

## Chapitre 6

### Recomposition de l'univers philosophico-religieux chez les jeunes adultes pratiquants d'arts martiaux chinois au Québec. Vers une vision holistique du *religieux vécu*

*Dominic LaRoche*

**L**es arts martiaux chinois (communément appelés « kung fu » ou « gong fu » en Occident) ne diffèrent pas tellement des pratiques de combat provenant d'aires géographiques non occidentales et avec lesquelles nous sommes un peu plus familiers : le karaté, le judo et le jiu-jitsu japonais, le taekwondo coréen, etc. Qu'on parle des techniques calquées sur les mouvements d'animaux dans l'école *shaolin* ou l'école *hung gar*, des techniques linéaires et plus restreintes de l'école *wing chun*, de la « boxe des huit trigrammes », le *bagua zhang*, ou de la « méditation en mouvement » du *taiji quan*, tous ces arts offrent un entraînement au combat qui s'attache à des valeurs philosophiques, morales et religieuses particulières. Dans les sociétés occidentales

contemporaines, on ne peut que constater l'importance qu'ont prise ces traditions chinoises depuis les années 1960<sup>1</sup>.

Dans le présent chapitre, on se demandera comment la pratique des arts martiaux chinois peut constituer une nouvelle instance productrice de sens chez les jeunes adultes québécois. En effet, les arts martiaux chinois se parent traditionnellement de tout un discours philosophico-religieux qui tire ses origines des traditions religieuses et philosophiques asiatiques, en particulier du bouddhisme et du taoïsme. On est alors confronté à un discours légitimateur qui cherche à intégrer la pratique d'un art de combat dans un cheminement philosophico-religieux, donnant ainsi à cette pratique un sens plus profond que le simple objectif d'acquérir des aptitudes martiales. En fonction de ce discours traditionnel, les arts martiaux sont devenus pour bien des pratiquants chinois une « voie » (*dao*) vers une forme de salut bouddhique (éveil, illumination) ou taoïste (recherche d'immortalité physique et métaphysique). L'intégration des arts martiaux chinois dans les sociétés occidentales, à partir des années 1960<sup>2</sup>, a également favorisé le transfert de ce discours à saveur spirituelle vers une nouvelle aire géographique et culturelle. On peut alors se demander comment ce discours module l'univers philosophico-religieux des pratiquants d'arts martiaux occidentaux, et principalement des jeunes pratiquants au Québec. Mon argument sera ici que la pratique des arts martiaux chinois (comme de toute tradition venant d'une autre culture) constitue une nouveauté dans le paysage culturel québécois qui atteste une reconfiguration de l'univers de sens des jeunes. Or, il faut comprendre que cette reconfiguration ne s'opère pas en adoptant tels quels les pratiques, les croyances, les doctrines et les discours de ces traditions chinoises, mais bien en procédant à des sélections et à des réinterprétations à partir de signifiants qui sont déjà à la disposition des pratiquants québécois. En bref, la pratique des arts martiaux chinois au Québec s'inscrit à mon sens dans ce que d'aucuns ont nommé la « culture de la quête spirituelle », une culture influencée par une vision très « holistique » du religieux.

1. À preuve, le nombre grandissant de productions cinématographiques depuis une quinzaine d'années portant sur les arts martiaux chinois : *Crouching Tiger, Hidden Dragon* (2000), *Hero* (2002), *House of Flying Daggers* (2004), *Fearless* (2006). Ces films sont évidemment en continuité avec la popularité des films de Bruce Lee dans les années 1970.
2. On suppose que les arts martiaux chinois sont « importés » en Occident avec les premiers immigrants chinois aux États-Unis au milieu du XIX<sup>e</sup> siècle, mais ce n'est que dans les années 1960 que ces arts deviendront accessibles à la population occidentale en générale, d'abord à travers le *taiji quan*, mais également grâce à la popularité du cinéma d'arts martiaux.

