

Ainsi que nous l'avons déjà exposé : la posture du corps traduit bien autre chose qu'une simple position corporelle et nous permet en effet de découvrir d'une façon étonnante diverses expressions de notre « Etre profond, véritable ».

L'Etre s'exprimera progressivement par les nombreuses qualités qui lui sont inhérentes et qui, pour n'en citer que quelques-unes, sont : le courage, la fermeté, la droiture, la sagesse, la souplesse, la tendresse, la douceur, la bienveillance, la discrimination, la capacité de faire des choix, etc... Cette croissance de l'individu sera fonction de sa possibilité d'épanouissement des différentes vertus, multiples facettes par lesquelles se manifeste notre Nature Réelle. Plus l'homme se transforme dans le sens où ces qualités accroissent leur moyen d'expression, plus il s'approche de ce qu'il est en réalité, « devenant ce qu'il est attendu de lui qu'il soit : Etre Humain à part entière.

La posture (asana), ou pour être plus exact son « approche », est, par excellence, un moyen étonnant pour percevoir et développer l'une ou plusieurs de ces qualités.

Il s'agit bien alors encore d'une « approche posturale », la POSTURE n'étant établie véritablement que lorsqu'elle est la libre expression de cette ou ces qualités par lesquelles en fait notre Etre tout entier se révèle.

La très grande multiplicité des exercices permet ainsi à chacun de faire la découverte de ce qu'il est sous des aspects qui semblent à première vue si différents et ne sont pourtant que les manifestations diverses d'une seule et même chose. Quelle que soit la posture, et de même pour toute expérience de la vie, c'est toujours l'épanouissement de l'Etre qui est finalement concerné.

L'approche de la posture en sera plus ou moins difficile en raison de l'étape où chacun se trouve présentement. Cette difficulté posturale sera la conséquence des incapacités actuelles de l'exécutant, qui devra acquérir les éléments propres à pouvoir faire face aux exigences proposées « dans la facilité », pouvoir réaliser la posture « en pleine aisance ». A chaque difficulté ainsi surmontée, sa croissance s'accomplira et il se trouvera en mesure d'être confronté à des difficultés plus grandes encore et de les assumer. Cela lui permettra de poursuivre son « évolution », but unique de ce pourquoi il est venu s'incarner, et non pas de battre en retraite, se trouvant toutes les excuses qui lui permettraient d'accepter comme normal et même très acceptable la stagnation, ou pire encore la régression.

« Ne jamais se contenter du moindre à défaut du meilleur ». Ainsi l'exprime très lapidairement et avec une puissance extrême l'Enseignement.

SATYESHĪKA peut ainsi être traduit par « le long bâton droit » ou encore LA PERCHE.

Ce nom est attribué à tout un ensemble d'exercices dans lesquels les deux bras et au moins une des jambes sont tendus dans le prolongement l'un de l'autre, avec une colonne vertébrale entièrement étirée, les courbures habituelles effacées. Le corps est ainsi placé dans sa plus grande largeur et la plus rectiligne possible.

La notion de DROIT exprimée par SATYA et SAT ne se limite pas aux seuls éléments matériels pour lesquels on peut toujours plus ou moins donner une description approchée de la forme par analogie avec des structures géométriques, mais s'étend à une signification plus large qui est celle d'être SANS DÉVIATION, SANS DÉTOURS (car SAT veut dire aussi « parfait »).

L'homme droit est celui qui est équitable, juste, honnête, probe, franc, loyal, sincère, régulier. C'est celui qui ayant fait le choix d'une ligne de conduite s'y tient sans dévier, sans faiblir, avec fidélité. Aucune faiblesse n'est permise pour maintenir cette direction constante et rectiligne, une extrême fermeté est exigée.

Cette FERMETÉ si indispensable au maintien de ce qui a été décidé, fera l'objet d'un prochain article.

Quant à la ligne de conduite sur laquelle doit se porter le choix de l'homme : elle est celle qui correspond à son évolution, au retour à sa Nature Primordiale, seule réelle, à l'épanouissement total de l'Etre.

Comprendre et suivre les Règles qui constituent le DHARMA, se libérer de sa non-soumission à ces Règles : voilà ce qui lui est proposé et qu'il doit mener à bien, venant ainsi progressivement s'alléger des fardeaux karmiques accumulés au cours de ses incarnations.

