Balta Lelija

25 novembre 2026
ASPECTS DE LA VIE SPIRITUELLE
Partie IX
« La valeur du silence »

Pour conclure sur le thème de l'ascèse des pensées, ajoutons ceci : il peut parfois arriver que des pensées mauvaises surgissent en nous, auxquelles nous ne nous identifions en aucune manière intérieurement et qui n'ont donc aucun lien caché avec notre cœur encore impur. Elles sont très gênantes. Il faut s'en détourner, ne plus s'en soucier et se concentrer sur ce que nous avons à faire. Il en va de même pour toutes les pensées involontaires, stériles et inutiles. Il faut les laisser passer sans leur prêter attention.

Un autre élément que le « disciple du Seigneur » doit mettre en pratique sur le chemin de la suite du Christ est le silence, qui est par ailleurs très bénéfique pour l'ascèse des pensées.

Le silence n'est en aucun cas un mépris de la parole, mais bien au contraire, une haute estime de celle-ci. Car c'est par sa parole divine que Dieu a tout fait exister. L'Évangile selon saint Jean dit : *« Au commencement était le Verbe, et le Verbe était en Dieu, et le Verbe était Dieu »* (Jn 1, 1). Par ces mots: *« Que cela soit fait »* (cf. Gn 1), le Créateur fait naître toute chose, et tout ce qu'il a fait est bon (Gn 1, 31).

La Parole revêt donc, à tous égards, une très grande valeur. Elle doit consoler et réconforter, fortifier et proclamer la vérité, témoigner des bienfaits de Dieu et servir le prochain. Mais pour que la parole puisse accomplir son précieux service, elle a besoin du silence comme fondement. Le silence ne doit donc pas être confondu avec le mutisme, c'est-à-dire l'incapacité à s'exprimer, ni avec le fait d'éviter de parler par crainte ou par complexe ; il s'agit plutôt d'une attitude intérieure consciente, d'où la bonne parole trouve plus aisément son chemin.

Le silence s'oppose à notre nature souvent bavarde, qui aime s'exprimer et s'épuise bien souvent dans un flot de paroles presque ininterrompu. Il peut alors facilement arriver ce contre quoi l'apôtre Jacques met en garde :

« De même, la langue est un petit membre du corps, mais elle se vante de grandes choses. Et combien petit peut être un feu qui met le feu à une grande forêt ! La langue aussi est

un feu, un monde d'injustice. La langue est ce membre qui corrompt tout l'homme et met le feu à la roue de la vie ; elle-même, cependant, est enflammée par l'enfer […]. C'est par elle que nous louons le Seigneur et Père, et c'est par elle que nous maudissons les hommes, qui sont créés à l'image de Dieu. »

« La langue est un tout petit membre ; mais de quelles grandes choses elle peut se vanter ! Voyez, une étincelle peut embraser une grande forêt ! La langue aussi est un feu, un monde d'iniquité. N'étant qu'un de nos membres, la langue est capable d'infecter tout le corps ; elle enflamme le cours de notre vie, enflammée qu'elle est elle-même du feu de l'enfer. […] Par elle nous bénissons le Seigneur et notre Père, et par elle nous maudissons les hommes qui ont été faits à l'image de Dieu. » (Jc 3,5-6.9)

Le silence doit s'apprendre. Sans cet apprentissage conscient, l'homme ne trouvera pas la paix intérieure et ne pourra pas maîtriser sa langue. Le silence a en effet le pouvoir d'empêcher que des pensées et des sentiments désordonnés ne soient exprimés. Au contraire, ceux-ci sont déjà corrigés au plus profond de l'être humain.

Le silence aide à affiner notre perception intérieure et à travailler consciemment sur notre cœur. Il brise le « pouvoir de la langue » qui s'exerce sur nous, nous fait passer de la dispersion à l'unité et nous enseigne ainsi à écouter comme il se doit.

Les raisons qui poussent à parler excessivement sont multiples. Elles vont d'un besoin désordonné de communication et de mise en avant de soi, en passant par le besoin de surmonter l'insécurité, jusqu'à un commentaire enfantin du monde visible et de ce que l'on vit. Souvent, le fait de parler beaucoup témoigne d'un intérêt effréné pour ce monde, de vanités de l'esprit et peut-être aussi d'un tempérament mal façonné.

Alors que dans les monastères, du moins autrefois, on connaissait la valeur du silence et on le pratiquait, il est difficile de le mettre en œuvre dans le monde agité d'aujourd'hui. Les médias modernes jouent souvent un rôle très perturbateur à cet égard. La disponibilité permanente offerte par les smartphones connectés à Internet et la communication souvent superficielle qui en découle ne laissent guère de place au silence, à moins d'utiliser ces médias de manière tout à fait consciente.

C'est pourtant le silence qui peut nous conduire vers la profondeur et nous apprendre à manier correctement les mots. Alors que les églises catholiques, par exemple, étaient autrefois des havres de silence où l'on parlait avant tout à Dieu ou où l'on l'écoutait,

elles deviennent de plus en plus, en raison de la loquacité générale des gens, des lieux où l'on ne trouve plus de silence sacré. Ce serait pourtant la perte d'un grand bien, car c'est souvent dans le silence que Dieu se communique plus profondément à l'âme que dans la surabondance des mots.

Il faut donc vraiment rechercher le silence, trouver les lieux où il est plus facile de le vivre, créer les conditions qui nous permettent de nous recentrer sur nous-mêmes et de laisser derrière nous l'agitation de ce monde.

Ce n'est pas facile, car quiconque a déjà vécu une longue période de silence remarque combien il y a d'agitation en lui-même. Il voit les pensées se bousculer, des fantasmes surgir et des problèmes intérieurs, peut-être encore non résolus, se faire sentir. Ceux-ci demandent à être portés devant Dieu. Le vide intérieur se fait également davantage sentir dès que l'agitation extérieure s'atténue.

Il est toutefois vivement recommandé, si l'on souhaite approfondir sa vie spirituelle, de répondre à l'invitation au silence. Tout comme il faut veiller jalousement à ne pas manquer les moments de prière, il faut également veiller à ce qu'il y ait des moments consacrés au silence et à la prière silencieuse.

Lorsque l'âme s'engage sur cette voie, elle s'éveille plus facilement aux profondeurs de notre être et parvient mieux à discerner ce qui est important de ce qui l'est moins. Elle prend une certaine distance par rapport à ce qui l'entoure et à ce qui l'envahit. C'est ainsi qu'une rencontre renouvelée avec Dieu s'ouvre à elle. Une fois que l'âme s'est habituée au silence, elle en éprouve d'elle-même le besoin. Toutefois, comme pour la prière, cela nécessite un entraînement conscient, si cela ne correspond pas déjà à notre inclination naturelle à nous retirer volontiers dans le silence.

Notre âme est façonnée par le silence juste et par l'influence du calme, et elle est conduite à une union plus profonde avec Dieu. Cela sert non seulement à notre propre croissance spirituelle, mais aussi aux autres.

Méditation sur la lecture du jour dans le Novus Ordo :
https://fr.elijamission.net/les-vainqueurs-2/