

BUDDHACHANNEL ENCYCLOPEDIE

GRANDES TRADITIONS LINGUISTIQUES DU BOUDDHISME

Sanskrit Pāli Cinghalais Chinois Tibétain Japonais Coréen Vietnamien Thaï Mongol Indonésien

LANGUES INTERNATIONALES DE DIFFUSION

Anglais Français Espagnol Portugais Allemand Italien Russe

LANGUES DU DIALOGUE ENTRE LES CULTURES

Arabe Hébreu Hindi

००००९ KARMA

L'ACTION ET SES CONSÉQUENCES

Comprendre ce que nous semons

Chaque pensée, chaque parole, chaque geste laisse-t-il une trace ? Le KARMA nous invite à regarder notre existence comme un immense tissu de causes, de conditions et de conséquences. Il ne parle ni d'une punition distribuée par l'univers ni d'une récompense automatique. Il nous invite à comprendre comment nos intentions et nos actes participent à ce que nous devenons. Entrer dans le Karma, c'est découvrir une idée profondément responsabilisante : nous ne maîtrisons pas tout ce qui nous arrive, mais nous pouvons prendre soin de ce que nous mettons au monde.

INTRODUCTION & ÉTYMOLOGIE

Karma est un terme sanskrit (कर्म), correspondant au pāli kamma, issu de la racine √kr, « faire », « agir », « accomplir ». Dans les traditions indiennes, le mot possède une longue histoire et des significations diverses. Dans le bouddhisme, il prend un sens précis : l'action intentionnelle. Le Buddha souligne le rôle de cetanā, l'intention ou volition : c'est à partir d'une intention que l'on agit par le corps, la parole ou l'esprit. Les actions produisent des conséquences, vipāka « maturation » ou « fruit » selon des réseaux complexes de causes et de conditions. Le karma n'est donc pas un destin écrit à l'avance. Il n'est pas non plus une justice cosmique qui ferait de chaque bonheur la récompense d'un mérite passé et de chaque malheur la punition d'une faute. Une maladie, une catastrophe ou une violence ne doivent pas être attribuées mécaniquement au « karma » de la personne qui les subit. L'enseignement vise d'abord une responsabilité éthique : nos intentions, nos paroles et nos actes façonnent des conditions qui comptent.

KARMA - en sanskrit : कर्म

Karman, généralement cité sous la forme karma, signifie « acte » « action » « œuvre ». Dans le bouddhisme, le terme se rapporte principalement à l'action intentionnelle et à ses implications éthiques.

KAMMA - en Pāli

Kamma est la forme pālie. Le Canon pāli met explicitement l'accent sur cetanā, l'intention, pour caractériser l'action karmique.

DIMENSIONS PHILOSOPHIQUES ET FONDAMENT

La doctrine du karma relie liberté, conditionnement et responsabilité. Nous héritons de conditions que nous n'avons pas choisies : un corps, une époque, un environnement, des relations, une histoire collective. À l'intérieur de ces conditions, des intentions et des actes apparaissent et participent à la suite de l'expérience. Le karma ne signifie donc ni liberté absolue ni déterminisme absolu. Une action motivée par l'avidité, l'aversion ou l'ignorance tend à nourrir des conditions différentes d'une action inspirée par la générosité, la bienveillance ou la sagesse. Les traditions bouddhiques distinguent ainsi des actions habiles ou salutaires (kuśala / kusala) et non habiles ou non salutaires (akuśala / akusala). Karma est également lié à la renaissance dans les cosmologies bouddhiques traditionnelles. Mais même avant d'aborder cette dimension, l'enseignement possède une portée immédiate : ce que nous répétons devient plus facile à répéter; ce que nous nourrissons influence notre manière de percevoir et d'agir. La voie bouddhique cherche précisément à transformer les intentions qui entretiennent Dukkha.

TRADUCTION – 21 LANGUES

LANGUES FONDATRICES DU BOUDDHISME

Sanskrit : कर्म - Karma ·

Pāli : Kamma ·

Cinghalais : කර්මය - Karmaya ·

Chinois : 業 - Yè ·

Tibétain : ལས་ - Las / Lé ·

Japonais : 業 - Gō ·

Coréen : 업 - Eop ·

Vietnamien : Nghiệp ·

Thaï : กรรม - Kam ·

Mongol : үйлийн үр - Üiliin ür ·

Indonésien : Karma • Kamma ·

LANGUES INTERNATIONALES DE DIFFUSION

Anglais : Karma • Action ·

Français : Karma • Action et conséquences ·

Espagnol : Karma • Acción ·

Portugais : Carma • Ação ·
Allemand : Karma • Handlung ·
Italien : Karma • Azione ·
Russe : Карма • Действие ·

LANGUES DU DIALOGUE ENTRE LES CULTURES

Arabe : كارما • الفعل ·
Hébreu : קארמה • פעולה ·
Hindi : कर्म - Karma.

