



## **LA VOIE (DO)**

« Il y a des choses que l'intelligence seule est capable de chercher, mais que, par elle-même, elle ne trouvera jamais. »  
Henri Bergson

« Celui qui sait ne parle pas.  
Celui qui parle ne sait pas. »  
Lao Tseu

« Choisisant le vide comme voie, vous verrez la voie dans le vide. »  
Miyamoto Musashi

Les arts martiaux orientaux, le yoga, le zen ont en commun cette recherche de « la vérité », de « l'éveil » ou de tout autre concept ésotérique visant un état sublimé de la condition humaine. Néanmoins, ils n'en détiennent pas l'exclusivité. Nombreux, en effet, sont ceux qui, déçus par l'existence quotidienne, cherchent ce « quelque chose » susceptible de les conduire à une sorte de félicité. Ils mènent leur quête dans une errance solitaire ou dans le sillage d'un gourou bien rémunéré. En fait, tout le monde cherche à améliorer sa condition et s'interroge sur le meilleur moyen d'y parvenir. Malheureusement cette recherche de « l'objet sans nom », est le réceptacle de toutes les crédulités et de tous les abus. En témoigne la prolifération des sectes ou organisations apparentées, mais aussi le chiffre d'affaires confortable de nombreuses entreprises légales qui exploitent ce besoin humain de s'extraire de la médiocrité ambiante et de la routine conformiste.

D'où vient le mal ? D'évidence, l'absence d'un consensus sur une dénomination entraîne la confusion et les dérapages. Nous-mêmes avons souvent utilisé deux termes pour illustrer la finalité de cette quête : « bonheur » et « sagesse ». Ces deux mots recouvrent des concepts différents dans leurs acceptions classiques. Cela a pu augmenter le trouble ressenti par les lecteurs. D'autant que, même chez les érudits, peu de gens ont une vision claire de la signification de ces mots, car ils désignent des états rêvés, idéalisés, inaccessibles. D'ailleurs, sur le « do », terme qui accompagne la plupart des arts martiaux orientaux, c'est-à-dire la voie qui permet d'accéder à ce but ultime, les divergences abondent.

Nous voudrions, aujourd'hui y ajouter un troisième terme : « intelligence ». Pas pour brouiller davantage les pistes, mais pour montrer qu'intelligence, bonheur et sagesse forment un ensemble indissociable. La finalité étant d'aider ceux qui le souhaitent à choisir leur voie et à la parcourir. « De nombreux chemins mènent au sommet de la montagne. » Encore faut-il ne pas s'engager dans un cul-de-sac.

## INTELLIGENCE

Selon le Petit Robert :

1. Faculté de connaître, de comprendre.
2. L'ensemble des fonctions mentales ayant pour objet la connaissance conceptuelle et rationnelle.
3. Aptitude à s'adapter à des situations nouvelles.
4. Qualité de l'esprit qui s'adapte et comprend facilement.

Les différents dictionnaires que nous avons consultés donnent de l'intelligence des définitions très proches. Pourtant les scientifiques avouent de façon claire leur ignorance du contenu exact de l'intelligence.

Nous devons au psychologue Alfred BINET la mesure du Quotient Intellectuel (QI) grâce à un test connu sous le nom de BINET-SIMON. Depuis sa création en 1905, ce test a été amélioré, d'autres ont vu le jour, cependant on ne sait toujours pas ce qu'il mesure : quelques habiletés intellectuelles, une certaine capacité d'apprendre, certes, mais il ne renseigne pas sur la motivation, la créativité, l'ouverture d'esprit, l'intuition. De plus, des études montrent des tares récurrentes chez les gros QI : en particulier une certaine rigidité et un cruel manque de créativité. Toutefois, tous ces tests concordent relativement bien avec le niveau scolaire ou universitaire même si quelques exceptions sont troublantes. On reste toutefois dubitatif devant les erreurs grossières que commettent parfois des gens dont le QI est largement au-dessus de la moyenne. On constate ainsi chez des énarques (anciens élèves de l'ENA) ou des X (anciens élèves de Polytechnique), pour ne citer que les écoles françaises les plus prestigieuses (où on peut imaginer un QI moyen plutôt élevé), des pans entiers de la psyché où la réflexion est absente, le comportement dogmatique, pas seulement dans le domaine religieux, royaume du dogme intangible, mais aussi en politique, économie, sciences, etc.