## LA PRATIQUE DES ARTS MARTIAUX CHINOIS CHEZ LES JEUNES ADULTES QUÉBÉCOIS: UN PROFIL

Cette brève étude a été menée à partir d'un questionnaire distribué à 38 pratiquants d'arts martiaux chinois inscrits dans deux écoles de la région de Québec<sup>3</sup>. L'échantillon retenu est, de façon générale, représentatif de la clientèle type des écoles d'arts martiaux chinois au Québec: de jeunes adultes, entre 18 et 35 ans, 33 hommes et 5 femmes<sup>4</sup>, qui cumulent respectivement entre une et dix années de pratique (donc de niveau débutant à niveau avancé) et qui accordent entre 5 et 15 heures par semaine à leur entraînement. La plupart (31) n'en sont pas à leurs premières expériences dans les arts martiaux et ont fréquenté d'autres écoles avant de s'engager dans la pratique des arts martiaux d'origine chinoise. Ces jeunes viennent de tous les milieux sociaux, mais une majorité d'entre eux sont titulaires d'un diplôme universitaire (22) ou sont encore étudiants (13). De même, les répondants se définissent selon une appartenance religieuse qui se partage entre chrétien catholique (10), athée ou sans appartenance religieuse (15), ou « autre » (9), une catégorie relevant généralement d'un syncrétisme spirituel puisant à plusieurs traditions, en particulier asiatiques. Le questionnaire insistait particulièrement sur les rapports que les pratiquants entretiennent avec la philosophie, la morale, la religion et la spiritualité à travers la pratique des arts martiaux chinois. Il cherchait à mettre en lumière comment de jeunes adultes, ayant grandi dans la culture religieuse spécifique du Québec, pouvaient trouver, dans la pratique d'un art de combat asiatique, une forme de religiosité ou de spiritualité qui donne un sens à leur vie.

Premier constat: la quasi-unanimité des répondants (37) considère que la pratique des arts martiaux comporte une dimension philosophique ou morale et considère que cette dimension est essentielle (24), très importante (4) ou importante (8) dans leur pratique personnelle. De même, une majorité de répondants (31) considère que la pratique des arts martiaux comporte une dimension spirituelle ou religieuse et que cette religiosité/spiritualité est essentielle (15), très importante (5) ou importante (8) dans la pratique. En contrepartie, lorsqu'on pose la question: « Considérez-vous que votre pratique des arts martiaux répond à un besoin spirituel ou religieux

3. L'Institut d'arts martiaux chinois Yves Laprise à Québec et l'Institut d'arts martiaux chinois Denis Shink à Lévis. Ces deux écoles enseignent sensiblement les mêmes styles d'arts martiaux chinois dont les principaux sont le *wing chun*, le *hung gar*, le *taiji quan*, le *xingyi quan* et le *bagua zhang*.
4. Encore aujourd'hui, le domaine des arts martiaux, toutes disciplines et traditions confondues, est majoritairement dominé par des hommes.

particulier?», seulement 22 des 38 personnes interrogées répondent par l'affirmative. Lorsqu'on demande aux répondants d'expliquer leur réponse, on se rend compte que ce besoin de spiritualité ou de religieux s'inscrit généralement dans une perspective qui est essentiellement centrée sur la vie individuelle quotidienne, sur le développement du jeune en tant qu'être humain, et sur le sens qu'il donne à la vie de tous les jours. Fait important à noter, dans toutes les réponses données, il n'y a aucune mention d'une transcendance située au-delà de la vie humaine. La dimension spirituelle ou religieuse dans la pratique des arts martiaux aide certains pratiquants à donner un sens à leur vie, mais selon des besoins qui demeurent toujours au niveau de la vie personnelle terrestre. On cherche à devenir « plus humain », à « se transformer de l'intérieur », à « aller au-dessus de soi-même », à « se recentrer sur soi-même », à « se transformer de l'intérieur » ou encore à « se discipliner dans la vie courante », à « mieux se comprendre », à « se ressourcer d'une bonne énergie », « à transcender l'univers matériel<sup>5</sup> ». Bref, la pratique des arts martiaux répond surtout à un besoin de bien-être concret et personnel dans la vie quotidienne des pratiquants. Elle ne semble pas répondre spécifiquement à un besoin de sens touchant la vie après la mort.

Ce phénomène se reflète également dans le code de conduite ou le « code d'honneur » qui est véhiculé dans les écoles d'arts martiaux chinois et que la majorité des répondants considère essentiel (33) ou important (5) dans la pratique des arts martiaux. Ceux-ci respectent toujours (17) ou la plupart du temps (19) ce code de conduite, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur de l'école. Il s'agit essentiellement d'un code moral – c'est-à-dire d'un « comment agir dans le monde » – que les répondants essaient d'appliquer à leur vie de tous les jours. Lorsqu'on leur demande de définir ce code moral, les réponses tournent généralement autour des mêmes thèmes fondamentaux : respect des autres, respect de soi, respect de la tradition (thèmes qui se retrouvent dans pratiquement toutes les réponses), humilité, loyauté, honneur, persévérance, sagesse, droiture, courage.