Pour faire un choix correct faut-il encore qu'il ait à sa disposition, d'une part les éléments de connaissance suffisants pour comprendre quel est son BUT et comment y parvenir, ainsi qu'une faculté de DISCRIMINATION suffisamment développée d'autre part. Tant que cette dernière faculté n'est pas entièrement acquise, ou plutôt retrouvée, l'erreur dans le choix surviendra ; et plus encore - comme nous le verrons par ailleurs dans un autre article - lorsque l'homme n'a même pas la capacité de choisir, étant mû tout simplement par les événements et les habitudes installées, ne fait alors que « réagir », lot de la majorité tant qu'une certaine croissance n'est pas déjà accomplie. L'erreur est pardonnable puisqu'il est toujours possible de faire un choix différent. La prise de conscience de la direction erronée et l'ajustement correct qui s'ensuit sont les moyens dont l'homme dispose pour rétablir le cap vers le BUT qui est le sien. Cette action a pour nom : REPENTIR, mot sur lequel se mettent généralement beaucoup d'idées fausses et qui, en fait, signifie exactement : SE RE-PENTER ou faire l'option d'une nouvelle pente lorsqu'il s'avère que la précédente n'était pas la bonne.

L'erreur n'est qu'une étape qui permet à l'homme d'ouvrir ses yeux et de faire sa connaissance. Vouloir s'obstiner à garder une direction que l'on sait être fautive n'est que pure sottise, et il faudra bien un jour ou l'autre avoir l'intelligence de changer de cap. Nul n'est besoin de se culpabiliser d'avoir fait primitivement fautive route, est seul important le constat qui a pu ainsi être établi et qui permettra d'instaurer le changement, ayant de plus acquis une expérience. Malheureusement la notion de CULPABILITÉ et celle de PUNITION qui en résulte trop souvent sont deux attitudes des plus courantes et des plus néfastes. A l'homme de s'en extraire et d'avoir une vision autre ; et de prendre pleinement conscience qu'il est entièrement responsable de toutes ses actions, et que chaque acte aura la totale et exacte répercussion en conséquence de l'impact donné : c'est ce que traduit la Loi de Karma. Qu'il assume totalement ce qui se présente à lui en essayant d'y faire face le mieux possible, et d'effectuer les choix appropriés à sa situation actuelle.

Quand le choix d'une certaine ligne de conduite est établi et qu'il correspond à une orientation convenable, une très grande fermeté est donc nécessaire pour s'y maintenir. Tout manquement au premier engagement pris est acte de TRAHISON. Continuellement, dans les actes les plus simples de sa journée l'homme trahit, faiblissant aux décisions prises, ne remplissant pas les contrats qu'il avait établi en toute lucidité. Il doit s'entraîner à rester fidèle à ses résolutions, ne point dévier en cours de route aussi bien dans les petites choses, même si leur caractère semble de moindre importance, que dans les grandes. Ainsi par exemple n'a-t-il pas le droit pour des raisons qui lui agréent de reprendre la parole donnée. Bien entendu une fois qu'il s'est engagé, qu'un contrat est établi, les faits extérieurs semblent intervenir pour perturber tout cet ensemble, comme si ceux-ci étaient en réalité les seuls responsables de ses orientations. Les faits ne doivent être considérés que comme des instruments placés là pour éprouver sa détermination, et pouvoir développer l'attitude mentale qui est celle d'être DROIT.

Une remarque importante toutefois est encore à soulever : il arrive fréquemment qu'étant dans la bonne direction, l'homme présume de ses forces et ne pouvant pas aller au-delà de ce qu'il peut faire, il pense ne pas avoir rempli son contrat. A lui de savoir au départ apprécier avec justesse ses capacités et la situation. De même qu'il ne se contente pas du moindre. Une exacte APPRÉCIATION de ce qu'il est et du contexte où il se trouve lui est donc demandée.

Il lui faudra, d'autre part, sans cesse ADAPTER sa ligne de conduite telle que la situation se présente à chaque instant, qu'elle lui soit extérieure ou non d'ailleurs. Ainsi ayant commencé une action, et choisi en conséquence une direction, il se peut que survienne un événement qui fasse que son orientation doit être modifiée momentanément, ou semble telle. A lui d'avoir en permanence le DISCERNEMENT nécessaire afin de pouvoir AJUSTER à tout moment cette ligne de conduite qui est la sienne en pleine harmonie avec le contexte extérieur. Etre ferme et déterminé ne doit être en rien synonyme de rigidité. Bien entendu surviendront tous les pièges divers proposés par le mental - et non pas par les faits extérieurs comme il le pense - pour le faire fléchir dans sa décision. D'où la nécessité de savoir DISCERNER, d'être SANS DÉVIATION et cela en toute DISPONIBILITÉ.