



Frère John Martin

La place de la joie dans la vie intérieure

Mes amis,

Lorsque le cœur se tourne vers l'intériorité, nous commençons souvent par le silence, pleins d'attente avec les larmes.

Mais au cœur de ce silence se trouve quelque chose de radieux, de tendre et d'indestructible : la joie.

La joie est le langage secret de l'âme.

C'est le parfum qui se dégage lorsque nous entrons en harmonie avec la Source de la vie.

Dans la voie chrétienne, la joie n'est pas un sentiment qui dépend de ce qui se passe.

C'est le fruit de l'Esprit, le signe que l'amour a pris racine en nous.

Jésus a dit : « Je vous ai dit ces choses afin que ma joie soit en vous et que votre joie soit parfaite. » (Jn,15:11)

C'est une joie qui ne naît pas du fait d'avoir, mais d'être — d'être en un avec Dieu, avec la création, avec tout.

Même dans la souffrance, cette joie murmure : « Tout ira bien ».

Dans la tradition hindoue, les sages disent que la nature même du Soi est ānanda, la félicité.

Lorsque le voile de l'ignorance tombe, on découvre que l'essence de l'existence n'est pas la lutte, mais la joie.

Les Upanishads appellent le Divin sat-chit-ānanda, l'être, la conscience, la félicité.

La joie n'est donc pas quelque chose qui s'ajoute à la vie, c'est ce qu'est la vie lorsque nous nous éveillons à notre vérité.

Dans le bouddhisme, il existe une joie appelée muditā, qui consiste à se réjouir du bonheur des autres.

C'est la joie qui jaillit lorsque le soi se libère de toute comparaison.

C'est la sérénité transformée en chant.

Lorsque nous ne cherchons plus la joie comme possession, nous commençons à la partager, et c'est en la partageant que nous découvrons la liberté.

Dans l'islam, la joie s'appelle farah.

Elle s'épanouit dans le souvenir de Dieu — dhikr.

Le Coran dit : « C'est dans le souvenir de Dieu que les cœurs trouvent le repos. »

Lorsque l'âme se souvient de son origine, elle retrouve son sourire — une paix qu'aucune tempête ne peut lui ravir.

Dans le judaïsme, les psaumes chantent : « Tu as changé mon deuil en danse. »

La joie, simḥah, naît de l'alliance — la joie d'être reconnu, d'appartenir.

Même après l'exil, le cœur chante parce que Dieu est toujours fidèle.

La joie devient le chant du souvenir : « Nous ne sommes pas seuls ».

Dans le sikhisme, le mot est « anand », qui signifie « félicité ».

L'Anand Sahib commence par ces mots lumineux :

« Ô ma mère, j'ai trouvé le vrai gourou, et mon âme est remplie de félicité. »

Lorsque l'âme s'unit au Nom divin, tout devient musique.

Le monde ne disparaît pas, il danse.

La vie devient une célébration, car celui que nous cherchions à l'extérieur est découvert à l'intérieur.

Frère John Martin

14 octobre 2025