

Le Jeûne

Doriane

Ne vous inquiétez pas, chers lecteurs, cet article n'a pas pour but de vous faire souscrire à une semaine dans une clinique de jeûne à 3000€/jour. Et si cela peut vous motiver à poursuivre votre lecture, voici un verset du *Message Retrouvé* de Louis Cattiaux en introduction :

*Si nous ne vidons pas le corps par le jeûne, l'esprit par la prière et l'âme par la contemplation, comment le Seigneur pourra-t-il nous combler de sa présence, triple et unique ?*⁶³⁶

Permettez-moi de commencer par une petite introduction « historique ».

L'exemple de jeûne traditionnel le plus proche de nous est probablement le carême chrétien. Aujourd'hui ces quarante jours (comme bien d'autres choses) sont efficacement vidés de leur sens. Ils consistent, pour ceux qui s'y intéressent encore, à essayer de manger moins de chocolat en se culpabilisant à chaque bouchée avalée.

Mais comment était-ce jadis dans la religion catholique ? Comment cela a-t-il commencé ? En fait, c'est assez décevant. Si l'on plonge quelques siècles en arrière, le peuple faisait des réserves de nourriture durant les belles saisons, qui se vidaient peu à peu en hiver... jusqu'à être vraiment maigres en février-mars. Le peuple faisait donc le carême imposé par la nature avant qu'une quelconque autre autorité ne l'y oblige. Cependant, comme beaucoup d'autres coutumes ou rites, l'institution chrétienne décida, au IV^e siècle, de le récupérer. Elle imposa aux fidèles quarante jours (correspondant aux

⁶³⁶ L. Cattiaux, *Le Message Retrouvé*, XIV, 49'.

quarante jours de Jésus dans le désert) durant lesquels ils ne pouvaient manger qu'une seule fois le soir, pour « se purifier ». Les conditions s'assouplirent plus tard jusqu'à devenir telles que nous les connaissons aujourd'hui, mais cela n'est pas le propos de notre article. Cette période de restriction alimentaire a été fixée durant les quarante jours qui précèdent Pâques, la plus grande fête des Chrétiens, la fête de la résurrection tant attendue.

Or, c'est là que les choses commencent à devenir intéressantes. En effet, le Ramadan des musulmans précède la grande fête de l'Aïd ; Yom Kippour (la fête du grand pardon chez les Juifs, qu'ils craignent énormément) se prépare par un jeûne ; les quêtes de vision chez les Amérindiens se font en jeûnant ; la Pythie des Grecs jeûnait probablement avant sa période de « consultation » ; certains bouddhistes jeûnent pour favoriser les méditations et certains hindouistes pour se libérer de fautes de vies intérieures. Enfin, on garde des traces de pratiques semblables dans les cultures égyptiennes et celtes. C'est relativement intégré dans l'inconscient collectif qu'une cérémonie « occulte » se prépare à l'aide d'un jeûne, et ceux d'entre nous qui ont lu *Makita*⁶³⁷ s'en souviennent probablement.

Puisque tous ces jeûnes n'adviennent pas au même moment de l'année, il nous est permis de penser qu'il y a un autre motif que celui purement naturel évoqué ci-dessus. Nous allons vous faire part de nos réponses de la plus superficielle à la plus subtile, mais aussi de la plus vérifiée à la moins sûre. Pour la dernière partie, nous demandons toute son indulgence au lecteur : nous ne ferons qu'annoncer des pistes et nous serions très reconnaissante à qui approfondira une de nos esquisses et nous en fera part.

⁶³⁷ Dans ce roman (traduit en latin), un homme voulant pratiquer un rituel magique qu'il a découvert doit s'astreindre à toute une préparation assez stricte qui comprend plusieurs jours de jeûne.

Les bienfaits physiologiques et leurs conséquences sur nos prières.