Nous avons postulé, il y a quelques années, une distinction entre facultés intellectuelles, approximativement mesurées par le QI, et intelligence, capacité à gérer harmonieusement l'ensemble des facultés. Autrement dit, il aurait existé une super faculté intellectuelle directrice. Comment l'évaluer ?

Toutes les activités humaines librement choisies ont un but : vivre le mieux possible, le nec plus ultra étant de nager dans le bonheur. Ainsi, nous optons pour tel métier, ou tel emploi, plutôt que tel autre, car nous l'estimons plus conforme à nos perspectives ; nous jetons notre dévolu sur une personne, femme ou homme, car nous croyons qu'elle est celle qui nous rendra le plus heureux ; nous choisissons, pour nos vacances, les lieux et les activités susceptibles de combler au mieux nos attentes. Dans tous les cas l'objectif est fondamentalement le même malgré des vocables différents : s'éclater, s'épanouir, se sentir bien, réussir, être heureux... Malheureusement, si le concept de bonheur est difficile à cerner, les moyens pour y parvenir semblent encore plus difficiles à mettre en œuvre. Ainsi voit-on régulièrement des personnes aux facultés

intellectuelles reconnues prendre des décisions contraires à leur épanouissement. N'est-on pas étonné lorsqu'un ami qui vient de divorcer reproduit à l'identique avec son nouveau conjoint les erreurs l'ayant conduit à la rupture ? Ou un cadre en lutte pour un pouvoir dans l'entreprise sacrifier sa vie familiale ? Ou quelqu'un s'endetter au-delà du raisonnable par désir de briller ? De plus, les gens heureux ne se recrutent pas uniquement chez les gros QI, loin de là, ce qui implique que les capacités intellectuelles mesurées par les tests sont insuffisantes pour expliquer l'intelligence, que ceux qui parviennent au bonheur disposent de quelque chose de plus. Est donc intelligent celui qui est heureux ; peu importe que l'on soit berger ou ingénieur, le QI n'a pas d'influence. L'intelligence est donc une qualité qui coiffe, dirige et harmonise toutes les capacités intellectuelles. Elle permet à l'individu de ne jamais entreprendre une action opposée à ses intérêts profonds.

Hypothèse cependant inexploitable car, d'une part, nul n'a jamais pu mettre en évidence cette structure de l'intelligence et, d'autre part, rares sont les personnes capables de juger du bonheur d'autrui hormis les sages dont la lucidité peut percer les façades les plus solides. En effet, paraître heureux, c'est montrer la pertinence des choix de vie que l'on a effectués, c'est, in fine, afficher des moyens intellectuels supérieurs. Donc toute personne qui se soucie de son image va tout mettre en œuvre pour prouver son bonheur. Avec d'autant plus d'acharnement qu'elle a quelque chose à camoufler. Le commun des mortels s'y laisse prendre qui amalgame bonheur, plaisir, confort, richesse, célébrité, etc.

Il nous faut donc reprendre le raisonnement en ses prémices. Revenons à nos énarques et nos X. Ce sont finalement des gens comme les autres mais avec un QI toujours dans la moyenne supérieure et une grande puissance de travail. Il est admis, aujourd'hui, que nous sommes tous conditionnés ; par la publicité et les différents médias, c'est un truisme, mais aussi par notre culture, nos origines, nos attaches politiques, notre famille, notre religion, nos loisirs, notre milieu professionnel, etc. Les conditionnements, les idées préconçues ou les a priori se traduisent par des comportements, des raisonnements et des actes stéréotypés, prévisibles ; les perceptions, sous influence, sont altérées et, en conséquence, les décisions trop souvent insidieusement orientées et parfois inappropriées.