La dimension philosophico-religieuse et la dimension morale des arts martiaux apparaissent également lorsqu'on demande aux répondants de décrire les bienfaits de la pratique des arts martiaux dans leur vie. Ces

5. Il est à noter que deux répondants ont répondu « non » à cette question mais en donnant des explications qui sont semblables à ceux qui ont répondu « oui ». On peut alors faire l'hypothèse que si la question ne s'en était pas tenue à la « spiritualité » ou à la « religion » et avait débordé sur la philosophie ou sur une dimension plus large sur le « sens de la vie », davantage de répondants auraient répondu par l'affirmative en donnant des explications semblables.

bienfaits tournent en général autour d'une recherche d'harmonie entre les aspects physique, psychologique et spirituel de la vie humaine. La dimension de la mise en forme, de l'augmentation des capacités physiques ou des aptitudes martiales est habituellement mentionnée en premier lieu, mais cet aspect est toujours additionné d'autres dimensions à caractère psychologique, sociale ou spirituelle: la détente et le calme; le simple plaisir de l'entraînement; le sentiment de bien-être et la bonne humeur qu'on tire de la pratique; le développement de la confiance en soi; le sentiment d'accomplissement, de développement personnel, de satisfaction personnelle et de dépassement de soi; la discipline; la gestion des relations conflictuelles, l'écoute de soi et des autres, l'amitié et une meilleure sociabilité. La pratique des arts martiaux amène donc l'individu à se développer en tant qu'être humain, tant sur le plan physique (mise en forme et compétences martiales) que sur le plan psychologique (développement du caractère, de la confiance), social (meilleure gestion relationnelle avec les autres) et spirituel (sentiment d'accomplissement et plaisir de l'expérience de la pratique<sup>6</sup>).

Le terme « art martial » est lui-même chargé d'une sorte de contradiction entre l'aspect « artistique » et l'aspect « militaire », mais qui, du même coup, reflète bien la perception que les répondants ont des arts martiaux et de leur rapport avec la spiritualité et la religion. Les pratiquants semblent en effet bien s'accommoder de ce paradoxe et y voient généralement une façon d'intégrer la pratique des arts martiaux à toutes les dimensions de leur vie de façon harmonieuse. Cette dimension duelle, contradictoire et holistique (je reviendrai plus loin sur la teneur exacte de ce terme) apparaît en particulier dans la définition des arts martiaux donnée par chacun des répondant<sup>7</sup>. Dans la grande majorité des définitions, l'art martial est perçu comme une technique, un entraînement ou un art de combat, ou du moins comme une activité qui implique le développement d'aptitudes physiques. À nouveau, ce développement d'aptitudes inscrites dans le corps implique aussi le développement d'autres aptitudes et attitudes touchant des dimensions psychologiques, morales, sociales et spirituelles dans un cadre *progressif*. Toutes les réponses parlent en effet d'un « cheminement », d'un « développement », d'un « apprentissage », d'un « accomplissement », ou d'un « mode de vie » qui permet d'atteindre un équilibre entre des techniques corporelles

6. Je reviendrai un peu plus loin sur les raisons qui me poussent à placer ces deux aspects à l'intérieur de la dimension spirituelle de la pratique des arts martiaux.
7. La question exacte était: « Pouvez-vous donner en une ou deux phrases votre définition personnelle de ce qu'est un art martial (indépendamment des styles, des écoles, des traditions ou de la provenance)? »

et des techniques visant le développement de qualités humaines: valeurs morales et spirituelles, maîtrise de soi, bien-être, calme intérieur.

Bref, l'art martial devient pour beaucoup un « art de vivre », un art qui apprend aux pratiquants à devenir « plus humains » à travers ce que plusieurs spécialistes des arts martiaux appelle la « voie du guerrier ». Selon ces auteurs, le « guerrier » est celui qui sait utiliser les enseignements des arts martiaux, non pas pour dominer ou combattre un adversaire physique, mais bien pour devenir un être humain au sens honorable du terme, en menant à chaque instant un combat contre lui-même, contre ses peurs, son ego, son orgueil, bref, contre tous les aléas et revers de la vie, en privilégiant toujours la paix au détriment de la violence. Cette « voie du guerrier » apparaît en filigrane dans la plupart des définitions des répondants.

On constate ainsi que la pratique des arts martiaux chinois pour les jeunes pratiquants mène à autre chose que le simple fait d'apprendre à frapper un adversaire ou à repousser ses coups. Ces arts sont imprégnés de toute une dimension philosophico-religieuse qui donne un sens à la vie du pratiquant. Dans ce qui suit, je tenterai d'analyser comment on peut expliquer cette perception particulière de la pratique des arts martiaux dans le contexte religieux québécois contemporain.

