

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

00024 MOYENS D'EXISTENCE JUSTES

Sammā-ājīva • Samyag-ājīva - gagner sa vie sans perdre le sens de ce que l'on fait vivre

Nous passons une part immense de notre existence à travailler, produire, vendre, acheter, soigner, enseigner, diriger, servir ou créer. *Le Dharma pourrait-il s'arrêter à la porte de notre activité professionnelle ?* Les MOYENS D'EXISTENCE JUSTES, cinquième facteur du Noble Sentier Octuple, répondent clairement : *non*. Gagner sa vie fait partie du chemin. La question n'est pas seulement : « *Combien vais-je gagner ?* » mais aussi : « *De quoi mon revenu dépend-il ? Qui ou quoi mon activité protège-t-elle, exploite-t-elle, nourrit-elle ou détruit-elle ?* » Le travail devient alors un lieu de discernement entre nécessité économique, responsabilité et non-nuisance.

INTRODUCTION & ÉTYMOLOGIE

En pāli, les Moyens d'existence justes sont sammā-ājīva; en sanskrit, samyag-ājīva. Ājīva signifie moyen de subsistance, manière de vivre ou activité permettant de soutenir son existence. Sammā / samyak signifie justement, correctement, de manière appropriée. Dans le Noble Sentier Octuple, Sammā-ājīva appartient au groupe de sīla / śīla, la conduite éthique, avec Parole juste et Action juste. Pour le pratiquant laïc, l'enseignement demande de gagner sa vie sans s'engager dans des activités fondées sur des formes graves de nuisance. Des textes anciens mentionnent notamment cinq commerces à éviter : commerce d'armes, d'êtres vivants, de viande destinée à l'abattage, de substances intoxicantes et de poisons. Cette liste appartient à un contexte ancien; elle donne une direction plutôt qu'un catalogue exhaustif des métiers modernes. Aujourd'hui, le discernement doit aussi examiner les chaînes de production, les conditions de travail, la tromperie, l'exploitation, les effets environnementaux et les conséquences sociales de nos activités.

SAMMĀ-ĀJĪVA - en Pāli

Sammā-ājīva désigne une manière juste de soutenir sa vie. Le terme ne réduit pas le travail à une vocation spirituelle : il demande d'abord que les moyens employés pour vivre soient compatibles avec l'éthique du Sentier.

SAMYAG-ĀJĪVA - en Sanskrit : सम्यगाजीव

Samyag-ājīva est l'expression sanskrite correspondante. Ājīva renvoie à la subsistance, au métier et aux moyens par lesquels une personne entretient son existence.

LES CINQ COMMERCE TRADITIONNELLEMENT DÉCONSEILLÉS

1 - LE COMMERCE DES ARMES

La fabrication ou la vente d'armes destinées à blesser ou tuer est traditionnellement considérée comme incompatible avec la non-nuisance. Dans le monde contemporain, les chaînes économiques sont parfois complexes; l'enjeu reste de regarder lucidement ce que notre activité rend possible.

2 - LE COMMERCE DES ÊTRES VIVANTS

Les formulations anciennes mentionnent le commerce d'êtres vivants. Historiquement, cela peut inclure des formes de traite et d'exploitation. Pour une lecture contemporaine, le principe invite à refuser la marchandisation coercitive des personnes et à examiner avec sérieux toute activité fondée sur l'exploitation d'êtres sensibles.

3 - LE COMMERCE DE LA VIANDE DESTINÉE À L'ABATTAGE

Les textes distinguent cette activité économique de la question plus large de l'alimentation, traitée différemment selon les traditions bouddhiques. Ici, le point porte sur un moyen d'existence directement organisé autour de la mise à mort d'animaux.

4 - LE COMMERCE DES INTOXICANTS

La vente de substances destinées à produire l'intoxication est traditionnellement déconseillée parce qu'elle contribue à l'altération de la vigilance et peut favoriser de nombreuses formes de souffrance. Les questions contemporaines de dépendance et de santé publique renforcent la nécessité du discernement sans transformer l'enseignement en jugement des personnes dépendantes.

5 - LE COMMERCE DES POISONS

Le commerce de substances destinées à empoisonner ou détruire la vie complète cette liste. Les usages modernes de substances chimiques étant multiples, il faut distinguer médicament, industrie, agriculture, recherche et usage nuisible. L'intention, la fonction et les conséquences réelles doivent être examinées.