Comment naissent donc ces conditionnements ? Une situation nous amène à réagir d'une certaine façon. Si nous réutilisons cette réponse à l'identique dans tous les cas semblables au motif que la première fois nous a donné satisfaction, nous ne serons plus tout à fait en phase avec la situation réelle, car elle sera à coup sûr légèrement différente des occurrences antérieures ; la vie n'est pas un laboratoire, mais on amalgame souvent des circonstances d'allure proche qui questionnent de façon sensiblement différente dans une même problématique pour laquelle on aura une réponse standardisée. On peut donc se conditionner tout seul, par économie, en ne se donnant pas la peine d'examiner correctement chaque événement. Pire, le milieu dans lequel nous sommes immergés nous enseigne le « bon » comportement ou la « bonne » pensée face à une situation donnée. Ce conformisme plus ou moins imposé est rarement confronté à l'analyse critique : « On ne peut pas tout remettre en question ! » répliquait un ami, il y a quelques décennies, pour justifier ce comportement moutonnier. C'est ainsi que nous suivons presque aveuglément, et en dépit de nos dénégations, la publicité, la propagande, nos coutumes, nos habitudes ou nos gourous mais aussi, c'est encore plus grave, car nous lui faisons une confiance absolue, l'enseignement que nous avons reçu, à l'école ou dans l'entreprise, nonobstant ses approximations, erreurs et autres pseudo-vérités. Nous avons tous vu, au cinéma, le gag de la B.A. répétée qui impose à un aveugle de

traverser plusieurs fois la même rue, chacun voulant l'aider à franchir l'obstacle sans lui demander son avis. Cette caricature n'est pas si éloignée de la réalité. L'aveuglement n'est pas le propre des aveugles.

Ces défauts de réflexion, ces décisions téléguidées, habituels chez l'individu lambda, semblent incongrus chez un énarque ou un X ; on leur attribue une telle puissance intellectuelle qu'on est choqué de les voir subir les mêmes travers que le commun des mortels.

Mais ce n'est pas tout ! de nombreux troubles psychologiques peuvent également affecter nos perceptions, nos jugements, nos décisions, nos actions et nos comportements. Ce sont nos émotions, nos sentiments, nos humeurs et états d'âme que l'on nomme du terme générique « affects ».

En fin de compte, le QI constitue une approche, certes très approximative mais acceptable, pour jauger l'intelligence. Dans notre précédente théorie, une super capacité venait s'y ajouter ; pour expliquer les aberrations comportementales de nos élites (car nous les avons citées en exemple, mais l'explication vaut pour tous), nous émettons l'idée que les conditionnements et les affects occultent ou compromettent une partie des facultés intellectuelles mesurées par les tests. En effet, comment pourrait-on prendre les bonnes décisions quand le prisme déformant des conditionnements perturbe nos perceptions, que nos facultés sont anesthésiées par des comportements rigides, doctrinaires et que nos affects nous immergent dans un océan de confusions. Notre intelligence ne pourra s'exprimer pleinement qu'en éradiquant toute forme de déficience psychologique. Est donc très intelligent celui qui dispose de larges capacités intellectuelles (gros QI), n'est pas ou peu conditionné ni affecté par d'éventuels troubles de l'esprit. Ainsi un THQI (très haut QI), comme ils aiment à se nommer, en proie à divers perturbateurs du discernement peut se comporter comme un niais. À l'inverse l'individu lambda libéré de ses démons psychologiques peut faire preuve d'une intelligence supérieure.

Notre expérience a largement confirmé la pertinence de cette théorie.

Les arts martiaux rendent-ils intelligent ?

Cette question en sous-tend deux autres :

D'abord, les arts martiaux développent-ils les facultés intellectuelles ?

Le QI n'est pas figé ; il augmente assez régulièrement avec l'âge. Ce qui pose actuellement un problème aux États-Unis, car l'exécution d'un condamné à mort est impossible si son QI est inférieur à 70 (débile mental, on estime qu'il ne comprend pas ce qu'il fait ni ce qu'on lui fait). Or, certains condamnés au QI inférieur se retrouvent après quelques années de prison avec un QI supérieur à 70. Doivent-ils alors subir l'injection létale ? Nous laisserons chacun en débattre en son for intérieur.

Cette progression du QI, variable d'un individu à l'autre, est liée à deux facteurs : la richesse des stimuli que procure l'environnement et l'activité du sujet. La passivité équivaut à l'absence de toute stimulation ; elle ne peut conduire qu'à l'abrutissement. Cela est valable pour l'enfant qui construit son intelligence comme pour l'adulte qui la développe.