### LES ARTS MARTIAUX CHINOIS DANS LA CULTURE DE LA QUÊTE SPIRITUELLE

Contrairement à ce qu'on aurait pu penser au départ, les données recueillies par le questionnaire montrent que si la pratique des arts martiaux chinois comporte une dimension philosophico-religieuse, cette dimension n'est pas fondamentalement associée à des traditions religieuses asiatiques bien définies. Elle s'inscrit davantage dans un contexte religieux très occidental et très contemporain<sup>8</sup>. L'hypothèse qui sera défendue ici est que le phénomène des arts martiaux chinois, leur popularité chez les jeunes Québécois depuis quelques années, ainsi que les raisons de cette popularité, s'inscrit dans ce que Frédéric Lenoir appelle la « culture de la quête spirituelle » et peut s'expliquer par celle-ci. L'introduction des arts martiaux chinois en Occident dans les années 1960 coïncide d'ailleurs avec les débuts

8. Toujours en considérant que ce contexte religieux occidental contemporain a su intégrer d'une manière particulière ces traditions religieuses asiatiques.

du développement de cette culture de la quête spirituelle<sup>9</sup>. Selon Lenoir, ce phénomène s'inscrit directement dans la modernité religieuse du XX<sup>e</sup> siècle occidental caractérisé par le développement de l'individualisation, de la rationalisation et de la mondialisation.

L'individualisme religieux moderne se caractérise principalement par un refus des individus d'entrer dans une logique d'obéissance, en particulier devant le système institutionnalisé et doctrinaire typique des traditions judéo-chrétiennes, logique d'obéissance à laquelle on tente de substituer un paradigme de responsabilité (Lenoir, 2003 : 45-46). En modernité, l'individu se perçoit lui-même dans une logique où il fait maintenant ses propres choix et où il devient responsable de ses choix. On connaît bien au Québec ce phénomène qui amène, depuis les années 1960, un recul des institutions religieuses au profit d'une pratique plus personnelle, davantage axée sur le développement de l'individu et sur le libre choix des croyances et des pratiques. Il s'est donc développé toute une culture dans laquelle l'individu part en quête de sens, une quête et un sens dont il veut être responsable.

L'individu en quête de sens se trouve alors devant un « supermarché des sens ». La mondialisation des marchés et les échanges interculturels ont favorisé, particulièrement dans la deuxième moitié du XX<sup>e</sup> siècle, une explosion de l'offre religieuse, cela tant sur le plan des traditions judéo-chrétiennes, qu'on revisite selon une perspective particulière, que sur celui de nouvelles traditions qui ont tranquillement fait leur (ré)apparition : traditions ésotériques, traditions amérindiennes, nébuleuse du Nouvel Âge, gnosticisimes, traditions asiatiques, etc.

Lenoir distingue trois caractéristiques fondamentales dans ce supermarché des sens (Lenoir, 2003 : 93). Tout d'abord, la dislocation croissante entre la dimension identitaire et la dimension du sens religieux : la croyance et le sentiment religieux ne sont plus systématiquement associés à un sentiment d'appartenance à une Église ou à un groupe religieux institué. On constate, par exemple, que la pratique des arts martiaux n'implique pas une adhésion institutionnelle à une tradition philosophique ou religieuse particulière, même si l'état d'esprit de la pratique renvoie souvent à des valeurs issues de traditions comme le bouddhisme ou le taoïsme. La quête spirituelle devient un cheminement individuel où chacun prend ce qui lui plaît et s'en approprie l'utilisation dans le contexte précis de la pratique des arts martiaux. Inclure des valeurs et des pratiques issues du taoïsme ou du

9. Elle coïncide d'ailleurs également avec l'entrée en force des traditions asiatiques en Occident, en particulier à travers les mouvements contre-culturels (*Beat generation*, hippies, et un peu plus tard le Nouvel Âge).

bouddhisme dans la pratique des arts martiaux ne veut, dans ce contexte, aucunement dire qu'on s'identifie comme bouddhiste ou taoïste.

En second lieu, on observe une précarité et une ponctualité des nouvelles croyances et pratiques spirituelles. Comme la pratique religieuse n'est plus liée à un sentiment d'appartenance, le quêteur-de-sens-devenu-consommateur, devant une offre toujours plus grande issue de la mondialisation des marchés, se donne le loisir de magasiner, de choisir ce qui lui plaît, de rejeter ce qui ne cadre pas avec ses besoins et ses attentes, de cheminer d'une tradition à une autre, de consommer pour un temps et de « jeter après usage », pour ensuite passer à autre chose. Les notions, croyances et pratiques que l'on associe avec la pratique des arts martiaux ne sont donc pas immuables et ne sont jamais constituées en dogmes. Elles sont symboliquement effectives mais, en un sens, fragiles et interchangeableables. Il en résulte alors une sorte de bricolage : le quêteur bricole lui-même sa spiritualité à partir des recherches qu'il mène dans différents domaines touchants la religion, la philosophie, les « techniques du corps », la science, etc.<sup>10</sup>. La pratique des arts martiaux devient dès lors un lieu privilégié pour mettre en valeurs des éléments provenant de traditions asiatiques et occidentales diverses qu'on reconfigure selon sa vision du monde et selon ses attentes à court terme, attentes qui sont constamment changeantes.

