

Le jeûne

Introduction

Nous nous limiterons à ce double thème de souffrance et obéissance: **le jeûne en tant qu'expression de cela, souffrance délibérée, consentie, liée à l'obéissance.**

Le jeûne

Nous voulons dans l'Eglise orthodoxe, suivre les Pères, les saints, l'Evangile. L'Eglise nous fournit l'occasion, liturgique en particulier, de faire une expérience qui s'apparente à l'expérience de la croix, élément de la tradition ascétique chrétienne, d'expérimenter un peu ce que les Pères vénérables ont surtout écrit pour des moines. Nous ne nous trouvons pas dans la situation d'être malades, persécutés, d'avoir perdu femme et enfants...d'être dans une grande détresse morale. Nous ne sommes pas dans la situation de Job.

C'est la situation inverse: nous avons la possibilité de faire l'expérience d'une forme de souffrance: la faim et la soif et ce d'une manière délibérée. On pourrait être dans cette situation par accident, comme saint Exupéry dans le désert: on accepte ou on n'accepte pas...c'est une autre situation.

Ici, c'est autre chose: nous sommes dans un pays de surabondance, les magasins craquent de marchandises, et librement, volontairement, (c'est à dire en y consentant), nous allons, à un degré ou à un autre, entrer dans cette expérience.

L'aspect le plus important de l'expérience du jeûne chrétien, c'est le fait qu'il est une démarche libre. Personne ne nous a obligés à être chrétiens, aucun d'entre-nous n'est devenu orthodoxe par la force des armes, nous ne sommes plus dans une société où on nous montre des doigts quand on va à la liturgie; au contraire, il faut plutôt du courage pour affirmer que l'on est chrétien et le vivre. On est pas forcé par les circonstances extérieures, la société...Nous ne sommes pas dans un pays de grande misère. Mais il y a une démarche spirituelle qui est fondamentalement la réponse à un appel, une convocation. C'est d'abord un appel ecclésial.

Nous appartenons à l'Eglise, et l'Eglise toute entière est appelée à faire cette démarche de jeûne - c'est vrai pour le jeûne de Carême, ou d'autres jeûnes. **L'Eglise propose un remède, comme une voie, comme une expérience permanente, le jeûne - et ceci dans toutes sortes de circonstances.** C'est parce que je fais partie de l'Eglise que cet appel me dit quelque chose. L'Eglise me l'adresse, mais c'est aussi un appel qui m'est adressé en tant que je suis membre de l'Eglise.

Il y a une autre dimension qui, en étant ecclésiale est peut-être plus intime - je ne dis pas "personnelle", pour ne pas opposer ce qui est personnel et ecclésial. Toute en étant ecclésial (il n'y a pas de salut véritable en dehors de cette dimension) c'est une dimension plus secrète. Il s'agit d'une

zone intime, secrète, une zone du cœur, un appel que chacun peut éventuellement ressentir, une envie d'être le disciple du Christ.

Le Christ dit "suis-moi" au jeune homme riche, et à beaucoup de personnes. Il peut y avoir une expérience très intime d'un appel personnel à faire l'expérience du jeûne. On le fait non seulement parce que l'Eglise le fait - c'est déjà immense: c'est sortir d'un comportement purement individualiste - mais parce que le Christ me le demande, comme s'il ne le demandait qu'à moi. Il y a une dimension de solitude dans le jeûne, comme dans n'importe quelle expérience spirituelle, extrêmement importante. Cette solitude existe au sein même de la communauté. Ce n'est pas un isolement qui voudrait dire que l'on est en rupture de communion avec tout le monde. C'est une solitude profonde au sein de l'Eglise, un chemin silencieux, invisible, au sein de l'Eglise, qui est nourri invisiblement par l'Eglise, et qui répond à un appel, absolument silencieux et connu de moi seul, que m'adresse Dieu.