L'art martial recèle une immense richesse conceptuelle dont on prendra conscience en s'entraînant régulièrement. Cette richesse, caractéristique du véritable art martial, est afférente à la notion d'efficacité en toute circonstance, car, outre la diversité des situations à explorer, immense champ d'investigation, cette finalité impose une grande rigueur dans la conception des techniques et des stratégies utilisées ; elle est évidemment liée à la dimension philosophique inhérente au budo. Si l'on doit opérer le meilleur choix en termes de stimulation de l'intelligence, l'art martial

occupe donc une situation privilégiée. La plupart des autres activités, même issues d'un art martial, offrent un potentiel moindre. Malheureusement, il arrive que des professeurs n'enseignent qu'une technique simplifiée, c'est souvent le cas dans les clubs où la compétition est le seul objectif de l'entraînement, ou dénuée de tout lien philosophique. Mais, même dans un vrai dojo doté d'un excellent sensei, il se trouve des pratiquants hermétiques, parfois à cause d'un QI trop faible, plus souvent en raison d'idées préconçues stérilisantes. Dans le cadre d'un apprentissage complexe, le pire est de croire que l'on sait.

Raisonnement par analogie, élargir le champ de ses investigations, s'ouvrir aux idées novatrices sont des clés pour l'acquisition de vastes facultés intellectuelles. Accumuler des connaissances ne suffit pas ; il faut les relier aux acquis précédents, construire des réseaux, ne jamais laisser un savoir orphelin.

Pourquoi suis-je si lent quand je tente un *ushiro mawashi geri* ? Pourquoi le patineur accélère-t-il sa rotation quand il ramène les bras près de son corps ? Tiens, il y a une relation ! Donc si je garde ma jambe près de mon corps en tournant au lieu de la tendre tout de suite, je vais tourner plus vite ?

L'analogie est le début de l'élaboration d'un concept. Certes, dans l'exemple précédent, nous sommes encore loin d'une formulation mathématique, mais le principe est compris, sa réutilisation possible comme son approfondissement.

Pourquoi les *kata* finissent-ils souvent par une parade ? Pourquoi ne met-on pas K.O. un adversaire qui vient de nous attaquer ? Parce qu'il n'attaque plus ! Il faut donc faire la différence entre défense et vengeance ! Les liens avec la législation (légitime défense) ou une réflexion philosophique (la vengeance est-elle légitime ?) sont en place.

La recherche des *bunkai* (applications des *kata*) est une réelle stimulation de l'ouverture d'esprit, de la créativité. La richesse de cet exercice est fabuleuse, à condition, bien sûr, de ne pas s'enfermer dans la seule répétition d'un prétendu « *bunkai officiel* ».

Voilà bien de quoi étoffer les facultés intellectuelles. On pourrait multiplier à l'infini les exemples tirés de la pratique de l'art martial. Nous sommes donc bien détenteurs d'un support capable de stimuler notre intelligence, car le véritable art martial est parmi les activités les plus riches et ses implications sont presque infinies, mais seuls les actifs volontaires seront bénéficiaires.

Ensuite, permettent-ils d'évacuer les conditionnements et les affects ?

En combat, quand on décide d'attaquer, c'est l'échec garanti. L'attaque doit être spontanée, fruit d'un long entraînement, sans intervention de l'esprit (Cf. l'arc réflexe). Toute idée préconçue (Comme il est grand !... Je vais lui mettre un *mawashi* dans la tête !...), toute émotion (J'ai peur !... Il m'énerve !...) mobilise l'esprit qui n'est plus disponible pour l'observation. Or, sans observation, ou lorsque celle-ci est imparfaite, la prise de décision est forcément erronée. Les Japonais utilisent l'expression « *mizu no kokoro* » : « l'esprit est comme l'eau ». Une eau calme est comme un miroir ; agitée, l'image se trouble. Les pensées forment des vagues. Il est donc essentiel de stopper le flux des pensées parasites. C'est le travail du *mokuso* (méditation au début et à la fin du cours), mais on comprend vite que cette vacuité de l'esprit est nécessaire en combat et qu'elle est fort utile dans de nombreux épisodes de la vie quotidienne. Lors d'un *kumite*, les meilleures techniques sont celles que l'on ne sent pas partir, preuve que notre esprit s'occupe d'autre chose ; ce sont les mêmes que l'adversaire ne voit pas venir.

Exit les parasites de l'esprit.

Ainsi l'art martial offre tous les ingrédients pour stimuler l'intelligence : développement des capacités mentales et physiques — car de multiples auteurs mentionnent une intelligence du corps —, éradication des conditionnements et maîtrise de l'esprit (objectif fréquemment atteint en partie et de façon ponctuelle au dojo, mais pour atteindre un but, l'essentiel est de se mettre en marche), le tout intégré dans une intense activité. À condition de manifester une indéfectible volonté d'y parvenir car, si l'on observe des métamorphoses spectaculaires en une dizaine d'années de pratique, certains cas démontrent que l'inscription dans un club est insuffisante pour garantir une progression sensible de l'intelligence. Soif inextinguible d'apprendre, remise en question permanente et efforts constants sont requis.