DIMENSIONS PHILOSOPHIQUES ET FONDEMENT

Les Moyens d'existence justes prolongent l'Action juste dans la durée. Un métier répète des actes chaque jour et amplifie leurs conséquences par l'organisation économique. Le Karma rappelle l'importance de l'intention, mais la responsabilité professionnelle ne se réduit pas à ce que nous voulions personnellement : une institution peut produire des effets que chaque individu doit apprendre à regarder. Le Sentier pose donc une question difficile et moderne : *jusqu'où sommes-nous responsables des systèmes auxquels nous participons* ? Le bouddhisme ne fournit pas une réponse unique à chaque profession contemporaine. Il offre des critères : non-nuisance, honnêteté, respect de la vie, absence d'exploitation, lucidité sur les conséquences. Il faut également éviter une morale réservée à ceux qui ont le privilège de choisir facilement leur métier. Beaucoup travaillent par nécessité. Le chemin peut alors commencer par reconnaître les contraintes, réduire la nuisance possible, refuser certaines pratiques, préparer une transition ou soutenir collectivement de meilleures conditions.

TRADUCTION 21 LANGUES

LANGUES FONDATRICES DU BOUDDHISME

Sanskrit : सम्यग्जीव - Samyagājīva .

Pāli : Sammā-ājīva .

Cinghalais : සම්ම ආජීව - Sammā Ājīva .

Chinois : 正命 - Zhèngmìng .

Tibétain : ཡང་དག་པའི་ཐོ་བ་ - Yang dag pa'i 'tsho ba .

Japonais : 正命 - Shōmyō .

Coréen : 정명 - Jeongmyeong .

Vietnamien : Chánh mạng .

Thaï : สัมมาอาชีวะ - Sammā-ājīva .

Mongol : зөв амьдрал - Zöv amidral .

Indonésien : Mata Pencaharian Benar .

LANGUES INTERNATIONALES DE DIFFUSION

Anglais : Right Livelihood .

Français : Moyen d'existence juste • Juste subsistance .

Espagnol : Medio de Vida Correcto .

Portugais : Meio de Vida Correto .

Allemand : Rechter Lebenserwerb .

Italien : Retti Mezzi di Sussistenza .

Russe : Правильный образ жизни .

LANGUES DU DIALOGUE ENTRE LES CULTURES

Arabe : سبل العيش الصحيحة .

Hébreu : פרנסה נכונה .

Hindi : सम्यग्जीव - Samyagājīva.

DANS LA VIE QUOTIDIENNE

Peu de personnes peuvent choisir un métier parfaitement aligné avec toutes leurs valeurs. Les Moyens d'existence justes ne demandent donc pas nécessairement de quitter son travail demain. Ils invitent d'abord à regarder : *que produit mon activité ? A qui profite-t-elle ? Qui en supporte le coût ? Dois-je mentir, manipuler, humilier, exploiter ou cacher des conséquences importantes pour pouvoir l'exercer ?* Puis vient une seconde question : « *Quelle marge de transformation existe réellement ?* » Elle peut être petite : modifier une pratique, refuser une tromperie, mieux traiter un collaborateur, choisir un fournisseur différent, réduire un gaspillage, préparer progressivement un changement.

LES MOYENS D'EXISTENCE JUSTES ET LE VIVANT

Le travail humain transforme le vivant : agriculture, pêche, forêt, énergie, construction, transport, tourisme, industrie, numérique. Une activité peut créer des emplois tout en dégradant un écosystème ; une solution écologique peut déplacer ses impacts ailleurs. Le Dharma n'offre pas une certification automatique de ce qui serait « *vert* ». Il invite à regarder les conséquences avec honnêteté et à réduire la nuisance évitable. Habiter le monde vivant implique aussi de demander : *quelles conditions notre économie laisse-t-elle aux êtres qui viendront après nous ?*

IMAGES ET SYMBOLES ASSOCIÉS

Les Moyens d'existence justes n'ont pas de symbole bouddhique exclusif. Le Dharmacakra à huit rayons demeure le repère le plus juste. Pour Buddhachannel, la main qui travaille, l'outil, l'atelier, le champ, le soin ou le bureau peuvent devenir des images contemporaines : non pour sacraliser le travail, mais pour rappeler que le chemin traverse aussi l'économie quotidienne.

CITATION

« *Le disciple noble, ayant abandonné les moyens d'existence incorrects, gagne sa vie par des moyens d'existence justes.* »

formulation traditionnelle du Noble Sentier Octuple, traduction française adaptée du sens.

LES MOYENS D'EXISTENCE JUSTES SELON LES GRANDES TRADITIONS

THERAVĀDA - GAGNER SA VIE SANS FAIRE DE LA NUISANCE UN MÉTIER

Dans le Theravāda, Sammā-ājīva appartient à sīla et s'inscrit directement dans le Noble Sentier Octuple. Pour les laïcs, l'Anguttara Nikāya mentionne cinq types de commerce à éviter : armes, êtres vivants, viande, intoxicants et poisons. Le principe général est que le revenu ne devrait pas dépendre d'activités qui entretiennent directement la destruction de la vie, l'exploitation ou l'altération nuisible de la conscience. Pour les monastiques, les règles de subsistance sont plus spécifiques et liées au Vinaya. Dans la vie laïque, le discernement doit tenir compte des circonstances réelles. Le travail est une source

majeure d'actions répétées : honnêteté, tromperie, générosité, dureté, coopération ou exploitation peuvent y devenir des habitudes. Une activité juste crée moins de remords et soutient la pratique. Mais le Theravāda ne demande pas de transformer le métier en identité spirituelle. Le but demeure la diminution de Dukkha et le développement du Sentier. Gagner sa vie honnêtement devient ainsi l'une des conditions concrètes d'une existence où l'éthique et la méditation ne se contredisent pas.