Finalement, toujours selon Lenoir, on observe dans la culture de la quête spirituelle une primauté de l'accomplissement de soi : on cherche d'abord à se réaliser, à se faire du bien, ici et maintenant. Cet accomplissement de soi repose sur l'idée de responsabilité individuelle mais également sur un besoin de rationaliser son univers de sens. En modernité tardive, les modes de croire représentent souvent, pour les jeunes générations, un refus de croyances aveugles et dogmatiques au profit d'une recherche d'expériences sensorielles et émotionnelles efficaces. La modernité reconfigure les pratiques religieuses en fonction d'un besoin pour l'individu de rationaliser ses croyances et concentrer sa pratique davantage sur sa personne et sur son bien-être psychique et physique dans l'« ici et maintenant ». À travers l'expérience des arts martiaux, on se rend responsable de son évolution physique, psychologique et spirituelle. On cherche à se réaliser, à s'accomplir en tant qu'être humain. On pourrait même y voir une forme de « transcendance horizontale » qui permet à l'individu de trouver une forme de salut, non pas dans une existence ou un état d'après-vie, mais bien dans sa vie terrestre.

---

10. C'est ce qu'on a souvent qualifié de « religion à la carte ».



Les réponses au questionnaire, particulièrement par rapport à la définition que les répondants donnent des arts martiaux et de leurs bienfaits dans leur vie, attestent bien de l'importance de ce phénomène. L'accomplissement de soi marque définitivement une forme d'« auto-transcendance » dans la mesure où les arts martiaux, par leur pratique d'ordre psycho-corporel, amène chez les pratiquants une sorte d'« altération de la conscience » que plusieurs spécialistes de l'étude des arts martiaux associent à une forme d'« éveil » bouddhique (Maliszewski, 1996 ; Donohue, 1996 ; Freymond, 2000 ; Bolelli, 2003)<sup>11</sup>. Si aucun des répondants n'a souligné cette idée d'éveil bouddhique, l'idée d'accomplissement individuel à travers la pratique reste cependant indéniable dans les réponses.

La pratique des arts martiaux chinois s'inscrit dans la culture de la quête spirituelle que décrit Lenoir dans la mesure où elle permet à l'individu occidental contemporain de s'engager dans une recherche de sens qui répond à des attentes spécifiquement occidentales : rejet de l'institutionnalisation dogmatique des croyances et des pratiques au profit d'une recherche personnelle, rejet des croyances aveugles au profit d'une rationalisation du sens, rejet d'une tradition unique au profit d'une multiplication des possibilités, rejet d'une transcendance ontologique au profit de l'accomplissement de soi dans l'« ici et maintenant ».

### UNE VISION HOLISTIQUE DU *RELIGIEUX-VÉCU*

À première vue, cette culture de la quête spirituelle, dans laquelle le pratiquant d'arts martiaux chemine, semble suggérer un éclatement des croyances et des pratiques chez les jeunes générations. Mais derrière cette quête spirituelle se cache en fait une recherche d'unité, d'ordre et d'harmonie, une vision globale et unifiée de l'*être-dans-le-monde*. John J. Clarke résume bien l'attrait des traditions d'arts martiaux chinois en Occident dans un contexte de spiritualité holistique en prenant l'exemple de la pratique du *taiji quan* (communément appelée tai chi en Occident), probablement l'art martial chinois le plus pratiqué dans le monde actuellement :

11. Il est cependant important de noter ici une contradiction intéressante, largement répandue dans les milieux d'arts martiaux de toutes traditions. En effet, plusieurs pratiquants entretiennent une fausse association entre l'éveil bouddhique (entre autre associé au zen dans les arts martiaux japonais), visant traditionnellement la sublimation du soi, et le thème de l'altération de la conscience, typique du discours sur la pratique des arts martiaux, qui est lié au contraire au développement individuel et à l'accomplissement de soi pour bien des pratiquants occidentaux.