## BONHEUR

Si l'intelligence pose des problèmes de définition, c'est pire pour le bonheur. Le dictionnaire de l'Académie française (huitième édition) stipule :

Félicité, **état heureux**, prospérité. (C'est l'auteur qui souligne.)

Heureux est l'adjectif qui correspond au nom bonheur, tous deux construits sur la même racine. Les académiciens font des fautes d'écolier. D'ailleurs, par curiosité, voyons leur définition pour « heureux » :

**Qui jouit du bonheur**, qui possède ce qui peut le rendre content.

Sans commentaire.

Le Petit Robert indique :

État de la conscience pleinement satisfaite.

Fort bien ! Mais chacun sait que les hommes ne sont jamais satisfaits. Donc, d'après cette définition, ils ne seront jamais heureux. De plus la littérature nous abreuve de contradictions et d'absurdités sur ce sujet accommodé à toutes les sauces. Dans le giron du bonheur les écrivains placent l'amour et la liberté, mais ces deux-là font mauvais ménage. Bonjour l'angoisse !

« Bonheur », « amour », « liberté » : trois mots galvaudés que nous aimerions voir remonter sur leurs piédestaux. Trois mots dont les liens sont plus étroits qu'on ne le croit.

Plutôt que disserter sur les mots, analysons les faits. Quelles sont les causes du malheur ou du bonheur des hommes ?

Pour être heureux, il faut vivre, et pour cela un minimum vital est nécessaire : se nourrir, se vêtir et se loger. Nécessaire et suffisant, comme l'ont démontré la plupart des philosophes... qui ont rarement concrétisé dans les faits le fruit de leurs investigations. Sans doute parce qu'étant philosophe on n'en est pas moins homme. Or les hommes rêvent de richesse, ils s'imaginent au bras des plus belles femmes de la planète, quand les femmes fantasment sur le prince charmant, ou ils aspirent à la direction d'un empire (un service, une entreprise, une mafia ou un état). Ils pensent qu'une de ces situations leur apportera le bonheur alors que cela les rend cupides, concupiscent, autoritaires, vindicatifs et... malheureux. Il est vrai qu'un homme heureux peut disposer de l'aisance financière, avoir une épouse magnifique et diriger une entreprise ou une collectivité, mais son bonheur réside en un tout autre lieu que ces contingences. Les médias véhiculent moult exemples de personnages matériellement comblés qui affichaient un bonheur provoquant quelques jours plus tôt et qui sombrent dans un enfer sordide. Mais le public, atteint de cécité sélective, préfère retenir les images de bonheur conformes aux schémas conventionnels, oubliant qu'il ne

s'agit que d'images, de façades. Le bonheur simple et sans histoire n'est pas médiatique et n'a donc pour le public qui vit au travers de ses écrans pas d'existence réelle.

Malgré les évidences, chacun poursuit son chemin dans la trace que les générations ont imprimée dans la conscience collective : magnifique conditionnement ! et surtout belle démonstration d'une erreur sur le choix de « la voie ». Les excuses ne manquent pas, cependant ; comment choisir un chemin quand on ne sait pas où l'on va ? Ainsi, la définition du Petit Robert nous aiguille vers la notion de satisfaction. S'agissant de la conscience, ce ne peut être que la satisfaction d'un désir (par opposition à un besoin). Or, le désir, manipulé à souhait par tous les professionnels de la communication, est une indiscutable manifestation de nos conditionnements. Chacun peut en outre constater la constante escalade des désirs, la satisfaction d'un de ceux-ci débouchant systématiquement sur un nouveau désir. La machine infernale est en marche avec toutes les frustrations qui en découlent puisque de nombreux désirs ne seront pas satisfaits. Quant à nos académiciens, ils ânonnent la première débilité qui leur est servie : « prospérité ». Ils évaluent leur bonheur à la grosseur de leur portefeuille. Les pauvres ! La sagesse n'est pas à rechercher de ce côté.

