

## LA DIFFÉRENCE ENTRE ÂME ET ESPRIT

Comment définir l'âme et l'esprit ?

Quelle relation entre les deux ?

La **triade corps-âme-esprit** est incontournable dans l'approche philosophique et métaphysique de l'Homme. On parle de **la triple nature de l'homme**.

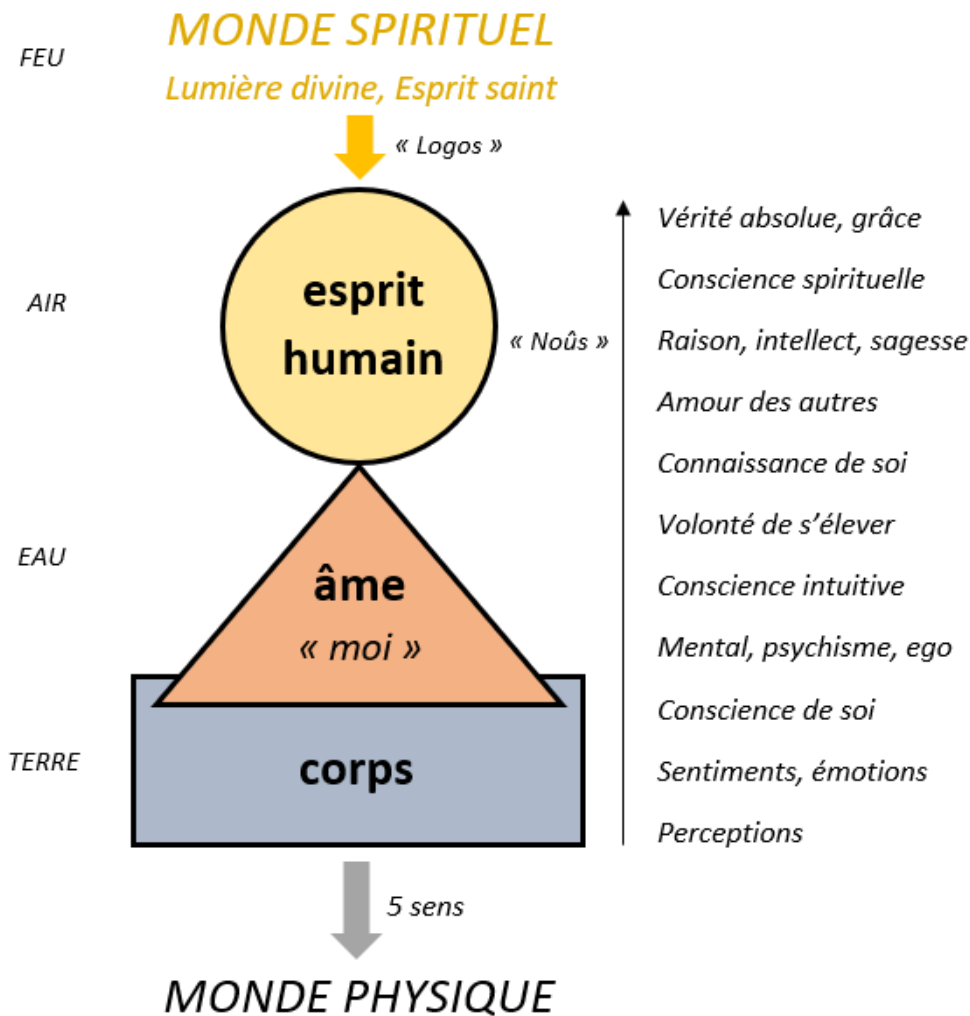
Mais en pratique, il n'est pas toujours simple de distinguer l'âme de l'esprit, les deux termes étant souvent confondus. Essayons d'y voir plus clair.

**Définition de l'âme** : L'âme est le siège de l'**activité psychique** et des états de conscience d'un individu. L'âme porte l'ensemble des états et dispositions intellectuelles, morales, affectives qui forment l'individualité, autrement dit **le « moi » profond**. L'âme est liée à la **conscience**, à l'**ego**, mais aussi au **cœur**, à la raison et à l'intellect. Elle peut donc être attirée vers le bas (la matière) ou vers le haut (l'esprit).

