



JOURNAL POUR TOUS

Administration:
CH 1236 CARTIGNY/GE
Suisse

Paraît chaque semaine

Abonnements:
Suisse 1 an . . . Fr. 5.--
Etranger Fr. 8.--

Jeûnons surtout spirituellement

Exposé du Messager de l'Éternel

COMBIEN nous devons être reconnaissants de nous trouver à l'école de notre cher Sauveur, où nous pouvons apprendre à vivre et désapprendre de mourir à cause de toutes les fautes et illégalités que nous commettons et qui nous conduisent à la tombe.

Les parents avisés prennent grand soin de leurs enfants. Ils cherchent à les protéger contre le froid, contre une chaleur excessive, contre toutes sortes de difficultés qui pourraient leur être un dommage. Ils évitent le plus possible ce qui paraît nuisible au développement physique et intellectuel de leurs petits. Ils veillent sur eux avec amour et leur souhaitent tout ce qu'il y a de meilleur sur cette terre.

Nous devons aussi nous-mêmes prendre soin de notre organisme. Nous devons le soigner et lui donner ce qui lui revient de droit, selon la loi qui le régit. Il s'agit donc d'avoir une ligne de conduite qui se répercute avantageusement sur notre organisme tout entier, soit celle de l'altruisme. Pour que notre organisme prospère, il ne faudrait pas qu'il ait des contrariétés, des chagrins, des soucis. Il faut donc lui éviter toutes les difficultés de ce genre qui sont un poison pour lui. Pour cela évidemment, nous devons développer une spiritualité qui nous mette à l'abri des chagrins et des déceptions. Sans cela, il est impossible de fournir à l'organisme ce dont il a besoin pour ne pas s'étioler et se détruire.

Ainsi, j'ai connu deux sœurs selon la chair qui étaient aussi devenues sœurs selon la foi. L'une est morte après une assez longue maladie. L'autre sœur n'a pas pu supporter la séparation, elle est décédée une année après sa sœur. Il est bien certain que si la spiritualité avait été suffisante, le chagrin n'aurait pas pu avoir le dessus. Bien au contraire, l'espérance vivante des promesses divines aurait tout comblé. On comprend donc combien est importante une spiritualité qui influence heureusement notre être tout entier.

Nous savons que le produit du travail de notre organisme se traduit par la vie. Mais cette vie ne nous est profitable que si elle est gérée d'une manière favorable. Elle devient alors à son tour une protection pour l'organisme en facilitant en lui le circuit vital.

Les humains ne peuvent pas vivre dans l'affliction. Quand celle-ci pèse trop fortement sur leur cœur, ils en meurent. Il est donc indispensable de savoir comment il faut soigner son organisme pour qu'il puisse subsister. C'est une science qui est mise à notre portée par la connaissance des voies divines. Mais elle ne nous sert pas à grand-chose si nous n'en usons pas pratiquement.

La vie éternelle est possible, mais à certaines

conditions, puisque, comme je viens de le faire remarquer, notre vie dépend du fonctionnement normal de notre organisme. D'autre part, ayant reçu des facultés spirituelles, nous sommes entièrement dépendants de la spiritualité que nous déployons. Réciproquement, notre spiritualité est aussi dépendante des fonctions de notre corps.

En effet, quand on souffre, quand on est sujet à des douleurs très grandes, on est en général abattu et enclin à la tristesse. Dans ces moments pénibles, on n'a pas le cœur à la joie ni à l'enthousiasme. Mais si notre spiritualité divine est suffisamment développée, nous pouvons alors vaincre la difficulté et nous trouver malgré tout dans la joie du Royaume.

C'est ce que j'ai pu vivre dans les difficultés physiques que j'ai traversées et qui étaient parfois très douloureuses. Mais je me suis dit: en définitive, la puissance divine doit pouvoir te venir en aide, afin de dire aussi comme l'apôtre Paul nous le recommande: «Soyez toujours joyeux.» J'ai pensé à ce passage des Écritures qui dit: «Et la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Jésus-Christ.» Aussitôt j'ai senti une merveilleuse influence de paix toucher mon cœur. Elle m'a aidé à vaincre la difficulté du moment, et j'ai pu ressentir, malgré des douleurs très vives, ce repos ineffable de l'âme qui surpasse toute intelligence.

L'œuvre de l'Éternel est ineffable. Elle est merveilleuse, sublime. Elle donne des résultats grandioses. Ses bases sont éternelles, inébranlables. Dans les voies divines, rien n'est laissé au hasard; aussi on n'y trouve jamais de déception. Évidemment, elles nous présentent des conditions qu'il faut observer, sans cela il n'y a rien à faire, car tout est basé sur la loi des équivalences.

