

Les chroniques du Bouquet de la Forêt

LE YOGA SUTRA



II- 37. ASTEYA PRATISHTHAYAM SARVA RATNA UPASTHANAM
« QUAND LE DÉSIR DE PRENDRE DISPARAIT, LES JOYAUX APPARAISSENT ».

Le mot sanskrit Asteya se compose du préfixe privatif «A» et du mot «Steya» qui signifie vol. Donc Asteya est le non-vol, c'est à dire le fait de ne pas prendre quelque chose de manière brutale, contre la volonté d'autrui, de manière injuste. Etre dans le non-vol c'est ne pas que s'accaparer des objets, le concept va beaucoup plus loin.

Steya, soit le vol, c'est aussi :

- Désirer ce qui n'est pas à nous ;
- S'approprier quelque chose sans l'avoir mérité, sans avoir fait d'efforts pour l'obtenir ;
- Conserver des objets dont nous n'avons pas besoin, car ce faisant nous en privons quelqu'un qui en aurait l'usage.

Sur le plan matériel cela signifie que nous devons maîtriser notre désir de posséder, et donc maîtriser notre Ego.

Asteya intervient aussi sur un plan moins matériel, dans notre vie courante. Nous pouvons ainsi voler du temps à nos amis, collègues,... lorsque nous arrivons en retard à un rendez-vous. Nous pouvons aussi voler les idées de quelqu'un en s'appropriant indûment ses paroles, ses écrits par exemple.

EN BREF

3 ÈME YAMA

NON VOL

JUSTESSE EN TOUTE CHOSE

GARDER SA JUSTE PLACE



Mais Asteya, c'est aussi savoir garder la place qui est la notre dans la société, être dans une attitude juste, en toute humilité. Et cette humilité nous amène tout naturellement à laisser à l'autre la place qui lui revient, sans lui demander plus que ce qu'il est capable de nous offrir. Car attendre quelque chose de quelqu'un, c'est déjà lui voler sa liberté d'agir, de penser, d'être... Par exemple, au quotidien, il s'agit d'accepter que notre conjoint(e) et nos enfants aient leur propre personnalité, leurs besoins, et leurs envies, forcément différents de ce que nous projetons.

Mais les attentes reviennent toujours au galop et c'est un travail quotidien de les mettre de côté et de laisser notre entourage vivre. Afin de garantir leur liberté, nous leur devons ce respect. La notion d'Asteya est intimement liée non seulement à celle de juste appréciation, de reconnaissance et de respect du mérite et des droits de chacun, mais elle est aussi liée au principe moral de conformité à ce qui est juste. Nous voyons bien qu'il y a différentes façons de voler. Alors pour tendre vers Asteya, posons-nous les questions suivantes :

- quels sont nos justes besoins ?
- quelle est notre juste place dans nos relations aux autres ?

Si nous répondons avec sincérité et discernement à ces deux questions, alors nous trouverons le chemin vers la justesse.

Asteya peut aussi être rapprochée de la surconsommation. En effet, prendre plus de ressources à la Terre que nécessaire, ou prendre plus de ressources que ce qu'elle ne peut en fournir, cela n'est-il pas le contraire d'Asteya ? Essayez d'y penser lorsque vous achetez et aussi lorsque vous jetez... Dans la vie se contenter des richesses que nous avons, cultiver l'émerveillement, revenir à l'essentiel et avoir des achats raisonnés pour ne pas voler à notre Terre ses ressources.

EN PRATIQUE

ÊTRE DANS ASTEYA SUR LE TAPIS C'EST NE PAS VOLER L'ÉNERGIE DU CORPS, NE PAS PRATIQUER UNE POSTURE QUAND LE CORPS N'EST PAS PRÊT. RESPECTEZ LES ÉTAPES ET SE DONNER LE TEMPS, CULTIVER LA PATIENCE ET L'ASSIDUITÉ POUR PRIVILÉGIER LA QUALITÉ POSTURALE PLUTÔT QUE LA QUANTITÉ.