**Définition de l'esprit** : L'esprit est le **souffle** vital et divin, Principe créateur. En réalité, l'esprit peut renvoyer à deux choses :

- **L'esprit en l'homme** (avec un « e » minuscule), ou « *noûs* », correspond à la dimension spirituelle de l'être humain ; il spiritualise à la fois l'âme et le corps ; il est capable de s'ouvrir à Dieu.
- **L'Esprit** (avec un « E » majuscule) est l'Esprit Saint, le Principe divin qui vient d'en haut.

**Le schéma suivant permettra d'y voir plus clair :**



***Voyons plus précisément la différence entre âme et esprit.***

***Remarque :*** En alchimie spirituelle, âme et esprit sont intervertis dans leur définition.

**La différence entre âme et esprit : définitions.**

Tentons les définitions suivantes de l'âme et de l'esprit.

**L'âme : une médiatrice entre le corps et l'esprit.**

Un bon moyen de comprendre la différence entre âme et esprit est d'associer l'esprit au **feu**, et l'âme à l'**eau**, élément changeant qu'on peut retrouver sous trois états différents :

- **Solide** (attaché à la matière),
- **Liquide** (fluctuant, instable, souvent attiré vers le bas),
- Ou **gazeux** (associé à l'esprit).

L'âme est donc ce phénomène invisible et psychique, fait d'émotions et de pensées ; l'âme est par nature fluctuante et instable, balançant entre le corps et l'esprit.

**L'âme est attirée vers le bas (monde de la matière) quand :**

- Elle s'attache à l'**ego** (orgueil, désirs, passions...),
- Elle est soumise au **mental** non maîtrisé,
- Elle est soumise aux déterminismes intérieurs et aux influences extérieures,
- Elle ignore sa nature profonde.

**Au contraire, l'âme est attirée vers le haut (monde de l'esprit) lorsque :**

- Elle s'appuie sur la **raison**,
- Elle se détache du mental et de l'ego,
- Elle se détache du passé et du futur pour s'arrimer dans le présent,
- Elle cherche à **se connaître elle-même**,
- Elle s'ouvre à la **transcendance**.

Il y a ici l'idée que seule la **volonté** peut permettre à l'âme de s'élever pour s'autonomiser par rapport au corps, cette prison de ténèbres et de passions. Seule une **mort symbolique** permettra cela. L'âme sera alors prête à accueillir l'Esprit saint : **elle deviendra le temple de l'Esprit**.

Dans le même ordre d'idée, les Grecs distinguaient **plusieurs niveaux du corps et de l'âme** :

- Le **soma** (corps physique, physiologie),
- La **psyché** ou âme mortelle qui anime le corps (psychisme, sensibilité, désirs, humeurs...),
- Le **noûs**, intellect ou raison, partie la plus divine de l'âme, en contact avec le divin. Le **noûs** peut être vu comme **l'esprit en l'homme**, l'intelligence active de la raison et du cœur, celle qui devrait guider l'âme. Le **noûs** est jugé **immortel**, du fait de sa participation au monde spirituel et divin. C'est par le **noûs** que l'homme est à l'image de Dieu.

Là encore, la **psyché** est associée à l'eau, au féminin et à la **Lune**, alors que le **noûs** est associé au feu, au masculin et au **Soleil**.

Sur un plan plus psychologique, la partie inférieure de l'âme pourrait correspondre au « moi », alors que la partie éclairée pourrait correspondre au « soi », **l'objectif étant d'aller du moi vers le soi**.

**L'Esprit : le souffle divin.**

L'Esprit avec un grand « E » est le **souffle divin**, l'Esprit Saint, le *pneuma*, la force vitale qui donne la vie et qui est présente, bien qu'invisible et cachée, dans toute chose et tout être vivant.

L'**Esprit saint** est susceptible de toucher l'humain qui est prêt à le voir et à l'accueillir en ouvrant son cœur et son intellect. Il se manifeste par le **logos** (raison du monde, verbe, parole divine du Prologue de Saint-Jean).

L'Esprit saint, âme du monde, **cosmos**, est associé au **feu pur de l'éther**, subtil et chaud.