DANS LA VIE QUOTIDIENNE

Le karma peut se lire dans des gestes minuscules. Une parole répétée façonne une relation. Une manière de répondre à la contrariété peut devenir une habitude. Un geste de générosité modifie parfois celui qui le reçoit et celui qui l'accomplit. Nous ne pouvons prévoir toutes les conséquences d'une action, mais nous pouvons examiner son intention. Avant de parler, écrire ou décider : « Qu'est-ce qui me pousse à agir ? La peur ? Le désir de blesser ? La générosité ? Le besoin d'être reconnu ? La volonté de protéger ? » Cette interrogation ne garantit pas une action parfaite. Elle introduit de la conscience dans ce qui, autrement, pourrait rester automatique.

KARMA ET LE VIVANT

Nos actions ne s'arrêtent pas à la frontière de notre corps. Ce que nous mangeons, achetons, jetons, construisons ou protégeons produit des conséquences dans des réseaux humains et écologiques. Il serait abusif d'appeler toute causalité écologique « karma » au sens doctrinal. Mais l'enseignement karmique peut nourrir une responsabilité concrète : nos choix participent aux conditions du monde. L'interdépendance élargit ainsi la question éthique : qu'est-ce que mon action met en mouvement au-delà de moi ?

IMAGES ET SYMBOLES ASSOCIÉS

La graine et le fruit sont parmi les images les plus parlantes pour expliquer le karma : une graine ne produit pas instantanément son fruit et sa maturation dépend de nombreuses conditions. La roue de l'existence évoque également les liens entre actions, conditionnements et renaissances. Ces images doivent toutefois être utilisées avec prudence : une conséquence karmique n'est pas un mécanisme simple où chaque événement aurait une cause morale unique.

CITATION

*« C'est l'intention que j'appelle kamma.
Ayant formé une intention, on agit par le corps, la parole ou l'esprit. »*

Anguttara Nikāya 6.63,

Traduction française du sens du passage.

KARMA SELON LES GRANDES TRADITIONS

THERAVĀDA

L'INTENTION AU CŒUR DE L'ACTION

Dans le Theravāda, le kamma est étroitement lié à cetanā, l'intention. Une action intentionnelle du corps, de la parole ou de l'esprit possède une qualité éthique et peut produire une maturation, vipāka, lorsque les conditions sont réunies. Les actions enracinées dans l'avidité, l'aversion et l'ignorance sont non salutaires ; celles liées à la non-avidité, la bienveillance et la compréhension peuvent être salutaires. Le kamma participe à l'explication traditionnelle de la continuité des renaissances sans nécessiter l'existence d'une âme permanente, ce qui le relie directement à Anattā et à la causalité conditionnée. Mais tout ce qui arrive n'est pas réduit au karma. Les textes et commentaires reconnaissent de multiples types de conditions et de causalités. La pratique consiste donc moins à spéculer sur les actes d'une vie passée qu'à observer l'intention présente. Que suis-je en train de nourrir maintenant ? Une habitude de colère ? Une disposition à la générosité ? Une manière plus lucide de répondre ? La conduite éthique, la méditation et la sagesse transforment progressivement les conditions de l'action. Dans cette perspective, comprendre le karma n'enferme pas dans le passé. Cela rend le présent plus important, car chaque intention actuelle participe à la direction du chemin.

