

# Une question de foi

Martin Wheeler

*Traduit de l'article «[A question of Faith](#)» paru en anglais sur le site internet du Systema HQ à Toronto.*

Une question fréquemment posée est la suivante : doit-on être chrétien orthodoxe ou avoir la foi pour être bon en Systema ? La réponse est négative. Mais le concept de foi et la philosophie religieuse dans le Systema sont intéressants.

Quel est le but de la foi dans le Systema, à part les avantages bien connus en matière de santé et de bien-être ? Je pense qu'ils sont nombreux, et qu'ils valent la peine d'être explorés, puisque le cœur de cet art est plus que certainement fondé sur une philosophie religieuse.

Il me semble probable que le concept du Systema existe depuis très longtemps, beaucoup plus longtemps que le nom "Systema" lui-même. L'art que nous apprenons aujourd'hui est trop complexe pour s'être développé à partir d'une fusion d'idées qui n'existaient que depuis la Guerre froide.

D'un point de vue historique, certains affirment que des siècles plus tôt, lorsque les guerriers russes se sont retirés des champs de bataille, certains sont entrés dans les églises et les monastères pour expier leurs expériences de guerre. L'art que nous apprenons de Mikhaïl Ryabko est très probablement né de ce mélange d'arts de guerre et de philosophie chrétienne.

Lorsque j'ai découvert le Systema pour la première fois, j'ai tout de suite été frappé par son approche détendue du combat. Sa philosophie profonde est l'autre élément qui manquait en grande partie dans les autres arts de combat que j'ai étudiés. Une philosophie qui non seulement guide tes actions, mais,

et c'est encore plus important, peut guider ta vie entière.

En dépit de la quantité de mouvements explorés à l'entraînement en Systema (qui est beaucoup plus élevée que dans n'importe quel autre art que je connaisse), le mouvement ne représente qu'un pour cent de l'entraînement en Systema. La plus grosse partie du Systema est de la philosophie. La manière dont tu penses et ressens se reflète directement dans la manière dont tu te meus et interagis avec autrui.

La peur de la mort est la peur qui gouverne toutes les autres peurs, et étudier le Systema est une voie pour explorer ces peurs et les surmonter. Ce faisant, tu retires chaque doute et obstacle concernant la manière et le moment d'agir et de réagir. Si tu peux dissiper la peur de la mort, ta perspective sur le monde changera.

D'un point de vue professionnel, voir le monde d'une manière différente des autres est assurément un avantage. Pour le non-professionnel, il n'est pas moins important d'éliminer la peur, surtout la peur ultime, la peur de la mort. Rien n'est plus efficace pour cela que la formation religieuse et le renforcement de sa croyance.

En observant le travail efficace et détendu de Vladimir et de Mikhaïl, il est facile de constater les bénéfices de leur dévotion. Mais si je devais retenir une des plus importantes leçons que j'ai reçues ces dernières années sur la détente et la manière dont un esprit non entraîné réagit, elle me vient de Père Vladimir, l'évêque de l'Église orthodoxe à Toronto.

Père Vladimir est impressionnant, mais de manière désinvolte, très amical, affable et plein d'humanité. Je reviens toujours avec des idées profondes sur la vie qui se répercutent encore aujourd'hui après chaque conversation avec lui. Mais lors d'une occasion, ce sont ses actions qui m'ont parlé, plus que ses mots.

Nous revenions tout juste d'une magnifique cérémonie dans laquelle il avait officié et nous étions en train de déjeuner avec la famille Vasiliev sur la terrasse d'un restaurant lors d'un été chaud et moite à Toronto. Père Vladimir se trouvait sur le siège opposé, transpirant inconfortablement dans la chaleur et discutant avec animation.

...Une mouche s'est posée sur son front, s'est promenée autour de son sourcil puis, au bout d'un certain temps, s'est envolée.

J'étais obnubilé par cette mouche. Je sais que j'aurais réagi, cligné des yeux et que je l'aurais balayée de la main si elle s'était posée sur moi. J'aurais fait quelque chose ! Mais il a continué à discuter comme si de rien n'était. Je sais qu'il savait que la mouche était là; je me suis retrouvé à vouloir venir de son côté pour la chasser. Mais Père Vladimir est resté imperturbable, détendu, et assez à l'aise avec son propre esprit pour ne pas réagir face à cette intrusion intempestive. C'était du très bon Systema.

Bien sûr, accepter l'amour de Dieu implique beaucoup plus que cela, et je le présente comme un point de vue très limité. Mais si on considère que la philosophie chrétienne aide à interpréter le Systema, alors elle nous aidera peut-être à décrypter la signification des mots du maître Mikhail Ryabko dans une interview récente :

- *Question* : Le Systema est-il un art de défense ou d'attaque ?
- *Mikhail* : Si on parle d'actions réelles, tout art martial est plus défensif, car en priorité tu dois d'abord encaisser, puis attaquer.
- *Question* : Quelle est la qualité la plus importante pour l'entraînement et le combat ?
- *Mikhail* : Comme dans la vie en général, la qualité la plus importante est de faire tout son possible pour glorifier Dieu. Remarquez que dans les Écritures, notre Seigneur se nomme Lui-même le Fils de l'homme. Savez-vous pourquoi ? C'est pour souligner que tous les miracles qu'Il a accomplis étaient pour autrui, Il n'en a créés aucun pour Lui-même. A une occasion, les Pharisiens et la foule ont tenté de s'emparer de Lui, mais le temps de Son sacrifice n'était pas encore venu. C'est pourquoi, ce qu'Il a fait, cela a été de marcher au milieu de la foule et personne n'a pu poser sa main sur Lui (note du trad.: voir l'Évangile de Luc, 4:30). Comment a-t-il pu faire cela alors que nous savons qu'Il n'accomplissait aucun miracle pour Lui-même... ? Ses mouvements étaient si corrects et purs qu'aucun miracle n'était requis. Il s'est juste échappé. C'est un exemple pour nous montrer comment nous devons travailler, agir et combattre.

« Heureux ceux qui ont leur cœur pur... » (note du trad. : Évangile de Matthieu, 5:8). Le Systema nous permet d'atteindre cela.

Par ailleurs, il est important de spécifier le but de notre entraînement – pour faire du sport ou pour défendre son pays. Le sport nourrit en général l'orgueil, alors que, pour la défense de ceux que nous aimons, nous sommes prêts à sacrifier notre vie.

« Nul n'a de plus grand amour que celui-ci : donner sa vie pour ses amis. » (note du trad. : Évangile de Jean, 15:13). Celui qui est prêt à se battre pour défendre ceux qu'il aime n'a rien ni personne à craindre sinon Dieu. Ce guerrier devient invincible.

Dans notre entraînement, il est ainsi très important de surmonter les peurs et les émotions indésirables, pour maintenir la crainte de Dieu et laver notre cœur de la peur, de la colère, de l'orgueil et des autres sentiments inutiles. Nous le faisons à travers le travail de la respiration, les exercices d'endurance et de renforcement, les mouvements naturels et la compréhension de nous-même.

## À propos de l'auteur

*Martin Wheeler* est un instructeur de Systema très expérimenté, certifié sous la direction de Vladimir Vasiliev. Martin donne régulièrement des cours à l'Academy Bervery Hills (Californie, USA) et anime des stages internationaux. Il pratique divers arts martiaux depuis une trentaine d'années, enseigne et apprend le Systema depuis 1998. Martin a des contrats d'enseignement avec des équipes du SWAT et des Unités d'Opérations Spéciales, et écrit des scénarios de films produits à Hollywood.