



# Des actions justes pour se purifier ?

Conscientiser sa pensée avant d'engager sa parole et son action serait le préalable à un processus de libération, à considérer en fonction du contexte, qui joue un rôle majeur. Mais alors, comment la purification fonctionne-t-elle vraiment ?

Par Julie Klotz



**À LIRE**  
**Manuel de bouddhisme, tomes I, II, III**  
 Philippe Cornu  
 Éd. Rangdröl,  
 2019, 20 €

Le terme karma signifie « résultat », mais n'est pas à prendre au sens d'une punition ou d'une récompense. Considéré traditionnellement comme neutre, il peut cependant contribuer à produire l'équilibre et l'harmonie nécessaires à la vie. Les actions vertueuses accomplies par l'individu vont l'aider à se libérer d'un karma que l'on pourrait qualifier de « négatif » en détruisant les résidus des actes passés réalisés sans conscience, et par là même contribuer à l'inscrire dans un karma « positif ». « *L'absence de conscience ou l'ignorance, c'est ce qui nous empêche de voir les choses telles qu'elles sont* », explique Philippe Cornu, ethnologue et spécialiste du bouddhisme. Il s'agit notamment de prendre pour éternel ce qui est impermanent, percevoir comme réel ce qui est illusoire, trouver du plaisir dans ce qui nous nuit, etc. Et ce manque de discernement engendre de multiples souffrances, entraînant l'individu dans la spirale d'un karma « négatif ». De la voie de la compréhension découle ainsi la voie de l'action !

Le devenir de l'être n'est pas tant conditionné par l'action visible que par l'intention mentale qui précède l'acte ou la parole. Car c'est avant tout avec nos pensées que le processus karmique prend forme. « *Tout vient de l'esprit*, confirme Philippe Cornu. *Le karma intervient comme une restitution de l'énergie psychique que nous avons produite. Ce qui est très rationnel. En accumulant, par exemple, des actes liés à la colère, à la haine, au désir-attachement, à la spo-*

*liation, etc., on crée une énergie résiduelle dans notre esprit qui va engendrer un équivalent de même nature dans le monde matériel, à travers nos actions et nos paroles. C'est ce qu'on appelle la rétribution du karma.* » En somme, on récolte ce que l'on a semé. « *Un acte apparemment positif peut en vérité se révéler être un karma négatif si sa motivation est malveillante, et vice versa* », ajoute-t-il. C'est la raison pour laquelle ce qui doit prédominer dans nos pensées, nos paroles et nos actions, ce sont la clarté et l'amour.

## Les « dix recommandations »

Ce ne sont pas les « dix commandements » de la religion chrétienne, et pourtant, elles leur ressemblent. Basées sur les cinq préceptes de Bouddha, les dix recommandations que nous énonce Philippe Cornu, pour faire évoluer son karma positivement, pourraient se diviser en trois grandes catégories tout en restant mêlées, puisque la pensée est toujours le préalable à la parole et à l'action : celles qui concernent le corps (le meurtre, le vol et la luxure), la parole (le mensonge, la calomnie, les injures) et l'esprit (la convoitise, la méchanceté et les vues fausses). Même s'il est difficile de respecter complètement ces recommandations, il s'agit de s'y efforcer. « *Elles représentent une perspective d'entraînement. On observe, on corrige et on s'améliore...* », encourage le spécialiste du bouddhisme qui précise que dans la notion de karma traditionnel, dans laquelle on trouve le cy-



*Un acte apparemment positif peut en vérité se révéler être un karma négatif si sa motivation est malveillante, et vice versa.*