La deuxième plus grande partie de notre énergie (après celle consacrée au cerveau) sert à la digestion. Jeûner c'est donc très simplement libérer de l'énergie au quotidien. Coïncidence étonnante : une personne en état normal de santé a suffisamment de réserves pour survivre en cétose⁶³⁸ durant quarante jours. Comme vous le savez certainement, on parle aujourd'hui de l'intestin comme notre « deuxième cerveau » émotionnel, et au témoignage de Sénèque comme de beaucoup d'études actuelles, le jeûne permet d'avoir l'esprit plus libre et moins nébuleux. En somme, c'est une occasion de faire de la place dans votre vie et votre esprit pour la prière et la contemplation (sans même parler du temps dégagé dans votre quotidien si vous ne devez plus préparer les repas).

La pénitence

Aujourd'hui l'Église catholique présente le jeûne comme un moment de pénitence et de conversion. Qu'est-ce que cela signifie ? Il convient de retourner à l'étymologie de ces deux mots.

Pénitence : vient du latin *paenitentia*, du verbe *paenitere* qui signifie avoir du regret ou du mécontentement, regretter. Ce verbe *paenitere* est apparenté à *paene* et *penitus* (à l'intérieur). Ce qui nous *paenitet* est donc à l'origine ce qui nous touche à l'intérieur.

Dans le *Glossaire Hermétique* publié dans le second tome de la revue *Arca* en juin 2018, on peut lire :

⁶³⁸ Processus physiologique qui se déclenche lorsque l'on jeûne : le corps (et plus précisément le foie), au lieu de puiser son énergie dans les sucres ingérés, va transformer la graisse en corps cétoniques capables de faire fonctionner notre organisme.

La pénitence est donc non seulement la mortification des vices, mais encore le martyre spirital de l'âme qui est percée de toutes parts par le glaive de l'esprit ; or ce glaive de l'esprit est le verbe de Dieu ⁶³⁹.

Conversion : vient du latin *cum+vertere*, tourner avec, tourner entièrement, retourner, faire tourner.

Si l'on en croit la tradition, la préparation au moment de la résurrection est donc une période pour « regretter », retourner à l'intérieur (de nous ? de l'écorce ?) et y être touchés par le Verbe de Dieu. C'est également le moment de convertir quelque chose, peut-être notre Ève ?

Le carême commence lors du mercredi des cendres et finit à Pâques lorsque, espère-t-on, nous renaissions de nos cendres. Le temps de jeûne qui s'écoule entre les deux prépare donc au moment où on retrouve le divin après s'être purifié, vidé pour faire de la place à Dieu à l'intérieur de nous. Mais, me direz-vous, Dieu n'arrive pas dans nos intestins ! Pourquoi donc jeûner ?

Premièrement, jadis ils avaient moins de « pollutions » du corps et de l'esprit que nous aujourd'hui. Autrefois, en effet, la façon la plus évidente de renoncer aux plaisirs quotidiens de ce monde étaient le jeûne et l'abstinence sexuelle. Ce renoncement est probablement plus difficile de nos jours parce que les tentations et distractions sont bien plus nombreuses. Aujourd'hui, si on veut faire « pénitence » ou abstinence, il y a beaucoup de distractions dont on doit se passer, qui nous happent au quotidien (travail, monde, TV, news, téléphone et j'en passe). En outre, à force de faire bonne chère, on pourrait en oublier d'inviter le Seigneur à notre table.

Selon Pseudo Thomas d'Aquin, le jeûne et le rejet des vices nous ouvrent les portes du Paradis, et l'amour de Dieu

⁶³⁹ H.-C. Agrippa, *La Philosophie occulte*, t. III, Traditionnelles, Paris, 1986, p. 248.

nous prodigue la connaissance, qui est le plus grand trésor pour l'homme.

Sapientia est infinitus thesaurus hominibus quo qui usi fuerint perfecti sunt, participes amicitiae Dei, scilicet per dilectionem Dei et proximi, compassionem et avaritiae abominationem, utilius est per istam scientiam ad immortalitatis regnum perpetuum, unde scriptum est, dilige studium sapientiae, et carnis vitia non amabis, unde per studium sapientiae respuimus vitia, amplectendo virtutem, largitatem sectando. Unde legitur : Paradysi portas aperiet nobis ieiunium et dare eleemosynam, et omnia munda sunt vobis ⁶⁴⁰.