Un tel concept [holisme], qui suggère une façon plus harmonieuse de vivre, renvoie à une dimension quasi religieuse dans l'attitude occidentale face aux gymnastiques chinoises. Non pas que le taiji quan soit un substitut à la religion proprement dite, ou que sa pratique soit incompatible avec les credo orthodoxes occidentaux. Néanmoins, l'intégration de l'esprit et du corps qu'on y professe, de même que l'importance mise sur la concentration mentale et les qualités méditatives, sont conçus pour produire un sentiment d'harmonie interne et de bien-être, de même qu'un état de conscience supérieure, c'est-à-dire des effets qui sont traditionnellement associés à l'expérience religieuse et qui ont été une finalité, sinon un accompagnement, de la quête religieuse. Dans ce contexte, la gymnastique chinoise peut être vue comme une tendance, même si elle est minoritaire, vers une religiosité sans dieux ou croyances, ainsi que vers le développement d'un sentiment de bien-être et d'autotranscendance qui n'implique aucun engagement dogmatique ou appartenance institutionnelle, une religiosité dans laquelle on ne perçoit aucune séparation claire entre le développement physique et l'excellence spirituelle (Clarke, 2000 : 138-139. Traduction de l'auteur)<sup>12</sup>.

Dans cette perspective, la perception holistique des arts martiaux tels qu'ils sont pratiqués par les jeunes Occidentaux s'apparente fortement à la philosophie holistique que l'on trouve dans les médecines alternatives contemporaines telles que l'homéopathie, la naturopathie, l'acupuncture, l'herboristerie ou la radiesthésie. On peut d'ailleurs identifier trois éléments fondamentaux qui caractérisent l'holisme dans ces deux domaines : l'importance d'unité entre le corps, l'esprit, l'âme et l'univers, l'importance du thème de la guérison, et l'importance de la notion d'« énergie<sup>13</sup> ».

12. *« Such a concept, which suggests a more harmonious way of living, points to a quasi-religious dimension in the Western attitude to Chinese callisthenic practices. This is not to suggest that taiji quan has become a substitute for religion, or that its practice is incompatible with orthodox creeds in the West. Nevertheless, its integration of mind and body, along with its emphasis on mental concentration and its meditational quality, are designed to produce a sense of inner harmony and well-being along with a heightened state of consciousness, both of which have traditionally been associated with religious experience and have been seen as at least the accompaniments, if not the goals, of the religious quest. From this point of view, Chinese callisthenics might be seen as part of a tendency, albeit a minority one, toward a religiosity without gods or beliefs, a cultivation of a sense of well-being and self-transcendence that implies no credal commitment or institutional identification, and which sees no clear break between the cultivation of physical and spiritual excellence. »* On voit également, dans les propos de Clarke, de quelle manière la pratique des arts martiaux s'inscrit bien dans la culture de la quête spirituelle telle qu'elle est décrite plus haut.
13. Je dois remercier M. Benoit-Luc Simard, de la Faculté de théologie et de sciences religieuses de l'Université Laval, qui m'a donné accès à une partie de sa recherche

On a pu constater la place toute particulière que prend le corps dans le cheminement spirituel des pratiquants d'arts martiaux qui ont répondu au questionnaire. Cette attention portée au corps s'accompagne néanmoins toujours d'une attention aux autres dimensions de l'être humain qui sont tout aussi essentielles pour les répondants : l'état psychologique du pratiquant, le cadre moral et éthique qui sous-tend la pratique, la relation que le pratiquant entretient avec lui-même et avec les autres, la relation qu'il entretient avec la nature, etc. Comme pour le domaine des médecines alternatives, la philosophie holistique que l'on trouve dans les arts martiaux consiste à voir l'individu (le pratiquant ou le patient) comme un tout indivisible. L'être humain est perçu comme un système qui fonctionne en harmonie et la pratique des arts martiaux vise à conserver (ou, plus souvent, à retrouver, si elle est perdue) cette harmonie.

La spiritualité ou le sens du religieux chez une majorité de pratiquants d'arts martiaux passe par un équilibre et une harmonie entre les différents agrégats de l'individualité, ainsi que par la relation que l'individu entretient avec le reste de l'univers, avec un cosmos sacré ou avec une énergie universelle qui lierait tous les êtres entre eux. En reprenant un thème cher aux traditions asiatiques, en particulier dans les traditions philosophico-religieuses chinoises, le corps devient un microcosme calqué sur un macrocosme sacré. La préservation d'une harmonie dans le corps est garante d'une harmonie sociale, elle-même garante d'une harmonie universelle. Cette perception de la place de l'être humain dans l'univers s'est par ailleurs bien intégrée au discours écologique de plus en plus présent dans les sociétés occidentales et qui place l'être humain, non pas en haut de l'échelle planétaire, mais bien comme une partie d'un tout, une roue d'un engrenage qui doit être harmonisée pour que le système fonctionne correctement.