MAHĀYĀNA- FAIRE DE L'ACTIVITÉ HUMAINE UN LIEU DE RESPONSABILITÉ ENVERS LES ÊTRES

Le Mahāyāna conserve le principe de subsistance juste et l'inscrit dans Bodhicitta et l'idéal du Bodhisattva. Le travail devient l'un des lieux où se rencontrent compassion, générosité, patience et moyens habiles. Une profession peut être évaluée non seulement selon le revenu qu'elle produit, mais selon les conditions qu'elle crée pour les êtres. Cette perspective élargit le regard aux relations économiques et sociales. Exploiter une personne, tromper un client ou tirer profit d'une dépendance contredit la direction de Bodhicitta, même lorsque l'activité est légalement admise. La vacuité évite cependant de figer les individus en « bons » ou « mauvais métiers » : les situations sont conditionnées, les responsabilités partagées et les transformations possibles. Le Bodhisattva cherche moins une pureté personnelle qu'une manière d'agir qui réduise réellement la souffrance. Cela peut conduire à transformer une organisation, protéger des travailleurs, partager des ressources ou inventer des modèles plus justes. La compassion devient alors économique sans devenir une idéologie économique unique.

VAJRAYĀNA - UNE ACTIVITÉ ORDINAIRE QUI NE PEUT ÊTRE SÉPARÉE DE LA CONDUITE

Le Vajrayāna hérite des fondements éthiques du Mahāyāna et ne suspend pas les Moyens d'existence justes au nom de pratiques dites supérieures. Un pratiquant peut recevoir initiations et transmissions tout en exerçant un métier ordinaire; la qualité éthique de cette activité reste pleinement pertinente. Les engagements tantriques, Bodhicitta et la compréhension de la vacuité devraient accroître la responsabilité envers les conséquences, non permettre de les ignorer. Dans certaines traditions, toute activité peut être intégrée au chemin par la motivation, la présence et la dédicace. Mais cette transformation intérieure ne rend pas juste une activité intrinsèquement fondée sur l'exploitation ou la nuisance. La relation entre maître, institution et argent exige elle aussi discernement et transparence : la spiritualité ne doit pas devenir prétexte à l'emprise financière. Les Moyens d'existence justes rappellent ainsi que la pratique ne se mesure pas seulement dans les rituels, mais dans la manière concrète dont nous obtenons, utilisons et partageons les ressources nécessaires à la vie.

BUDDHACHANNEL PRATIQUE - DANS LE MONDE D'AUJOURD'HUI

Nous consacrons une part immense de notre existence à travailler, produire, vendre, acheter, enseigner, soigner, construire, cultiver, transporter, administrer, créer ou servir. Pourtant, lorsque nous parlons de spiritualité, nous regardons souvent ailleurs, comme si le chemin commençait seulement lorsque le travail s'arrête. Le Noble Sentier octuple

affirme exactement le contraire : notre manière de gagner notre vie appartient elle aussi au chemin.

Le Moyen d'existence juste - Sammā-āṇīva nous invite à regarder comment les ressources qui permettent notre existence sont obtenues et quelles conséquences notre activité produit sur les autres êtres. Dans les enseignements anciens, cette exigence conduit notamment à écarter les activités fondées sur le commerce des êtres vivants, des armes, de la viande destinée à l'abattage, des intoxicants et des poisons. Derrière ces formulations venues d'un monde très différent du nôtre demeure une interrogation d'une étonnante actualité : *de quoi vivons-nous, et qu'est-ce qui vit ou souffre de la manière dont nous en vivons ?* Aujourd'hui, cette question traverse des réalités beaucoup plus complexes. Nous appartenons à des entreprises, des administrations, des réseaux de fournisseurs et de consommateurs dont nous ne maîtrisons qu'une petite partie. Un objet acheté ici peut avoir été fabriqué à des milliers de kilomètres; une décision prise devant un ordinateur peut modifier la vie de personnes que nous ne rencontrerons jamais; notre activité peut consommer de l'énergie, produire des déchets, utiliser des ressources naturelles ou participer à des systèmes dont les conséquences nous restent largement invisibles. Il serait alors facile de transformer le Moyen d'existence juste en une recherche impossible de pureté.