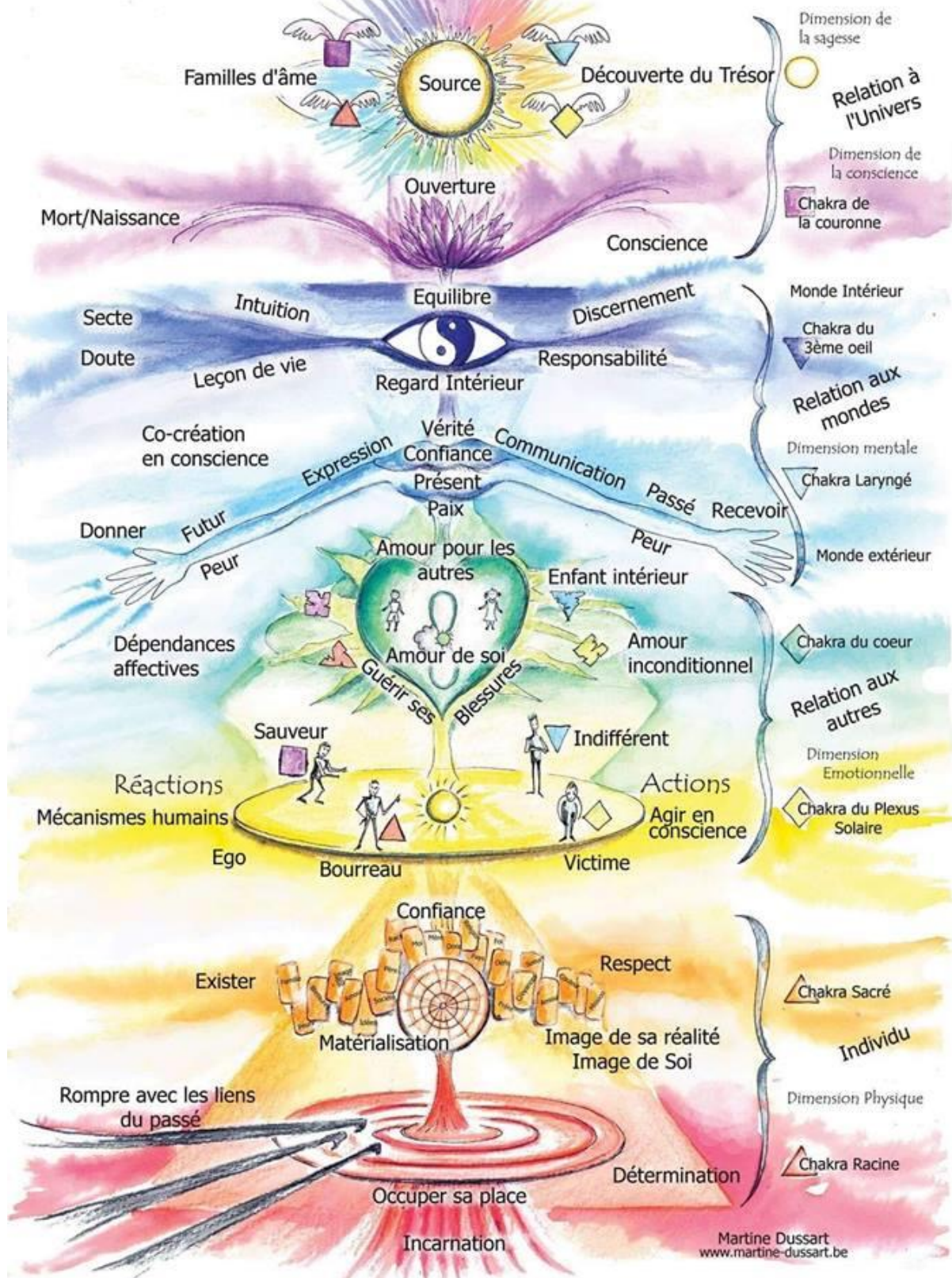
Correspondance et interfaces entre corps, âme et esprit.

### **Où se trouve l'âme dans le corps humain ?**

La philosophie hindouiste décrit la relation entre le corps, l'âme et l'esprit à travers **les chakras**, sortes de centres spirituels régulant l'énergie entre le corps, l'âme, la terre et l'univers.

Les chakras sont au nombre de 7 et correspondent chacun à un emplacement dans le corps : périnée, sacrum, nombril (plexus solaire), cœur, gorge, front et fontanelle (couronne).

# Le trésor oublié de l'Arc-en-ciel



Lire aussi notre article sur le symbolisme du corps humain.