Cette **dimension secrète du jeûne existe de manière très forte dans l'Eglise**. Elle caractérise les moines, les êtres en vue, mais c'est presque un réflexe, un instrument de la vie chrétienne: dès que l'on a une difficulté, dès que l'on a besoin de comprendre quelque chose à la Parole de Dieu, dès que l'on a besoin de faire face à une situation difficile, dans le travail, en communiquant avec quelqu'un, on s'adresse au Pères spirituels qui nous disent généralement de faire cela: peux-tu jeûner un peu ? Dès que l'on est tombé dans une faute qui même peut paraître légère, c'est le jeûne qui va être un peu proposé. **Le jeûne dans sa dimension secrète fait partie de la vie tout-à-fait quotidienne du chrétien.**

C'est une expérience très liturgique, ecclésiale: l'orthodoxie entière entre dans le jeûne, dans l'abstinence de certains aliments, pendant 40 jours. C'est un évènement planétaire très impressionnant. Je ne sais pas si nous avons conscience de cela, car nous vivons d'une manière provinciale.

Cette dimension du jeûne, tellement universelle, tellement accessible à tous, qui procède en même temps d'un appel (l'Eglise comporte des gens qui sont appelés), la constitue comme une démarche d'obéissance. Le jeûne chrétien est depuis toujours le fait de répondre à l'appel du Christ, de s'approcher du Christ, de s'intégrer au Christ, d'imiter le Christ, quelque fois de manière un peu extérieure peut-être....Prendre la forme du Christ. Ceci est vécu très fort par les chrétiens en tout temps, comme, à un degré plus spectaculaire et plus douloureux, le martyr lui-même.

Les personnes sont allés au martyr pour se rapprocher du Christ, pour s'intégrer à l'expérience du Christ, expérience de passion et de résurrection, d'humiliation et de gloire. **L'expérience du jeûne, dans un premier temps, pour un chrétien, a été cette intégration au mystère du Christ.** Le Christ entre dans Sa Passion, Il va au désert, Il jeûne, Il accepte l'humiliation, Il monte sur la Croix, Il ressuscité...

Les chrétiens ont simplement envie, poussé par l'Esprit saint, de s'intégrer à cela, de vivre ce que le Christ vivait, de faire l'expérience de la Pâque du Christ. Ce n'est pas seulement l'obéissance extérieure du disciple qui suit le Maître - c'est déjà bien sûr une dimension très importante: Il dit: viens

et suis-moi", comme Il dit aux Apôtres "quitte tout et laisse tes filets"...Il y a quelque chose de plus. Dans le jeûne chrétien, nous ne sommes pas seulement les disciples d'un Maître aux préceptes duquel nous obéissons ("jeûnez et priez"); c'est plus fort que cela, et c'est pourquoi **le jeûne est ecclésial et sacramental**, il y a une conscience plus ou moins forte de s'intégrer au Christ, de vivre de la vie du Christ, de "vivre en Christ", de souffrir ce que souffre le Christ, de se réjouir de ce qui réjouit le Christ, d'aimer ce qu'Il aime, de se fondre dans Sa personne, de devenir vraiment consanguin de Son humanité, d'être la chair de Sa chair, l'os de Ses os...**Il y a pour nous une conscience très forte de communion.**

Ainsi **quelqu'un qui participe à la vie de l'Eglise utilise le jeûne.** C'est un facteur d'intégration, même au point de vue de l'organisation de la communauté, qui est énorme. On fait partie de la communauté non seulement par la foi, les rites, la Bible, l'évêque....mais aussi par le jeûne, car on s'intègre à l'expérience du Christ Lui-même. Si on s'intègre au Corps du Christ, on s'intègre à l'expérience du Christ. On ne peut pas dire que l'on va vivre ce que vit le Christ, si on ne s'intègre pas au Corps du Christ ! Dimension ecclésiale du jeûne...

C'est pourquoi le jeûne, sous cet aspect d'obéissance, est lié à une bénédiction - aussi bien dans son aspect liturgique que dans son aspect solitaire. Il y a une bénédiction pour le jeûne, pour le carême, pour entrer dans le combat spirituel. Le jeûne, expérience de la souffrance du Christ, ne procède pas d'un vouloir propre. Ce n'est pas quelque chose que je décide, un caprice. Ce n'est pas le médecin, quelqu'un du monde, qui me dit: il faut jeûner, cela va vous faire du bien....Cela n'a aucun rapport!

