

SOURCE

Grâce aux exercices inspirés des Arts Martiaux comme le Dịch Cân Kinh et le Bát đoạn cầm, qui ont pour origine le grand Patriarche Bồ Đề Đạt Ma, les adeptes en art Martial ont trouvé des méthodes permettant une régénération des tissus et des organes que la pratique dite externe peut altérer. Il n'est pas rare de voir des gens abîmés par la pratique dans leur jeunesse, de sports de combat et ayant basé leur pratique seulement sur la force physique.

Une pratique mal encadrée d'un art martial peut engendrer un comportement délétère et agressif. La force martiale interne d'un haut niveau a été atteinte grâce aux exercices respiratoires spécifiques issues du Taoïsme. Il était indispensable d'apporter de la morale et de la prudence pour éviter que des techniques martiales trop efficaces et capables d'apporter mort ou destruction à des adversaires, soient mises à disposition de gens sans scrupules.

Les Moines, comme ceux de Shao Lin, étaient tenus à la non violence et devaient attendre quatre années pour accéder à des techniques supérieures en devenant moine à vie.

Ce laps de temps devait mettre les moines devant une décision sans retour possible à la vie civile, sauf quelques cas rares. Les destructions des temples ont par la suite occasionné beaucoup de fuites et provoqué des fausses rumeurs empêchant les Maîtres sincères d'enseigner les réelles techniques.

L'abondance de styles divers et variés ont contribué à jeter un trouble, empêchant la transmission des connaissances réelles.

Dans les Arts Martiaux comme l'école Sa Long Cương, qui offrent une pratique permettant une force interne et l'accès aux points vitaux (Tuyệt kỹ điểm huyệt), le Maître ayant cette connaissance devra faire preuve de beaucoup de discernement avant de guider son élève dans cette voie.

C'est une des raisons de la présence de l'autel en hommage au Patriarche Bồ Đề Đạt Ma dans les écoles traditionnelles.

Il semble tellement facile aujourd'hui, au vu du nombre d'enseignants de trouver l'art martial, que les véritables techniques sont entrain de disparaître car les rares et anciens disciples y ayant eu accès, ne les enseignent plus.

ooooo

Le Patriarche Boddhidharma. " Bồ Đề Đạt Ma "

Prajnatara, offrit une pierre précieuse de grande valeur à Suganchas, Père de Bodhidharma et roi de Kanchipuram (une des principales villes saintes d'Inde). Pour évaluer la compréhension de plusieurs enfants, il leur demanda leur opinion sur la pierre. Logiquement, ils répondirent tous que la pierre était merveilleuse, à l'exception d'un, qui indiqua :

"cette pierre n'a pas de grande valeur car finalement la seule chose qui ait de la valeur c'est l'esprit, c'est l'esprit qui est capable de comprendre la valeur de l'existence, la valeur des choses, la valeur des êtres, la pierre en elle-même ne vaut rien sans l'esprit, c'est l'esprit qui est important".

L'enfant n'était autre que Boddhidharma ; sentant un potentiel de sagesse énorme, Prajñātara le prit comme disciple.

_ Vers 475, le moine Bodhidharma quitta l'Inde pour s'installer dans le Temple de Shao Lin. Le monastère "de la petite forêt" situé à une vingtaine de kilomètres au nord-ouest de Deng Feng, avait été créé au premier siècle de notre ère par un certain Bá Tuó, nommé le "Premier Patriarche du Bouddhisme" et consacré en 496 par l'Empereur Xiao Wen des Wei du nord qui lui décerna le titre de "Premier Monastère sous le Ciel".

Il s'agissait donc d'un monastère déjà très connu avant l'arrivée de Bodhidharma. Trouvant les moines de Shao Lin dans un piètre état physique, il y développa l'enseignement des arts martiaux afin de fortifier le corps en même temps que l'esprit; il leur enseigna les 18 mains des disciples du Bouddha (Shi Ba LuoHan Shou), d'où naquit la célèbre école des arts martiaux de Shao Lin.

Durant neuf ans et devant un mur, Bodhidharma décida de se livrer à la méditation bouddhique.

_ La légende dit, qu' au bout de trois ans de veille, le Prince Bodhidharma se laissa aller au sommeil et rêva des femmes qu'il avait jadis aimées.

À son réveil, furieux de sa faiblesse, il s'arracha les paupières et les enterra. Quelque temps plus tard, il observa que les paupières avaient poussé, donnant naissance à un buisson qu'il n'avait jamais vu auparavant ; il en grignota les feuilles, et s'aperçut qu'elles avaient la propriété de permettre de résister au sommeil plus aisément.

Ses disciples chinois récoltèrent les graines ; ainsi commença la culture du thé. Cette découverte lui permit de prolonger sa méditation six longues années.

Bodhidharma, censé être mort en 537, fut enterré sur le mont Xiong'er à l'est de Luo yang. Néanmoins, trois ans après, un fonctionnaire des Wei (534-556) nommé Song yun l'aurait rencontré sur la route de l' Himalaya alors qu'il cheminait vers l'Inde chevauchant un tigre et chaussé d'une sandale Bodhidharma lui prédit la mort prochaine de son souverain. Peu après le retour de Song yun, la prédiction se réalisa. La tombe de Bodhidharma fut ouverte et on n'y trouva qu'une sandale.