## L'âme et l'esprit dans la Bible.

Les versets suivants de la Bible pointent à la fois la correspondance et la différence entre âme et esprit :

*Ne savez-vous pas que vous êtes le temple de Dieu, et que l'Esprit de Dieu habite en vous ?*  
**1 Corinthiens 3, 16**

*Je répandrai sur vous une eau pure, et vous serez purifiés ; je vous purifierai de toutes vos souillures et de toutes vos idoles. Je vous donnerai un cœur nouveau, et je mettrai en vous **un esprit nouveau** ; j'ôterai de votre corps le cœur de pierre, et je vous donnerai un cœur de chair. **Je mettrai mon esprit en vous**, et je ferai en sorte que vous suiviez mes ordonnances, et que vous observiez et pratiquiez mes lois.*

**Ezéchiel 36, 25-27**

*Jésus répondit : En vérité, en vérité, je te le dis, si un homme ne naît d'eau et d'Esprit, il ne peut entrer dans le royaume de Dieu. Ce qui est né de la chair est chair, **et ce qui est né de l'Esprit est esprit**. Ne t'étonne pas que je t'aie dit : Il faut que vous naissiez de nouveau.*  
**Jean 3, 5-7**

*Si vous vivez selon la chair, vous mourrez ; mais si **par l'Esprit** vous faites mourir les actions du corps, vous vivrez, car tous ceux qui sont **conduits par l'Esprit de Dieu** sont fils de Dieu. Et vous n'avez point reçu un esprit de servitude, pour être encore dans la crainte ; mais vous avez reçu un Esprit d'adoption, par lequel nous crions : Abba ! Père !*

**Romains 8, 13-15**

*Pour moi, frères, ce n'est pas comme à des **hommes spirituels** que j'ai pu vous parler, mais comme à des **hommes charnels**, comme à des enfants en Christ. Je vous ai donné du lait, non de la nourriture solide, car vous ne pouviez pas la supporter ; et vous ne le pouvez pas même à présent, parce que vous êtes encore charnels. En effet, puisqu'il y a parmi vous de la jalousie et des disputes, n'êtes-vous pas charnels, et ne marchez-vous pas selon l'homme ?*

**1 Corinthiens 3, 1-3**

*Et nous en parlons, non avec des discours qu'enseigne la sagesse humaine, mais avec ceux qu'enseigne l'Esprit, employant un langage spirituel pour les choses spirituelles. Mais l'homme animal ne reçoit pas les choses de l'Esprit de Dieu, car elles sont une folie pour lui, et il ne peut les connaître, parce que c'est spirituellement qu'on en juge. **L'homme spirituel**, au contraire, juge de tout, et il n'est lui-même jugé par personne.*

**1 Corinthiens 2, 13-15**

*Que le Dieu de paix vous sanctifie lui-même tout entiers, et que tout votre être, **l'esprit, l'âme et le corps**, soit conservé irrépréhensible, lors de l'avènement de notre Seigneur Jésus-Christ !*

**1 Thessaloniens 5, 23**

*Car la parole de Dieu est vivante et efficace, plus tranchante qu'une épée quelconque à deux tranchants, pénétrante jusqu'à **partager âme et esprit**, jointures et moelles ; elle juge les sentiments et les pensées du coeur.*

**Hébreux 4,12**

**L'esprit et la matière dans l'Évangile de Marie-Madeleine.**

L'**Évangile de Marie-Madeleine**, texte gnostique du II<sup>ème</sup> siècle après J.-C., fait allusion au **noûs**, cette partie élevée de l'âme en contact avec l'Esprit divin :

**Page 10 :**

17 / *Alors, je Lui dis :*

18 / *"Seigneur, dans l'instant, celui qui contemple*

19 / *Ton apparition,*

20 / *est-ce par l'âme qu'il voit ?*

21 / *Ou par l'esprit ?"*

22 / *Le Maître répondit :*

23 / *Ni par l'âme ni par l'esprit ;*

24 / ***mais l'intellect (noûs) étant entre les deux,***

25 / ***c'est lui qui voit.***

**L'esprit et l'âme dans le bouddhisme.**

Pour mieux comprendre la différence entre âme et esprit dans le bouddhisme, **lire notre article dédié.**