La spiritualité holistique dans la pratique des arts martiaux passe aussi par un besoin de guérison, guérison du corps, mais également guérison de l'esprit et de l'âme. Les réponses au questionnaire montre bien l'importance que prennent la mise en forme et la santé dans les bienfaits recherchés par la pratique. Mais encore ici, l'attention portée au corps doit être comprise dans une recherche plus globale de bien-être à la fois physique, psychologique et spirituelle. Dans ces circonstances, la guérison (qu'elle soit physique ou psychologique) offre une preuve concrète et tangible que la spiritualité fait son œuvre. Jean-Louis Schlegel fait remarquer que cette notion de thérapie spirituelle n'est pas nécessairement nouvelle et qu'on la trouve

---

doctorale portant sur la notion d'holisme dans les médecines alternatives et qui fut une grande inspiration pour cette section du texte.

par exemple depuis longtemps dans la prière chrétienne ou le pèlerinage religieux. Dans les traditions judéo-chrétiennes, elle reste cependant secondaire face à la foi : « Dans les nouvelles dynamiques religieuses, la guérison – corporelle et/ou psychologique – tient une place centrale. On peut même conjecturer, sans beaucoup de risque, que, dans une société où le souci de la santé et de la “forme” est central, beaucoup de retours et d’arrivées dans le religieux (au sens vaste) sont dus à cette demande de guérison et plus encore de mieux-être ou de bien-être psycho-corporel » (Schlegel, 2000 : 2396). Meredith B. McGuire aborde la question dans la même perspective en faisant un lien entre l’aspect thérapeutique de la spiritualité et la perception holistique du *corps-âme-esprit* : « Sainteté, santé physique et émotionnelle, développement spirituel, salut, et sentiment de bien-être sont entrelacés dans un rapport fondamentalement holistique du mental, du corps et de l’esprit » (McGuire, 1993 : 145. Traduction de l’auteur<sup>14</sup>). Dans ce contexte, la pratique des arts martiaux chinois, telle qu’elle est décrite par les répondants du questionnaire, s’inscrit dans cette perspective holistique de guérison et peut devenir, pour certains, une porte d’entrée vers le spirituel ou le religieux.

L’holisme, dans une perspective spirituelle et dans le cadre de la pratique des arts martiaux, renvoie finalement à la notion d’« énergie », importante tant dans les médecines alternatives que dans les arts martiaux, les traditions philosophico-religieuses asiatiques, ainsi que dans plusieurs traditions contemporaines relevant de la mouvance dite « Nouvel Âge ». Les réponses au questionnaire attestent en effet que cette notion s’est bien implantée dans les cultures occidentales. La majorité des répondants prétendent que la notion d’« énergie » est essentielle (21) ou importante (13) à la bonne pratique des arts martiaux chinois. De même, une majorité (18) considère le *qi* (« énergie vitale » dans la tradition chinoise, souvent traduit par « souffle ») comme « une force vitale qui est à l’origine de l’univers et qui est contenu dans tout ce qui existe ». En effet, le développement de cette notion en modernité tardive témoigne, selon plusieurs spécialistes, d’un « réenchâtement du monde », après le grand désenchâtement né, au début des temps modernes, de l’essor des sciences humaines » (Schlegel, 2000 : 2396). Comme le fait remarquer Schlegel, ce phénomène s’inscrit dans une tendance qui consiste à délaissier la notion de dieu personnel (comme proposée par les monothéismes historiques) au profit d’une divinité

14. « *Holiness, physical and emotional health, spiritual growth, salvation, and sense of well-being are intertwined in an adamantly holistic linkage of mind-body-spirit.* »

impersonnelle représentée par une force ou une énergie universelle qui témoigne d'une unité de la réalité (Schlegel, 2000 : 2397).

## CONCLUSION

Cette analyse sommaire des réponses obtenues à notre questionnaire tend à confirmer l'hypothèse que John J. Donohue avait énoncé en 1994 au sujet de la pratique des arts martiaux japonais aux États-Unis : « Plus important que la recherche d'auto-défense, je crois que la quête d'identité constitue ce que la plupart des pratiquants d'arts martiaux recherchent à travers leurs études<sup>15</sup> » (Donohue, 1994 : 13. Traduction de l'auteur). Pour les répondants, la pratique des arts martiaux ne remplace pas une pratique religieuse traditionnelle, mais elle ne se résume pas non plus à une simple activité visant à apprendre à se défendre ou à frapper un adversaire. Il existe incontestablement, dans la pratique des arts martiaux chinois une dimension, difficile à caractériser précisément (que ce soit une dimension spirituelle, religieuse ou philosophique) mais qui tend à indiquer une reconstitution de l'univers de sens des jeunes adultes. Bien plus, il est de mon avis que le phénomène des arts martiaux en Occident peut constituer un cas (parmi d'autres) qui nous oblige à redéfinir la religiosité des jeunes générations en fonction de nouveaux cadres de références et de nouveaux signifiants qui se sont développés avec la modernité tardive.