MAHĀYĀNA - AGIR DANS UN MONDE D'INTERDÉPENDANCE

Le Mahāyāna reçoit la doctrine du karma et l'inscrit dans l'idéal du Bodhisattva. L'intention n'est plus seulement évaluée selon ses conséquences pour soi : Bodhicitta oriente l'action vers le bien et l'Éveil de tous les êtres. Les pāramitā, générosité, discipline, patience, énergie, méditation et sagesse deviennent autant de manières de transformer l'action. La compréhension de la vacuité évite cependant de réifier le karma comme une substance invisible qui voyagerait d'une existence à l'autre. Actions, agents et conséquences existent en dépendance de conditions ; ils sont vides d'existence intrinsèque. Cette vacuité ne supprime pas la responsabilité. Elle explique au contraire pourquoi la transformation est possible. Si une personne possédait une nature définitivement colérique, aucune pratique ne pourrait la changer. Parce que les habitudes dépendent de conditions, d'autres conditions peuvent être cultivées. Le Mahāyāna développe également la notion de mérite et sa dédicace au bien des êtres. Dans cette perspective, Karma devient une invitation à élargir l'horizon de l'action : non seulement « qu'est-ce que cela produira pour moi ? », mais « quelles conditions mon geste contribue-t-il à créer pour les autres ? »

VAJRAYĀNA - TRANSFORMER LES HABITUDES QUI FAÇONNENT LA PERCEPTION

Le Vajrayāna hérite du Mahāyāna la doctrine du karma, la vacuité et Bodhicitta. Il accorde une attention particulière aux habitudes et empreintes qui conditionnent la manière dont le monde est perçu. Les pratiques tantriques cherchent, dans un cadre de transmission précis, à transformer le corps, la parole et l'esprit afin que les tendances

ordinaires ne déterminent plus automatiquement l'expérience. Mantra, visualisation, méditation de déité, pratiques de purification et entraînement de l'esprit participent, selon les lignées, à cette transformation. Le karma n'y devient pas une fatalité. Au contraire, la possibilité de purification et de transformation suppose que les conditionnements ne soient pas des essences immuables. Les enseignements insistent aussi sur la puissance de la motivation : une même apparence extérieure peut correspondre à des intentions différentes, même si l'intention ne suffit jamais à elle seule à rendre toute action juste. L'éthique et les engagements restent essentiels. Dans cette perspective, comprendre le karma signifie reconnaître que chaque moment de conscience peut renforcer une habitude ou ouvrir une autre manière de percevoir et d'agir.

BUDDHACHANNEL PRATIQUE - DANS LE MONDE D'AUJOURD'HUI

Le mot Karma a tellement voyagé qu'il est parfois devenu, dans le langage courant, une manière de dire que tout ce qui nous arrive serait la conséquence mystérieuse de ce que nous avons fait autrefois, comme si une comptabilité invisible distribuait les récompenses et les malheurs; pourtant l'enseignement bouddhique nous conduit vers une compréhension à la fois plus exigeante et plus libératrice, car le karma concerne d'abord l'action intentionnelle, cette manière dont nos intentions, nos paroles et nos actes participent à ce que nous devenons et au monde que nous contribuons, avec d'autres, à faire exister.

Nous ne choisissons évidemment pas tout ce qui nous arrive. Nous naissons dans une époque, une famille, un pays et des circonstances que nous n'avons pas décidés, nous rencontrons la maladie, les accidents, les injustices, les bouleversements de l'histoire et les décisions des autres, et il serait profondément contraire à la compassion de regarder celui qui souffre en lui laissant entendre qu'il aurait nécessairement mérité ce qui lui arrive. Mais au milieu de tout ce que nous ne maîtrisons pas demeure quelque chose d'extraordinairement précieux : la manière dont, lorsque cela est possible, nous allons répondre à ce qui nous arrive.

C'est peut-être ici que le karma devient une pratique pour aujourd'hui. Chaque parole laisse quelque chose derrière elle; une phrase prononcée dans la colère peut continuer longtemps à vivre dans celui qui l'a reçue, tandis qu'un mot de confiance donné au bon moment peut accompagner quelqu'un pendant des années. Un geste répété devient une habitude, une habitude façonne peu à peu une manière d'être, et notre manière d'être modifie à son tour les relations dans lesquelles nous vivons. Nous ne voyons pas toujours les conséquences de ce que nous semons, et elles ne suivent jamais la simplicité d'une mécanique où chaque bonne action recevrait immédiatement sa récompense, mais nos actes ne sont pas pour autant sans traces.

Dans un monde où quelques secondes suffisent pour publier une parole, transmettre une colère, partager une information ou blesser quelqu'un que nous ne rencontrerons peut-être jamais, cette ancienne attention portée à l'intention retrouve une force particulière. Avant de parler, d'écrire, d'envoyer, de partager, d'acheter, de condamner ou d'agir, nous pouvons apprendre à créer un espace suffisamment vaste pour qu'une question apparaisse : qu'est-ce que je suis en train de mettre dans le monde par ce geste ?