Les humains ne connaissent pas les voies divines parce qu'ils sont dans les ténèbres. Aussi, descendent-ils tous tôt ou tard dans la froide tombe. Mais cela ne durera pas toujours. Job nous dit: «S'il se trouve un Messager intercesseur, un d'entre les mille qui montre à l'homme la voie qu'il doit suivre, Dieu lui dit: Délivre-le de la fosse, j'ai trouvé une rançon.»

Le temps est arrivé où cette promesse se réalise. C'est pourquoi les humains sont invités à se débarrasser de tout ce qui les fait mourir et à s'habituer à tout ce qui peut les faire vivre et prospérer. Mais ce n'est pas facile, car ils sont des encroûtés. Ils tiennent à leurs habitudes presque plus qu'à leur vie. Allez donc dire à un fumeur invétéré de lâcher sa pipe, il poussera les hauts cris. On aura beau lui dire que cela lui fait du mal. Il aime mieux continuer à se

suicider à petit feu que de se tourner du côté de la vie en délaissant ce qui lui est si contraire.

Les humains acceptent tout, sauf la vérité. Ils se soumettent à certaines obligations, mais ils ne veulent pas vivre tout simplement ce que le Seigneur leur propose en leur disant: «Venez à moi, vous tous qui êtes travaillés et chargés, je vous soulagerai, je donnerai du repos à vos âmes.» Dans les religions on pratique des jeûnes, et ceux qui s'y soumettent se croient supérieurs aux autres. Ils pensent faire ainsi une action très méritoire. Leur cœur n'en est pas moins égoïste, aussi le résultat est le même, car, qu'on ingurgite un peu ou beaucoup de poison, la mort s'ensuit d'une façon comme de l'autre, plus ou moins rapidement suivant la quantité de poison absorbée, mais dans tous les cas, mort il y a.

Certains prennent de l'arsenic à des doses très minimes, avec la pensée que cela doit les faire engraisser. Le grand médecin qui dirige toutes les universités, c'est-à-dire l'adversaire, le diable, leur donne toutes sortes d'artifices et de conceptions fausses et compliquées au possible.

Les Israélites observaient aussi le jeûne. Ils prenaient le sac et la cendre pour obéir à la loi de Moïse, mais non pour pratiquer un jeûne qui plaise à l'Éternel, soit un jeûne volontaire pour se sanctifier. Aussi, dans le désert, ils ont regretté les aulx et les pots de viande d'Égypte. Ils ont voulu de la viande. Un soir, il survint des cailloux qui couvrirent le camp. Ils en ont mangé avec une telle glotonnerie que beaucoup d'entre eux sont morts d'indigestion. Nous le voyons, la sobriété n'est pas quelque chose de superflu. Elle est de rigueur si nous ne voulons pas soumettre notre organisme aux travaux forcés, le faire souffrir et mourir.

En effet, il faut l'équilibre en tout, car la loi des équivalences est toujours présente et fonctionne irréprochablement. Il faut manger pour soutenir l'organisme. Boire est aussi une nécessité. Mais il faut juste ce qui est utile, le surplus est directement néfaste.

On ne peut pas donner une norme générale pour la quantité de nourriture à absorber, cela dépend de beaucoup de choses et surtout du travail qu'on fait. Il est bien certain que celui qui porte de lourdes charges ou qui a un travail très fatigant a une dépense musculaire beaucoup plus considérable que celui qui a un travail sédentaire. Il doit donc manger davantage.

D'autre part, une qualité essentielle à développer, c'est la reconnaissance. Elle est aussi indispensable au corps que la nourriture matérielle, car la reconnaissance produit la joie, et la joie est un aliment vital de première force pour l'organisme. Quand on a faim, qu'on mange de

bon appétit et que par la reconnaissance la joie illumine notre cœur, on se sent tout ragaillardi.

Quand les humains festoient, ils chantent aussi. Mais c'est bien souvent une gaité qui se termine par des disputes ou par des regrets. En tout cas, ce n'est pas une joie qui demeure, parce qu'elle n'est pas basée sur la reconnaissance, mais la plupart du temps sur une satisfaction égoïste.

Pour que la bénédiction soit véritable, il faut donc que tout soit fait selon les principes de la loi divine. Nous devons tout d'abord commencer les repas en donnant gloire à l'Éternel, l'Auteur de toutes grâces excellentes et de tous dons parfaits. C'est le moindre des respects à envisager. Si on ne le fait pas, c'est comme si, étant invité chez quelqu'un, on se serve comme un malhonnête, sans dire merci, sans s'inquiéter des autres convives, en mangeant avec les coudes sur la table, en buvant sa soupe à l'assiette, en maculant la nappe, enfin sans aucun égard pour son hôte.