La connaissance est un trésor infini pour les hommes, et ceux qui en ont joui ont été parfaits, participants de l'amour de Dieu, par l'affection de Dieu, bien sûr, et proches de lui par la compassion et le rejet de l'avarice. Cette science est très utile en vue du règne éternel de l'immortalité, d'où il est écrit : cultive l'étude de la connaissance, et tu n'aimeras pas les péchés de chair. Et c'est donc par l'étude de la connaissance que nous avons repoussé les vices, en embrassant la vertu et poursuivant la générosité. D'où on peut lire : le jeûne et le fait de donner l'aumône nous ouvriront les portes du Paradis, et toutes les choses pures sont à vous.

Si on relit la Bible, Jésus est parti au désert, il a jeûné durant quarante jours et, à la fin, il a été tenté. Dans l'*Évangile selon Matthieu* (4, 10-11), Jésus chasse une dernière fois le diable dans le désert et quand ce dernier s'en va, on dit de Jésus « et voici que les Anges le servaient ». C'est donc après avoir résisté à la dernière tentation que Jésus devient maître des Anges, emplis de pouvoir. Selon notre verset d'introduction il faut, avec une lecture très prosaïque, se vider pour que Dieu puisse nous emplir. Pour que Dieu puisse nous donner un corps, un esprit et une âme éternels, glorieux.

⁶⁴⁰ Pseudo Thomas d'Aquin, *Commentum super librum Turbe philosophorum* dans J. Rhenanus, *Harmoniae inperscrutabilis chymico-philosophicae*, t. II, Frankfort, 1625, p. 245.

Il faut retourner à l'intérieur pour être remplis, descendre pour remonter.

Nous ne vous disons pas de ne pas prier, de ne pas louer, de ne pas reposer et de ne pas agir. Nous vous disons de vous effacer de plus en plus et de laisser Dieu prier, louer, reposer et agir en vous, afin que vous flottiez dans sa joie constructive au lieu de sombrer dans votre tristesse impuissante ⁶⁴¹.

La bénédiction

Retournons aux sources pour puiser quelques citations utiles à nos réflexions.

Cette sorte de démon ne se chasse que par la prière et le jeûne ⁶⁴².

Appliquer uniquement notre volonté à trouver Dieu en nous-mêmes, c'est abrégé un maximum le temps de notre exil. « Efforçons-nous à ne rien faire afin que Dieu puisse nous parler et afin que ses anges puissent nous servir sans entraves » ⁶⁴³.

Voici une proposition : considérons que « jeûner » équivaut à « arrêter » (la 'nourriture' qui vient de l'extérieur, c'est-à-dire les distractions mondaines), à « vider », à « rester au repos ». Vider notre tête, c'est-à-dire arrêter de penser et prier sans relâche pour que le Seigneur, qui sait mieux que nous ce qui nous convient, prenne les rennes et nous accorde tout. Les démons de Matthieu ne seraient alors que les sous-fifres du diable, le « διάβολος », celui qui divise ; ceux qui nous font pécher en nous éloignant de Dieu. Nous rapprocher de Dieu, c'est prier, et nous vider de ce qui nous en éloigne. D'ailleurs, il est écrit dans l'Évangile selon Thomas « si vous ne jeûnez pas

⁶⁴¹ MR XXII, 68 ; nous soulignons.

⁶⁴² Matthieu XVII, 21.

⁶⁴³ MR III, 59.

par rapport au monde, vous ne trouverez pas le Royaume » (27, 1-2).

*Qui demeurera en repos et qui fera le mort afin qu'aujourd'hui passe sur lui sans se baisser pour le ramasser et pour l'épingler dans le temps ? Qui mettra à profit le répit d'aujourd'hui pour fondre les hiers dans la seule réalité vivante de l'unique aujourd'hui de Dieu ?*⁶⁴⁴

*Soyons comme des orphelins qui cherchent fiévreusement leur Seigneur le jour et la nuit, et puis devenons comme des outres vides qui attendent d'être emplies du nectar des cieux*⁶⁴⁵.