Le jeûne chrétien est une démarche dans laquelle j'entre en répondant à un appel, avec une bénédiction. Il n'y a pas de jeûne qui ne soit soumis, d'une manière ou d'une autre, à la bénédiction. C'est ce qui donne aussi le sceau de l'obéissance. Ceci est vrai pour le jeûne liturgique, qui est rituellement sanctionné par une telle bénédiction - cette croix nous libère déjà de nos passions, de nos caprices, nous aide à aller contre notre volonté. Cela nous met en route, cela nous greffe les uns sur les autres, cela nous greffe sur le Christ. Nous sommes marqués par la "cendre", engagés, partis ensemble, embarqués dans un grand processus. Si on trahissait, on aurait du mal à se regarder dans la glace.

Le jeûne solitaire est aussi soumis à une bénédiction. Il est donc aussi un jeûne ecclésial. Il faut trouver quelqu'un qui puisse être auprès de moi. Il faut que je puisse faire obéissance auprès de quelqu'un. Chez les Pères, anciens ou contemporains, on trouve des exemples innombrables de personnes qui sentent intérieurement un appel de l'Esprit Saint à jeûner - toute leur vie, une journée, 40 jours....Ils ne peuvent pas répondre à cet appel tant qu'ils n'ont pas trouvé quelqu'un dans l'Eglise qui leur donne la bénédiction pour le faire - ou qui ne leur donne pas la bénédiction: fais la moitié, ou fais plus...

Un jeûne qui ne serait pas fait dans l'obéissance est un jeûne qui peut conduire l'homme à sa perte: le jeûne n'est pas en soi quelque chose qui sauve, ce n'est pas un absolu. C'est une démarche qui n'a de sens que si elle est subordonnée à l'obéissance au Christ et à l'amour du Christ.

Il faut qu'il y ait dans l'Eglise quelqu'un qui représente pour moi le Christ et auprès de qui je puisse faire obéissance - ce peut-être l'évêque, un prêtre, un père spirituel, un aîné, les parents pour les enfants,....Il faut qu'il y ait quelqu'un pour que je ne fasse pas cela d'une manière capricieuse et arbitraire, et finalement désobéissante. La volonté propre est foncièrement une désobéissance.

Quelqu'un qui commence quelque chose (le jeûne, la prière,....) de son propre caprice n'est pas dans l'obéissance mais dans la désobéissance - même s'il fait quelque chose apparemment très bonne. Ce que l'on fait par une expression de son désir individuel de se réaliser est de la désobéissance. Au paradis, notre père Adam a voulu prendre quelque chose de très bon. Mais il s'en est emparé dans la désobéissance. Une chose bonne entreprise dans la désobéissance nuit, sépare de Dieu.

Nous avons à recevoir de Dieu, car le jeûne n'est pas chose humaine simplement. C'est une chose humaine donnée par Dieu. C'est la condition humaine donné par Dieu au Paradis. C'est d'origine divine (Dieu donne) et d'origine humaine (cela appartient à la condition humaine paradisiaque). **Nous avons besoin de nous tourner vers Dieu pour Lui demander cette grâce du jeûne, cette grâce de la vie paradisiaque.**

Que ce soit une grâce, et pas seulement un effort, une idée, une bonne volonté. **Nous disons à Dieu: rends-moi digne d'un jeûne véritable, donne-moi la grâce d'un vrai jeûne. C'est l'esprit de l'obéissance, pour le jeûne comme pour n'importe qu'elle expérience de la croix.** Il s'agirait de partir vivre dans la solitude, ce serait pareil. Regardez le mal que nous avons à pardonner à nos ennemis. Nous sommes obligés de demander à Dieu la grâce de pardonner. La prière de saint Ephrem le Syrien est remarquable: on voit que ce n'est pas du tout une morale purement humaniste dans laquelle "je prend la résolution de...". Ce n'est pas chrétien. Dans la prière de saint Ephrem on dit: "donne à ton serviteur. Toi, Dieu, donne-moi de....Nous demandons à Dieu la grâce d'accomplir Son saint commandement. Mais nous ne prenons pas la résolution de l'accomplir.