Ce n'est pas ainsi qu'il faut se conduire. L'Éternel est Celui qui a créé toutes choses si merveilleuses. Il a pris un soin magnifique de ses créatures. A Lui reviennent tout l'honneur et toute la gloire. Et s'il nous est dit dans la Genèse que Dieu fit l'homme à son image, il est bien certain que nous sommes faits pour vivre dans le Royaume de Dieu et nulle part ailleurs.

Or, dans le Royaume de Dieu, tout se passe avec bienséance, avec noblesse, sagesse et justice. Il est donc bien compréhensible que nous devons aussi donner à notre organisme ce qui lui revient. Il ne lui faut pas seulement de la nourriture matérielle et des vêtements, mais encore de la joie, du bonheur, la joie véritable, celle du Royaume de Dieu.

Si l'on s'adresse au grand opposant de l'Éternel, à l'adversaire, pour recevoir cette nourriture spirituelle, on tombe à faux et l'on fait du mal à son organisme au lieu de le faciliter. Il est donc indispensable que nous nous en tenions à la pratique du programme divin, afin d'avoir un esprit clairvoyant, capable de donner à notre corps ce qui est pour sa prospérité.

Quel légitime c'est pour le corps d'être sous l'influence de sentiments aimables, affectueux, paisibles et dépourvus de soucis et de crainte! Par contre, quel tourment quand c'est le contraire! Cette sensation d'angoisse se répercute d'une manière désastreuse sur notre organisme tout entier.

Il est certain qu'actuellement les humains végètent dans une situation tout à fait spéciale, parce qu'ils ne sont pas nés dans le Royaume de Dieu et n'en ont ni l'esprit ni les habitudes. Leur corps, par contre, qui est créé selon les principes divins, fonctionne toujours altruïstement. Les humains sont en effet des descendants d'Adam, qui était un fils de Dieu véritable. Il est sorti de la main du Logos, l'Agent créateur de l'Éternel. L'organisme humain est donc quelque chose de merveilleux. C'est un vrai puits de science. Nous avons les sens de la vue, de l'odorat, du toucher, du goût, de l'ouïe. Avec ces cinq sens, nous pouvons ressentir de très grandes joies.

Nous avons aussi le sixième sens, que les humains en général ne connaissent pas. Par lui, nous pouvons recevoir des impressions ineffables. Mais avec ce même sens, comme du reste aussi avec les cinq autres, on peut détruire son organisme complètement en captant des impressions épouvantables.

Bien souvent c'est le cas pour les humains, parce qu'ils sont sous l'influence de l'esprit démoniaque. Ils sont suggestionnés de jour déjà, et la nuit quelquefois l'hypnose est complète. L'adversaire les fait gigoter, pleurer, souffrir, grimper les murs, etc. Qu'est-ce qu'on ne rêve pas, quand on est suggestionné par l'esprit démoniaque! Évidemment que moins on est sobre dans le manger et le boire, plus on est accessible à la suggestion démoniaque. Au point de vue des pensées, c'est pareil. Si nous nous nourrissons de sentiments nobles et affectueux, combien notre organisme en bénéficiera!

Nous avons déjà montré bien des fois quel est le jeûne qui plaît à l'Éternel: «Déliver les cordons de la méchanceté, faire du bien au prochain. Quand tu vois un homme nu, couvre-le; si tu rencontres quelqu'un qui a faim, donne-lui à manger; s'il est affligé, console son cœur.» Voilà un jeûne qui plaît à l'Éternel, parce qu'ainsi on s'oublie soi-même.

Le jeûne véritable, c'est de rester toute une journée sans penser à soi, mais à ceux qui nous entourent pour les réjouir, leur faire ressentir notre bienveillance, chercher à consoler ceux qui sont malheureux et à créer une liaison aimable entre les uns et les autres. Alors que dans le monde, c'est chacun pour soi et le diable pour tous.

Les humains sont tellement égoïstes qu'à la moindre des difficultés ils ont peur de se noyer dans un verre d'eau. Ils pensent toujours à ce qui pourrait leur manquer. Ils craignent constamment d'être évincés. C'est la direction inverse que le Seigneur nous invite à prendre: «Recherchez le Royaume de Dieu et sa justice, et tout le reste vous sera donné par-dessus.» En d'autres termes, occupez-vous de votre prochain, pour le servir, le réjouir, vous dépenser pour lui, et l'Éternel prendra alors soin de vous beaucoup mieux que vous pourriez le faire vous-mêmes.

