

Philosophy essay - Naada Teacher training

by Mariane Simonet

Février 2021

“Read Lines II.34 and II.35 from chapter two of the Yoga Sutra’s of Patanjali. Summarize, in your own words, the meaning of these sutra’s. Explain how they can be used in your life, with people you find difficult, in your practice and in teaching your students.”

Verse 34

Doubts which produce violence and related actions, which are performed, caused to be done or endorsed, and which are caused by greed, anger and delusion, even if minor, mediocre or substantial, cause endless distress and spiritual ignorance as the results. Therefore, one should consider the opposite features.

Verse 35

On being firmly established in non-violence, the abandonment of hostility occurs in his presence.

Source: <https://krishnauniverse.com/wp-content/uploads/2018/05/patanjali-yogasutra.pdf>

Pour réaliser ce travail, j’ai parcouru les analyses, réflexions et traductions offertes par d’autres pour mieux comprendre la signification des 2 versets du chapitre 2 des Sutra’s de Patanjali. Suite à mes lectures je comprends que la traduction du texte original en sanskrit laisse place à plusieurs formes d’interprétations et de traduction. Je vous présente donc ma synthèse de ces 2 versets.

Verset 2.34 : résumé et interprétation personnelle

Tel que demandé dans le présent travail, je résumerais en mes mots le verset 2.34 comme une prise de conscience envers la violence et les moyens de la contourner.

Plus en détails, je résumerais le verset 2.34 en plusieurs points :

1. La violence peut être véhiculée de plusieurs façons :
Directe (faites par un individu ou au nom d’une autre personne), ou indirecte (être témoin de violence et endosser / autoriser ces gestes).
2. Les origines de la violence peuvent être diverses (générée par la peur, le doute, l’envie, la désillusion).
3. La violence peut être perçue à différents degrés d’intensités (faible à extrême).
4. Comprendre que peu importe qui véhicule cette violence, que peu importe son origine ou son degré d’intensité, la violence demeure une action qui mène vers le chagrin, la détresse et l’ignorance.
5. Finalement, pour contrer la violence il faut d’abord en prendre conscience et l’observer pour ensuite l’opposer à des gestes et des intentions bienveillantes.

Verset 2.35 : résumé et interprétation personnelle

Mon interprétation du verset 2.35 est qu'un individu qui prône la non-violence de par ses gestes, ses paroles et ses pensées aura une influence positive sur son environnement. Une telle personne « contaminera » son entourage de façon positive et deviendra un terrain fertile pour l'harmonie et la bienveillance.

Intégration des principes 2.34-2.35 dans ma pratique professionnelle du yoga

Comme professeur de yoga, je serai appelée à interagir avec plusieurs types de personnes ayant chacun leurs histoires, leurs origines, leurs idées et leurs perceptions des choses. Suite à mon interprétation du verset 2.34, j'ai l'intention de porter un regard attentif sur les formes de violences qui pourraient resurgir lors de la tenue de mes cours de yoga (autant de ma part que chez les participants). Avec plusieurs années d'entraînement mental et au fil des expériences, j'espère être en mesure d'opposer chaque attitude violente avec son équivalent bienveillant pour faire de mes classes un environnement non-violent propice à la pratique du yoga. En me basant aussi sur les principes évoqués dans le verset 2.35, cette attitude non-violente ne laissera aucune place à l'hostilité et la violence et, je l'espère, aura une influence positive sur chaque personne qui assistera à mes cours.

Références :

<https://krishnauniverse.com/wp-content/uploads/2018/05/patanjali-yogasutra.pdf>
<https://wisespiritualideas.blogspot.com/2011/12/patanjali-yoga-sutras-verse235.html>
<https://wisespiritualideas.blogspot.com/2011/12/patanjali-yoga-sutras-verse234-270.html>
<http://yogasutrastudy.info/2014/01/03/ysp-study-group-sutra-2-35/>
<http://yogasutrastudy.info/2013/12/18/ysp-study-group-sutra-2-34/>