Ces constats nous imposent une interrogation : pourquoi la partie de notre conscience qui raisonne ne parvient-elle pas à s'affranchir de ces conditionnements qu'elle juge elle-même le plus souvent contraires à ses intérêts ?

Le psychisme de l'homme est d'une complexité désarmante, bourré de contradictions, un écheveau que de nombreux chercheurs ont tenté de démêler. Conscient, subconscient, inconscient, moi, surmoi, triple moi, ça, ego... des kyrielles de mots pour décrire le fouillis qui encombre les limbes de nos cerveaux. Bref, la recherche occidentale, scientifique ou pseudo-scientifique, s'est attachée à comprendre comment fonctionne (mal) notre psyché. Pendant ce temps, les philosophies orientales, indienne, chinoise et japonaise essentiellement, se sont préoccupées de lui trouver un fonctionnement harmonieux. L'Occident veut comprendre l'esprit, l'Orient veut l'améliorer, l'enjoliver. Les divergences cessent quand on doit désigner le siège des difficultés humaines : le consensus s'établit sur « l'ego » que la psychanalyse préfère nommer « moi ».

L'ego a peur de disparaître — n'avons-nous pas peur de mourir ? —, d'être agressé ou envahi, donc il se protège, s'isole, se barricade. Conséquence : il se coupe de toute véritable relation.

Exister ne lui suffit pas, il veut être considéré, respecté, honoré, donc il se valorise, se gonfle, s'hypertrophie. La possession lui semble la meilleure recette, mais il faut l'étaler, l'exagérer pour qu'elle suscite l'envie. Il y gagne mépris, suffisance, avidité, vanité, duperie, etc.

Le sommet est atteint quand les autres se prosternent à ses pieds. Certains se contenteront de l'obéissance de leur chien, d'autres exigeront la soumission de leur femme, de leurs enfants ou de leurs subalternes, quelques-uns jouiront de l'allégeance d'un empire. Plus dure sera la chute.

Ainsi s'élabore l'ego qui se décline en termes de protection de soi (l'ego a peur), valorisation (éternel et stérile débat entre « être » et « avoir » où personne ne voit que les deux mènent à l'hypertrophie de l'ego) et domination (notre monde n'est plus qu'une immense compétition) en s'appropriant les platitudes qui circulent dans les cénacles que nous avons élevés au rang de maîtres à penser. L'ego que certains appellent « la personnalité » n'est qu'un amas de conditionnements, les mêmes pour tous, dont le dosage donne les nuances que l'on sait.

Au cinquième siècle avant notre ère, Lao Tseu, contemporain de Confucius et de Bouddha, devisait ainsi de l'ego :

« L'ego est un singe qui se catapulte dans la jungle :  
totalement fasciné par le royaume des sens,  
il se balance d'un désir à l'autre,  
d'un conflit à l'autre,  
d'une opinion personnelle à l'autre.  
Si vous l'effrayez c'est, en fait, pour sa propre vie qu'il aura peur. »

Là réside la différence entre l'Occident et l'Orient. Ce dernier a compris depuis longtemps que l'ego ne sert à rien, pire qu'il est nuisible. Si, comme on l'a vu, l'ego est un immense amoncellement de conditionnements, il ne recèle rien d'autre de positif — une introspection sérieuse le révèle immédiatement — qui permettrait de justifier son utilité. Tuer l'ego, trancher l'ego, voilà ce que recherchent de nombreuses écoles d'arts martiaux traditionnelles dans le pur prolongement des philosophies et religions orientales.

Plus d'ego ; plus de contradictions ; plus de conflit. Nous sommes toujours dans le cadre de l'art martial dont le but est de régler un conflit — objectif du débutant — ou d'éviter un conflit — objectif du maître —. Et c'est en adéquation avec notre propre définition du bonheur : absence de conflit avec les autres mais surtout avec soi-même.

Et l'amour dont nous avons parlé plus haut ? Oublions notre besoin d'être aimé, nos demandes de preuves d'amour ; c'est l'ego qui réclame cela pour se dilater. Le véritable amour, loin de la pulsion sexuelle enjolivée par le vocable « coup de foudre », naît quand l'ego s'efface, quand, enfin, nous pouvons être attentifs et ouverts aux autres. Oublions également la trivialité « l'amour est aveugle » ; le véritable amour est clairvoyant : le jardinier qui soigne ses roses sait exactement de quoi elles ont besoin pour s'épanouir. Ainsi, la disparition de l'ego confère amour, bonheur et lucidité puisque l'esprit va pouvoir officier sans entrave. On peut sans hésitation ajouter la liberté attendu que, dans ces conditions, l'esprit ne subit plus aucune influence. La cohabitation de ces mots devient possible, il est vrai, grâce à de nouvelles acceptions. Des mots qui sont remontés sur leurs piédestaux respectifs.