C'est donc cette ligne de conduite qui est à envisager. C'est un programme ineffable et sublime qui nous est ainsi aimablement proposé. Il ne faut pas que le jeûne soit une corvée pour nous, car cela lui enlèverait alors toute sa valeur, et il ne pourrait pas plaire à l'Éternel. Il faut que ce soit pour nous une joie, un bonheur. Le jeûne devient alors forcément un avantage et une bénédiction. Ainsi, il plaît à l'Éternel, qui veut seulement notre bien et notre prospérité.

Quand durant toute une journée nous ne pensons pas à nous, c'est alors un jeûne véritable qui se répercute très heureusement dans notre être tout entier. On comprend que, dès lors, le manger et le boire sont très peu de chose pour nous, tandis que pour les humains c'est la chose essentielle.

Même si nous ne mangions pas pendant toute une journée, ce ne serait certes pas grave. Cela ne nous ferait en somme que du bien et permettrait à l'organisme de se reposer des nombreuses fatigues qu'on lui inflige, bien souvent par manque de discernement et de vraie sobriété.

L'essentiel, quand on veut jeûner, c'est de ne pas penser à soi, mais seulement à ceux qui sont autour de nous, de manifester des sentiments et une ligne de conduite qui puissent les réjouir et les rendre heureux, en leur apportant la bénédiction de la grâce divine et la paix du Royaume de Dieu.

Nous pouvons aussi, si l'occasion se présente, passer une journée en prière et en méditation, comme le Seigneur l'a fait, lui, durant quarante

jours dans le désert. Mais encore là, il ne faut pas que ce soit une corvée, mais un privilège envisagé avec enthousiasme et à la gloire de l'Éternel.

Pour ce qui concerne notre cher Sauveur, à la fin de son jeûne, l'adversaire s'est approché de lui pour le tenter. Le Seigneur Jésus lui a répondu avec sagesse. Pour finir, le Tout-Puissant ne l'a pas délaissé. Des anges sont venus et l'ont servi. Nous pouvons nous-mêmes aussi expérimenter que l'Éternel ne délaisse jamais ses chers enfants quand ils s'appuient sur Lui en cherchant de tout leur cœur à faire sa volonté.

C'est ce que j'ai vérifié nombre de fois; aussi j'en suis convaincu. Le Seigneur met toujours sa bonne main en toute circonstance. Nous remettons notre sort entre les mains de l'Éternel et nous le laissons agir à notre égard comme Il le juge bon. C'est là aussi un jeûne véritable qui plaît à l'Éternel et qui nous est très salutaire.

Réalisons donc ce que le Seigneur nous propose. Nous sommes faits pour servir. Quand nous avons assez servi, le Seigneur nous sert lui-même en nous donnant toutes sortes de facilités. Si nous nous désintéressons de nous-mêmes pour nous intéresser à notre prochain, le Maître conduira notre barque magnifiquement. Il nous aidera à résoudre les problèmes les plus ardues avec une facilité fantastique. Il fera tout réussir entre nos mains. C'est ce que j'ai aussi expérimenté maintes et maintes fois. Il faut pour cela renoncer à soi-même, être aimable, affectueux. Si l'on voit quelqu'un aux prises avec toutes sortes de difficultés, on se dévoue pour lui, on l'aide à porter son fardeau et l'on cherche à le mettre sur la bonne voie.

Exerçons-nous donc de tout notre cœur à jeûner de la bonne manière afin que ce soit un avantage pour notre spiritualité et un délasserement pour notre corps. Le jeûne véritable ne consiste pas à nous priver de ceci ou de cela, mais surtout de nous abstenir de penser à nous-mêmes, de prendre soin de nous, pour nous occuper de notre prochain, le rendre heureux et exister pour son bonheur.

Inspirons-nous des conseils du Seigneur qui disait: «Lorsque vous jeûnez, ne prenez pas un air triste, comme les hypocrites», mais glorifions Dieu par notre joie à son saint service, attendant et hâtant le jour de délivrance pour toute l'humanité.



Questions pour le changement – du caractère –

- Pour le dimanche 27 septembre 2026
1. Avons-nous une ligne de conduite altruïste qui se répercute favorablement sur notre organisme?
 2. Malgré nos douleurs, goûtons-nous le repos de l'âme qui surpasse toute intelligence?
 3. Comme des encroûtés, tenons-nous plus à nos habitudes égoïstes qu'à notre vie?
 4. Développons-nous la qualité essentielle: la reconnaissance, aussi indispensable que l'aliment matériel?
 5. Arrivons-nous à pratiquer un jeûne agréable à l'Éternel: ne plus penser à nous?
 6. Sommes-nous assez sobres dans le manger et le boire pour n'être plus accessibles à la suggestion?