En effet, l'attrait des arts martiaux chinois au Québec ne vient peut-être pas spécifiquement de leurs origines asiatiques (quoique cette dimension ne soit pas à négliger et fasse partie de cet attrait pour tout ce qui, depuis plusieurs années, est « oriental »), mais peut-être davantage du fait qu'ils ont justement su être adaptés parfaitement au contexte religieux moderne du Québec des quarante dernières années. La popularité des arts martiaux chinois au Québec atteste bien, en effet, du passage d'un *religieux-cru* à un *religieux-vécu* chez les jeunes adultes qui forment la majorité de la clientèle des écoles d'arts martiaux chinois actuellement. Pour beaucoup de pratiquants, les arts martiaux ouvrent une porte vers une forme particulière de spiritualité, un réenchâtement de leur univers de sens, ou du moins une quête de sens et d'identité. À travers la pratique, l'individu se place délibérément dans une situation (l'entraînement au combat) où il est confronté aux questions fondamentales de tout être humain : la peur, la mort, les relations avec soi et avec les autres, la morale, etc.

15. « *More important than the search for self-defense, I believed that the quest for self-definition is one which many martial artists pursue through their studies.* »

La pratique des arts martiaux offre le choix (non obligatoire) d'une forme de spiritualité (un univers de sens) qui ne s'inscrit pas dans une tradition religieuse (orientale ou occidentale) bien définie, mais davantage dans une forme de bricolage autour de « vagues dénominateurs communs » à saveur orientale (Braunstein, 2001 : 251) : le vide, le *wu wei*, le zen, le *yin* et le *yang*, le *taiji*, le samsara, le karma, les chakras, les cinq éléments (*wu xing*), les huit trigrammes (*ba gua*), etc. Par conséquent, il s'agit d'une pratique qui ne s'inscrit pas dans un cadre institutionnel défini, autoritaire et dogmatique. C'est une forme de spiritualité qui n'implique pas une croyance en une force supérieure personnifiée, mais qui s'inscrit dans une forme de croyance rationalisée misant sur l'accomplissement de soi. On a donc affaire à une forme de transcendance (ou d'auto-transcendance) qui s'inscrit dans le corps, dans le ressenti, dans l'émotionnel et dans la guérison ; c'est une pratique qui s'inscrit dans la vie de tous les jours en mettant en évidence une union entre le corps, le psyché et l'esprit. Finalement, les arts martiaux offrent une vision holistique de l'être humain, de sa place dans l'univers, et du salut en insistant sur l'influence d'une énergie vitale et universelle.

## BIBLIOGRAPHIE

- Boelli, Daniele (2003), *On the Warrior's Path. Philosophy, Fighting, and Martial Arts Mythology*, Berkeley, Frog Ltd., 184 p.
- Braunstein, Florence (2001), *Les arts martiaux aujourd'hui. États des lieux*, Paris, L'Harmattan, 336 p.
- Clarke, John J. (2000), *The Dao of the West. Western Transformations of Daoist Thought*, London, Routledge, 270 p.
- Donohue, John J. (1994), *Warrior Dreams. The Martial Arts and the American Imagination*, Westport, Bergin and Garvey, 144 p.
- Freymond, Bertrand (2000), *Le guerrier du troisième millénaire*, France, Budo, 157 p.
- Lenoir, Frédéric (2003), *Les métamorphoses de Dieu. La nouvelle spiritualité occidentale*, Paris, Plon, 402 p.
- Malizewski, Michael (1996), *Spiritual Dimension of the Martial Arts*, Vermont, Charles E. Tuttle, 173 p.
- McGuire, Meredith B. (1993), « Health and Spirituality as Contemporary Concerns », *Annals of the American Academy of Political and Social Science*, vol. 527, *Religion in the Nineties*, p. 144-154.
- Schlegel, Jean-Louis (2000), « La nouvelle religiosité occidentale », dans Frédéric Lenoir et Ysé Tardan-Masquelier (dir.), *Encyclopédie des religions*, Paris, Bayard, p. 2393-2398.