L'EXPÉRIENCE DU JOUR - AVANT QUE LE GESTE NE PARTE

Aujourd'hui, choisissez un geste très ordinaire que vous accomplissez plusieurs fois : répondre à un message, envoyer un courriel, commenter une parole, prendre une décision, acheter quelque chose ou simplement répondre à quelqu'un qui vous contrarie. Juste avant d'agir, accordez-vous quelques secondes et regardez non pas seulement ce que vous allez faire, mais l'intention depuis laquelle vous vous apprêtez à le faire. Est-ce le désir d'aider, de protéger, de comprendre, de partager, ou bien l'envie de gagner, de blesser, de montrer que vous avez raison, de vous débarrasser trop vite d'un inconfort ?

Ne transformez pas cette observation en tribunal intérieur, car nos intentions sont rarement parfaitement pures et nous sommes souvent traversés par plusieurs mouvements contradictoires; il suffit de les voir un peu mieux. Une parole nécessaire peut être ferme sans devenir humiliante, un désaccord peut être exprimé sans chercher à diminuer celui qui pense autrement, et parfois quelques secondes suffisent pour qu'une phrase que nous étions prêts à lancer comme une pierre devienne une parole qui dit la même chose sans ajouter inutilement de la souffrance.

Puis agissez, car le karma n'est pas une invitation à hésiter devant chaque geste jusqu'à ne plus rien faire. Il nous rappelle au contraire que nous participons au monde par ce que nous faisons réellement. Le soir venu, repensez simplement à un geste de votre journée et demandez-vous : qu'ai-je semé aujourd'hui que j'aimerais voir grandir ? Peut-être de la confiance, de la patience, de l'attention, du courage ou de la bienveillance; peut-être découvrirez-vous aussi une parole que vous auriez aimé prononcer autrement, et cette découverte elle-même peut devenir le commencement d'une autre action demain.

Nous ne pouvons pas revenir en arrière pour retirer toutes les paroles prononcées ni effacer tous nos gestes, mais tant que nous pouvons encore agir, quelque chose demeure ouvert. Le karma n'enferme pas seulement le passé dans ses conséquences; il rend également précieux le prochain geste.

MOTS-CLÉS

Karma • Kamma • Action • Intention • Cetanā • Vipāka • Conséquence • Kusala • Akusala • Habitude • Répétition • Renaissance • Causalité • Origination dépendante • Responsabilité • Neuroplasticité

CONCLUSION

Karma ne signifie pas que nous méritons tout ce qui nous arrive. Il ne transforme pas la souffrance en culpabilité et ne permet pas de juger la vie d'autrui. Il rappelle quelque chose de plus exigeant : nos intentions et nos actes comptent. Nous héritons de nombreuses conditions que nous n'avons pas choisies, et nous ne maîtrisons jamais entièrement les conséquences de ce que nous faisons. Pourtant, à l'intérieur de ce monde conditionné, nous participons à ce qui vient ensuite. Une parole peut blesser ou réparer. Une habitude peut s'enraciner ou être progressivement transformée. Un geste peut créer une nouvelle condition. Les sciences contemporaines peuvent éclairer certains mécanismes de répétition et d'apprentissage ; elles ne remplacent pas la dimension

éthique et spirituelle du karma. La question demeure profondément humaine : qu'est-ce que je suis en train de semer par ma manière de vivre ?

*Observer l'intention. Reconnaître l'habitude.
Choisir lorsque c'est possible. Regarder les conséquences.
Puis prendre soin de ce que nous transmettons.*

BUDDHACHANNEL ENCYCLOPÉDIE

Aliénor & Alain Delaporte-Digard
Passeurs de savoirs

PROLONGEZ PAR LA PRATIQUE

7 jours pour découvrir Samatha →

DEVENEZ VOYAGEUR DU DHARMA

Découvrez • rencontrez • pratiquez
dans les lieux et les communautés du monde.

→ EXPLORER BUDDHACHANNEL EARTH

Buddhachannel Encyclopédie → comprendre
Buddhachannel Earth → explorer et rencontrer
Les Voyageurs du Dharma → pratiquer et vivre l'expérience

Buddhachannel est un projet indépendant.
Soutenir Buddhachannel →