

LA DIFFÉRENCE ENTRE CŒUR ET ÂME

Définitions. Comment aborder le cœur et l'âme en spiritualité ? Quelle signification, quel sens profond ?

En philosophie et spiritualité, **cœur et âme** sont parfois associés, voire confondus.

Ainsi, le cœur est parfois considéré comme le siège ou la « résidence » de l'âme : c'est notamment le cas chez Aristote. Ça n'est qu'au début de notre ère que l'âme sera associée au cerveau, même si de nombreux auteurs continueront à la relier au cœur.

L'**âme** est un terme ambigu qui désigne tout ce qui compose le **psychisme** de l'individu : ce sont ses états de conscience, son intelligence, sa raison, son **intuition**, mais aussi ses sentiments, ses émotions, ses passions et ses **instincts**.

L'âme peut être attirée vers le **haut** (vers les valeurs idéales, vers le Principe divin) ou vers le **bas** (le corps, l'**ego**, l'orgueil, les désirs, la peur). Elle symbolise la double nature de l'être humain, entre animalité et spiritualité, entre haine et Amour. La conscience de l'Homme semble en effet avoir émergé de sa nature physique : l'Homme est d'abord un animal qui a développé une certaine forme d'intelligence pour pouvoir survivre dans son environnement. Mais en développant ses capacités cognitives, l'humain a découvert une nouvelle réalité, plus large, plus universelle : il se pense désormais comme un être appartenant au **cosmos** tout entier.

L'âme est donc double : prisonnière du corps, elle réussit parfois à s'en délivrer pour accéder à des **niveaux de conscience** supérieurs.

Précisément, c'est lorsque l'**âme** réussit à s'élever qu'on l'assimile au **cœur** : l'individu renonce à son individualité et ouvre son cœur. Âme et cœur deviennent alors synonymes.

La différence entre cœur et âme : définitions.

Nous l'avons vu, l'âme est attachée à l'**individualité** : elle peut se définir comme la somme des états mentaux d'un individu, entre psychologie et capacité à penser par soi-même.

L'âme est à la fois l'expression du conscient et de l'**inconscient**, du connu et de l'inconnu, du maîtrisé et du non-maîtrisé. Elle est souvent jugée chaotique et ambivalente, notamment du fait de son caractère changeant, évolutif et instable.

En **alchimie**, l'âme est assimilée à l'**Eau** et à ses trois états : solide (lié à la matière), liquide (intermédiaire) et gazeux (s'élevant vers le Ciel).

Comme l'Eau, l'âme est naturellement **attirée vers le bas**, c'est-à-dire vers la matière dont elle est issue. L'individu qui souhaite s'élever spirituellement devra donc fournir un **effort** pour se libérer de son carcan, de ses habitudes, de ses certitudes et de ses illusions, et ainsi donner une chance à son âme d'entrevoir la Vérité universelle.

Précisément, ce travail sur soi constitue le **chemin du cœur** : il vise à déchirer tous les voiles qui font obstacle à la vraie **lumière**. Le cœur peut alors symboliser l'âme purifiée, dépouillée de ses défauts, affranchie de tous ses poids.

Le cœur évoque alors l'**Amour**, non pas en tant qu'émotion mais en tant que grande **loi cosmique** : c'est la reconnaissance que tout est lié, interconnecté et interdépendant. Ainsi, le cœur est l'âme en capacité de comprendre que tout est né de la même racine, que nous sommes tous issus du même être, que nous sommes tous le même être. Autrement dit, le cœur est l'âme qui se voit non plus comme une entité séparée des autres et du monde, mais comme un élément constitutif du Tout.

Cette **vision du cœur**, rendue possible par l'**acceptation** et le **lâcher-prise**, aboutit à une grande **tolérance** vis-à-vis des autres. Elle ouvre la voie de la bienveillance, de la **compassion** et de la fraternité.

On parle aussi du cœur : l'âme se détache de la dualité pour saisir la réalité du monde tel qu'il est, dans toute son unité, ce qui passe par une certaine forme de sensibilité.

Le cœur et l'âme dans la Bible.

Dans l'**Ancien Testament**, le cœur est, selon les versets, le siège des émotions, des passions, de la pensée, du jugement ou de la volonté. Il correspond donc à l'âme dans son sens classique. Les Hommes doivent tout faire pour purifier leur cœur et le régénérer : ils doivent le rendre **réceptif** à la parole divine.

Dans le **Nouveau Testament**, le cœur est plus souvent le centre de la conscience pure :

Heureux ceux qui ont le cœur pur, car ils verront Dieu !

Matthieu 5, 8

Car Dieu, qui a dit : La lumière brillera du sein des ténèbres ! a fait briller la lumière dans nos cœurs pour faire resplendir la connaissance de la gloire de Dieu sur la face de Christ.

2 Corinthiens 4, 6

Christ habite dans vos cœurs par la foi.

Ephésiens 3, 17

Dans l'Islam.

Dans l'Islam, le **cœur** a le sens étymologique de « retournement » et de « moule », ce qui peut traduire un état changeant, évolutif. Ce qui sous-entend que le cœur est parfois fermé, parfois réceptif.

Le cœur est un réceptacle, un moule qui contient deux choses : l'**esprit** (la lumière de Dieu) et l'**âme** (les tendances psychiques, la personnalité, les traits de caractère, les qualités et les défauts).