Que des avantages ! et nous les refusons ! Du moins, l'ego les refuse, ce qui est normal quand on lui suggère de se suicider. Or, nous ne pouvons pas disserter sur le sujet à son insu. Rien ne sert donc d'y réfléchir comme on aborde une question banale puisque c'est l'ego qui dirige et décide. Une seule solution : il faut sentir dans ses tripes (le hara !) l'urgence d'une profonde mutation. Il faut percevoir dans son corps cette nécessité vitale ; cela ne peut se réaliser que dans la douleur violente d'un affrontement psychologique où l'ego sera écrasé. Les maîtres zen utilisent des formules ésotériques pour solliciter l'esprit sous d'autres formes que le raisonnement. Les samurai s'exposaient volontairement à la mort pour contraindre leur ego à accepter sa propre fin. De nombreux témoignages évoquent une intense souffrance psychologique à l'origine de l'illumination. Cet événement survient brusquement lors de circonstances extraordinaires (tout le monde en rencontre), d'où le terme d'illumination. Et c'est bien une accession à la lumière qui attend les heureux élus débarrassés de la chape de plomb de leurs conditionnements et des vicissitudes d'un esprit embrumé.

L'intelligence est donc nécessaire pour concevoir cette recherche, mais elle a besoin d'être relayée pour progresser vers le but.

L'art martial dont les objectifs ultimes correspondent à la définition du bonheur peut être un bon guide vers la lumière car, si cette illumination est instantanée, elle ne survient que chez des



individus réceptifs. On conçoit donc bien qu'il soit nécessaire d'effectuer un travail de préparation pour atteindre cette réceptivité. La transformation des individus dans le cadre d'un effort opiniâtre tel qu'on en voit dans les arts martiaux est une des formes que peut prendre ce travail. C'est cela que l'on nomme « la voie » (do) ; une voie qui passe par l'intelligence et mène au bonheur.

## SAGESSE

Citons le Petit Robert :

1. Connaissance juste des choses.
2. Qualité, conduite du sage, modération, calme supérieur joint aux connaissances.
3. Modération et prudence dans la conduite.
4. Caractère mesuré, modéré.

Comment reconnaître un sage ?

- Le sage est lucide, clairvoyant (définition N°1), ce qui implique qu'il ne soit pas conditionné. C'est donc, selon les termes consacrés, un éveillé, un illuminé, et il a tranché son ego. Laissons de côté l'imagerie habituelle du vieil ascète au physique déclinant dont l'érudition s'exprime sur un ton étudié (définitions N°2, 3 et 4). Tout bon acteur se coulera aisément dans ce rôle fantaisiste.
- Le sage ne dédaigne pas de prendre quelque plaisir si celui-ci n'engendre pas d'inconvénient. La satisfaction de l'esprit et de la chair favorise l'épanouissement ; les mortifications aigrissent les caractères.
- Le sage n'est pas toujours démuné, mais il sait que l'essentiel de sa richesse est en lui. Ses possessions ne l'accablent pas, car il ne s'y sent pas attaché.
- Le sage n'est pas forcément vieux, même si le temps est un facteur déterminant. Jiddu Krishnamurti, dont personne ne contestera le qualificatif de sage, tenait à vingt ans les mêmes discours qu'à soixante-dix.
- Le sage peut être actif, dynamique, sportif ; c'est même un gage de bonne santé. N'oublions pas que la maladie est un conflit et que le corps n'est pas dissocié de l'esprit.
- Le sage, exempt de conditionnement et d'affects sclérosants, voit et dit des choses surprenantes. Comment le différencier d'un fou ? Ou de quelqu'un qui se trompe ? « Le fou qui pense qu'il est fou est un sage. Le fou qui pense qu'il est sage est un fou. » Bouddha. Ne cherchons pas, même avec l'aide de Bouddha, c'est impossible sauf pour un sage qui dispose du discernement nécessaire. D'ailleurs, peu importe de savoir si untel est sage ; l'essentiel est d'accéder à la sagesse — ou de progresser dans cette voie.
- Le sage est intelligent et cultivé. Intelligent, puisqu'il a tranché son ego, s'est débarrassé de ses conditionnements, s'est pourvu de facultés intellectuelles suffisantes pour lui ouvrir la porte de l'illumination. Cultivé, car dans notre monde, tout est interdépendant, pas seulement depuis l'introduction du terme « mondialisation », et que, pour comprendre totalement les phénomènes, il faut relier toutes les connaissances qui présentent un rapport même lointain avec ceux-ci.
- Le sage fait rimer amour et liberté. Amour, vu que l'absence d'ego, donc la vacuité de l'esprit — c'est l'ego qui bavarde sans cesse —, le tourne entièrement vers autrui. (Lorsque nous parvenons, en combat notamment, à cette vacuité de l'esprit, c'est notre ego que nous avons provisoirement annihilé. Cet état nous permet de nous occuper efficacement de