Nous vous écrivons en temps de confinement (qui sait quand vous nous lirez) ; qu'est-ce que ce temps si ce n'est du pain béni (la *nourriture* idéale) pour faire *rien* (mais quoi donc ?), lire, arrêter le bruit et les choses inutiles, prendre un saint repos. Et qu'il est triste de voir se multiplier les vaines occupations pour combler un vide auquel certains sont incapables de faire face... Pourtant, même lorsque le monde requiert de l'agitation de notre part, c'est tout le temps qu'il nous faut jeûner et retourner à notre quête. Rappelons-nous l'histoire des vierges qui n'étaient pas prêtes pour l'arrivée de Jésus (*Matthieu*, 25, 1-13) : elles ont pensé qu'elles pourraient se préparer plus tard, mais il était trop tard. Jeûnons, chers lecteurs, jeûnons et vidons-nous pour l'arrivée du Seigneur. Néanmoins, il est essentiel de ne pas se vider en vain, si j'ose le jeu de mots, pour se fondre dans le néant, mais bien pour se laisser emplir de Dieu.

Quand nous sommes tristes à mourir sans savoir pourquoi, c'est parce que nous nous vidons des choses du monde et que nous ne nous remplissons pas de celles de Dieu.

⁶⁴⁴ MR XXII, 64'.

⁶⁴⁵ MR XIX, 65.

En effet, le plein du monde résiste à Dieu par son poids mort, et le plein de Dieu résiste au monde par son poids vivant, tandis que le vide du monde et de Dieu se trouve écrasé insupportablement entre le ciel et la terre, qui se rejoignent alors sans bénédiction et sans fécondation.

Quand nous aurons rejoint la lumière de l'Unique, tous ceux qui ont des désirs les verront s'accomplir et ils nageront dans la plénitude de Dieu. Mais ceux qui n'auront pas de désirs verront Dieu, ils entreront en Dieu et Dieu pénétrera en eux, et ils reposeront dans le vide de Dieu qui est le moyeu de la plénitude de Dieu. Mais cela est réservé à un petit nombre d'élus, qui possède l'huile de l'amour et de la connaissance ⁶⁴⁶.

(Notons que l'huile est exactement ce que les Vierges de la parabole de Matthieu doivent préparer).

Une dernière question subsiste toutefois : quand donc arrive ce jeûne de quarante jours qui correspond à la période de Jésus dans le désert ? Est-ce avant la première bénédiction ? A-t-on déjà reçu quelque chose à ce moment en attendant fébrilement, l'anneau au doigt ? Nous ne saurions répondre avec certitude à cette question. Si l'on se reporte à l'histoire des dix vierges, il est dit qu'elles sont invitées aux noces et qu'elles se préparent à aller à la rencontre de l'époux : elles ont donc déjà reçu une première « invitation ». Les unes comme les autres sont munies d'une lampe, mais alors que les Sages pensent à préparer l'huile, les sottes remettent cela à plus tard.

Douzetemps (*Les Mystères de la Croix*, p. 92) semble pencher pour la seconde proposition. Il écrit :

Car enfin, après ces affreux orages, pendant lesquels le soleil de justice est éclipsé, il vient à reluire de nouveau à l'âme désolée : la verge de fer, qui l'a frappée, devient une onction douce et balsamique à sa plaie : autant de tribulations, autant de consolations, qui rendent la vie à l'âme : secundum multitudinem

⁶⁴⁶ MR XXII, 54-54'.

dolorum meorum in corde meo, consolationes tuae laetificaverunt animam meam (Ps. 93, 19). Comme Jésus-Christ fût consolé et servi par les anges après son jeûne et ses tentations au désert, et après sa sueur angoisseuse de sang au jardin des olives, de même console-t-il les siens après leur angoisse, après avoir fait leur paix.

Toutefois, à la lumière de tous les extraits déjà cités, il semble que le « jeûne » est une préparation constante, à commencer dès maintenant.

*

Nous vous laissons ici sur une conclusion tirée du *M+R*, vous avouant toute notre ignorance et vous témoignant tous nos encouragements pour votre jeûne et votre préparation à la visite du Seigneur.

Le silence et le jeûne absorbent efficacement les stimuli de l'impatience et de la colère, comme l'amour de Dieu et l'oubli de soi étouffent les semences de la cupidité et de l'orgueil. « La vie éternelle est comme la fixité du feu de la conscience parmi les créations mouvantes de l'eau mère »⁶⁴⁷.

⁶⁴⁷ *MR XIV*, 40'.