradition védantiste

En effet, la tradition védantiste attribue cinq enveloppes au Soi, ce qui est une manière de s'exprimer, car le Soi ne connaît ni limitation, ni conditionnement, néanmoins nous avons besoin de nous référer à des images spatio-temporelles. La première enveloppe est dite de "Béatitude", au-delà de l'existence conditionnée, nous l'écartérons donc de notre réflexion. La seconde, dite de "Lumière", relie les facultés principales de perception aux cinq sens de l'individualité. La troisième implique la



“Conscience mentale”. La quatrième procède du “souffle vital” (prâna, qi, ki), elle englobe les diverses modalités du souffle ainsi que les facultés d’action et de sensation. La cinquième est notre forme corporelle grossière. Ainsi donc notre corps subtil est formé des 2, 3 et 4e enveloppes. En conséquence, nous comprenons que nous devons purifier le corps subtil et le corps grossier.

## Les procédés de purification

Il est impossible de faire l’impasse sur les procédés de purification les plus extérieurs.

### Le contrôle de la nourriture

Une forme d’ascèse commence par le contrôle de la nourriture. Notre pays regorge des mets les plus variés et possède une belle tradition du “bien manger”. Malheureusement, cette richesse est un piège, car tout ce qui est superflu porte atteinte à notre vitalité. Une règle simple serait d’éliminer l’inutile, de développer la juste intuition qui indique les besoins de notre corps. Les moyens actuels de transport sont un autre piège, car ils nous poussent à consommer des produits venus des antipodes et en dehors des saisons. Notre consommation devrait respecter notre typologie énergétique, combler nos besoins et non pas nos envies. Il va sans dire que toute boisson produisant une excitation quelconque est à proscrire, ainsi que tout produit stupéfiant, quels que soient les effets et expériences obtenus. La Voie du Juste-Milieu refuse l’extrémisme même en ce domaine.

### La purification par les cycles

Citadins, nous nous éloignons des cycles de la nature. Néanmoins, en un premier temps, la pureté est un accord avec cette nature. Nous avons donc besoin de retrouver le rythme des saisons, d’apprendre à balancer entre l’intériorité et l’extériorité de ces saisons, d’apprendre à respecter le nyctémère. Sachons que nous nous régénérons durant le sommeil, dormir est un art, il s’agit plus exactement d’utiliser le pré-sommeil pour développer la qualité de notre énergie. N’oublions pas non plus le fondamental cycle lunaire, car il ne peut y avoir de purification efficace que lors de la lune descendante.

### La purification du corps subtil

La purification du corps subtil s’effectue en premier lieu par la respiration. C’est un passage obligatoire, tout simplement parce que respirer est l’acte que nous accomplissons le plus de fois dans notre vie, il n’y a de vie que par la respiration. Elle est le levier qui nous fait soulever le monde ou tout au moins notre propre monde. Nous ne nous étendrons pas sur les multiples procédés respiratoires,

dont certains pratiqués sans discernement et contrôle d’un maître authentique, sont dangereux.

### La méditation

Sachons que les pratiques citées ci-dessus peuvent rester extérieures, elles ne sont valables que si l’on y engage notre être dans sa totalité. Nous obtenons la purification de la pensée et par là notre inspiration, par la pratique de diverses méditations que nous ne pouvons développer dans ce court article.

## Développer l’action juste

Chaque instant de notre vie est soumis à toutes sortes d’émotions qui nous sont un poison : plaisirs, déplaisirs, joies, peurs, angoisses, espérances, désespoirs, colères, jalousies et tous les désirs incessants et multiples. Respiration et méditation contribuent à apaiser ce tourbillon de sentiments. L’autre versant, ô combien difficile à vaincre est le tourbillon mental.

Nous sommes pris dans l’engrenage de la pensée comme l’écureuil est prisonnier dans sa cage, de sa roue. Egalement, respiration et méditation sont une aide indispensable.

Cependant, développer l’action juste est un excellent moyen de travailler à purifier notre corps émotionnel et notre corps mental. Nous vivons en ce monde, nous y sommes impliqués, il nous reste à nous servir de cette nécessité de l’action et du travail pour transformer des obligations en chemin de progrès.

Cette Voie de l’Agir passe par :

- L’Intention droite, fondement de l’action vertueuse;
- L’Attention juste, être présent au présent, sans regret du passé, sans fantasme sur le futur;
- Le Désintéressement vis-à-vis de la finalité, l’action exécutée n’est pas faite pour renforcer l’ego mais pour qu’elle soit la plus parfaite possible;
- Le Respect du juste-instant, l’action respecte la nécessité du temps et non pas nos motivations passionnelles.

En conclusion, nous pouvons dire que le désir de se purifier accompagne l’aspiration à une vie plus belle, plus “céleste”. C’est la conviction que nous gardons au fond de nous-même une source de vie jaillissante, désaltérante, vers laquelle nous désirons aller, que confusément nous connaissons et que nous cherchons à retrouver.

\* in *Shobu-Aiki, la Victoire selon l’Art chevaleresque de Morihei Ueshiba*, éd. Guy Trédaniel.