l'adversaire puisque nous ne sommes plus centrés sur nous-mêmes. Il faut aimer ses adversaires.) Liberté : nous évoquons le psychisme, car le sage, jamais soumis, est parfois mis en prison ou entravé dans l'expression de ses droits. Affranchi de son ego, il n'est dans la dépendance d'aucune entité supérieure : parti politique, société secrète, gourou, religion, intérêts financiers...

Toutes ces qualités font du sage un partenaire idéal dans tout type de relation, mais l'humanité, dans sa folie destructrice, prend rarement le temps de l'écouter, aussi se consacre-t-il le plus souvent à être heureux dans son univers. Seules quelques rares personnes perçoivent l'aura qui le couronne et sollicitent ses conseils bienveillants (cette aura est une image poétique qu'il ne faut pas prendre à la lettre ; Des charlatans, comme les dirigeants de la Société Théosophique, ils ne sont pas seuls, ont largement exploité ce filon au début du vingtième siècle et il en reste quelques traces de nos jours). Il les aide à franchir le mieux possible les obstacles de la voie. Car le sage, comme Socrate, sait qu'il ne sait rien, que sa principale richesse est le vide infini de son esprit, que le salut nous viendra de la découverte du vide absolu. Ainsi n'attend-il rien — le vide ne peut être plus vide — et peut-il tout donner — le vide est inépuisable.

Le sage éclaire sans éblouir.

## LA VOIE ET L'ILLUMINATION

L'homme intelligent est, bien sûr, pourvu de larges capacités intellectuelles et d'une culture éclectique, mais il sait relativiser ses connaissances et, c'est peut-être l'essentiel, faire taire son ego, source de toutes les verborités oiseuses.

L'homme heureux ne connaît pas le conflit, car il a muselé son ego, roquet aussi hargneux que craintif.

L'homme sage a parcouru la voie et rencontré l'illumination en tranchant son ego. La pénétration de son regard et le silence de sa conscience lui révèlent un monde différent du nôtre. Pour lui, la Vérité s'est entièrement dénudée.

Que voient donc les illuminés et que ressentent-ils de si exceptionnel ? Impossible de décrire un univers qui n'existe pas dans notre langage ! C'est pour cette raison que les Occidentaux s'égareront souvent dans leur quête : ils s'engagent dans la voie en cherchant quelque chose. Ce quelque chose est forcément formulé avec les mots de notre langage. Chercher l'inconnu en l'exprimant sous une forme connue ne permet de trouver que du connu. Les fréquentes désillusions n'ont pas d'autre origine. Il faut entrer dans la voie en ne cherchant rien du tout ; si nous savons où mène la voie, c'est que nous ne sommes pas sur la voie. Une seule certitude : la véritable voie est perfection. Or la perfection ne procède jamais par accumulation mais par élimination du superflu, de l'inutile et du nuisible. Ainsi, nous en avons maintenant une conscience aiguë, le mal absolu est en nous, il s'appelle « ego », nous guérirons quand nous aurons expulsé cette gangrène, autrement dit, quand nous aurons fait le vide. Pas un vide ponctuel ou partiel, pour un *mokuso*, un *kata* ou un *kumite*, non ! mais une vacuité totale et permanente de l'esprit. Difficile ! certes, car à l'opposé de tous les poncifs, mais c'est la condition sine qua non pour s'ouvrir au monde et s'enivrer du monde.

Sakura Sensei