Ce n'est pas le chemin proposé ici. Nous ne choisissons pas tous librement notre métier. Il faut vivre, nourrir une famille, payer un logement, parfois accepter un travail faute d'alternative immédiate. Les conditions économiques sont réelles et inégalement réparties. Le Dhamma ne gagne rien à devenir un jugement porté depuis l'extérieur sur la vie de ceux qui doivent travailler pour vivre.

Mais entre la pureté impossible et l'indifférence existe un territoire immense : celui du discernement. *Que produit mon travail ? Qui sert-il ? À qui pourrait-il nuire ? Comment y sont traités les êtres humains ? Quelle place y occupent la vérité, la confiance et la responsabilité ? Que prélève-t-il sur le vivant ? Et, à l'intérieur même d'une activité imparfaite, existe-t-il une manière plus juste d'accomplir ce qui dépend réellement de moi ?*

Ainsi, le Moyen d'existence juste ne nous demande pas seulement : « *Quel métier exercez-vous ?* »

Il nous demande aussi : « *Quelle manière d'être humain faites-vous entrer dans votre métier ?* »

L'EXPÉRIENCE DU JOUR - REGARDER UNE JOURNÉE DE TRAVAIL COMME UNE CHAÎNE DE RELATIONS

Aujourd'hui, choisissez un objet ou un service lié à votre activité : votre ordinateur, un repas, un vêtement professionnel, un produit que vous vendez, un soin que vous donnez, un document que vous produisez. Regardez-le quelques instants et essayez d'imaginer, sans prétendre tout connaître, la chaîne de vies qui a permis qu'il arrive jusqu'à vous. Quelqu'un a extrait ou cultivé une matière. Quelqu'un l'a transformée. Quelqu'un l'a transportée. Une énergie a été utilisée. De l'eau peut-être. Une terre. Des machines. Des connaissances. Des heures de travail. Puis vous êtes entré à votre tour dans cette histoire. Ne cherchez pas à éprouver de la culpabilité. Cherchez à voir la relation. Puis demandez-vous :

« *Dans la partie de cette chaîne qui dépend de moi, existe-t-il une chose que je pourrais rendre un peu plus juste ?* »

Peut-être mieux traiter une personne avec laquelle vous travaillez. Refuser une tromperie. Réduire un gaspillage. Choisir un fournisseur différent lorsque cela est possible. Ne pas vendre ce que vous savez inutile ou nuisible. Transmettre un savoir

plutôt que le garder pour conserver un pouvoir. Reconnaître le travail de quelqu'un. Payer justement lorsqu'il vous appartient d'en décider. Ou simplement accomplir avec davantage de soin une tâche dont quelqu'un d'autre dépend. Une seule chose. Car le Moyen d'existence juste n'est pas nécessairement le grand bouleversement par lequel nous quitterions tout pour recommencer ailleurs. Il peut aussi être la lente transformation de notre manière d'habiter l'activité que nous exerçons déjà.

Et pour ceux qui ne travaillent plus, la question ne disparaît pas. Une retraite, un patrimoine, une consommation, un investissement, un achat ou un don continuent à nous relier à la vie économique. Nous cessons peut-être d'exercer un métier; nous ne cessons jamais entièrement de participer au monde matériel. Alors une question demeure, à tout âge :

« Ce qui me permet de vivre contribue-t-il, autant que je peux l'influencer, à permettre aux autres de vivre aussi ? »

MOTS-CLÉS

Moyens d'existence justes • Sammā-āṇava • Samyag-āṇava • Noble Sentier Octuple • Sīla • Travail • Économie • Non-nuisance • Exploitation • Commerce • Responsabilité • Karma • Bodhicitta • Vivant

CONCLUSION

Les Moyens d'existence justes posent une question que la spiritualité peut facilement éviter : comment gagnons-nous réellement notre vie ? Le Dharma ne sépare pas le temps de méditation du temps de travail. Nos métiers mobilisent des heures, des relations, des ressources et des conséquences. Ils peuvent nourrir, soigner, transmettre et construire; ils peuvent aussi exploiter, tromper, détruire ou rendre dépendant. Peu d'existences sont parfaitement simples. Le chemin ne demande donc pas une pureté impossible, mais une lucidité croissante. Voir ce qui dépend de nous. Reconnaître ce qui nous contraint. Réduire la nuisance évitable. Transformer ce qui peut l'être. Et, lorsque cela devient nécessaire et possible, changer de direction. Gagner sa vie peut alors devenir autre chose qu'une nécessité économique : une manière de participer au monde sans oublier les êtres qui le partagent avec nous.

*Travailler pour vivre. Ne pas vivre pour nuire.
Regarder ce que notre activité produit. Reconnaître ceux qui en portent le coût.*

*Puis chercher, jour après jour,
une manière de gagner sa vie sans perdre ce qui donne un sens à la vie.*

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 →