Une chose bonne que l'on ne reçoit pas de Dieu n'est pas une bonne chose. Ce qui est bon est de le recevoir de Dieu. C'est pourquoi même une chose mauvaise, apparemment mauvaise comme une épreuve, si nous la recevons de Dieu, c'est une chose bonne. Mais une chose bonne, si elle n'est pas reçue de Dieu, peut venir des démons - les démons aussi jeûnent : ils ne boivent pas, ne mangent pas, sont incorporels....

Le jeûne est aussi une démarche de caractère sacrificiel. Ce n'est pas seulement l'obéissance, mais c'est l'obéissance liée à la souffrance obéissante. Je n'aime pas beaucoup le mot "volontaire" qui fait allusion à une conception de la volonté telle qu'elle s'est développée en Occident à partir de la Renaissance, qui est le problème de l'humanisme athée. Il s'agit ici au contraire d'une souffrance consentie, délibérée, souffrance de bon gré.

Souffrance consentie pourquoi ? D'abord, **pour être avec le Christ:** vivre ce qu'Il vit, Sa solitude, vivre Sa faim, vivre Son humiliation, vivre aussi Sa joie. Vivre Sa mort pour vivre Sa joie: Sa mort est notre mort, Sa joie est notre joie. **Tout le mystère pascal est là. C'est la réponse à l'appel de vivre ce que vit le Christ, dans la mort et dans la joie, dans la tristesse et dans la vie.**

Le jeûne est beaucoup une démarche de purification. Il ne s'agit pas seulement d'une purification extérieure mais essentiellement d'une purification de l'âme. Que purifie-t-on avec le jeûne ? Essentiellement la convoitise, sous tous ses aspects. **Nous sommes gourmands de ce qui est créé, au lieu d'être gourmand de Dieu.** C'est notre mal. Cette gourmandise est la volonté propre, l'amour de soi - faux amour de soi. Nous n'arrêtons pas de nous "faire plaisir", de façon malade, surtout à notre époque, c'est l'obsession: il faut "se faire plaisir". C'est une maladie d'enfant: psychologiquement cela révèle l'infantilisme.

Il ne s'agit donc de se libérer de cette obsession de se faire plaisir et d'acquérir la liberté, d'aller vers un autre que soi - en l'occurrence le Christ. Il y a foncièrement dans le jeûne une démarche de renoncement. C'est ce renoncement qui est en fait très pénible. Les premiers essais chez un être normalement déchu, sont extraordinairement pénibles, d'abord physiquement pour toutes sortes de raisons d'intoxications: il y a une douleur physique, le malaise physique, les crampes....et il y a une douleur morale, une douleur de l'âme qui est extrêmement grande.

Quand on a commencer" à jeûner, l'âme commence à perdre tous ses repères, qu'elle a construits - non seulement sur le plaisir, mais aussi sur cette consolation qui vient de la nature, qui fait que depuis que l'on est petit, on tâte pour se consoler du monde. On n'arrête pas de faire cela. **Sans aller jusqu'à l'alcoolisme, la nourriture est pour l'être humain une consolation devant la mort, devant l'angoisse.**

Nous investissons spirituellement tout notre espoir de vie dans la nourriture. Pourquoi ? C'est lié au péché. Les Pères expliquent que **l'être humain déchu tombe dans la condition animale qui consiste à lutter contre la mort par l'instinct de conservation, et ceci de deux façons: l'alimentation et la sexualité.** C'est pourquoi c'est très extrêmement lié. L'enseignement relatif au jeûne dans l'Eglise des Pères comporte l'appel au renoncement à la jouissance sexuelle, pendant le même temps. **Que ce soit la sexualité ou la nourriture, nous y mettons la consolation d'avoir perdu le Paradis, la consolation d'être face à la mort, la consolation de la solitude...**Ayons le courage de la reconnaître.

Renoncer à cette consolation est une douleur, parce que je suis habitué à cela. Et pourtant, c'est à une chose mauvaise que je renonce: la consolation que je trouve de cette façon-là est une illusion qui me sépare de Dieu et qui pourrait me faire mal. Je pourrais avoir mal mais je n'ai pas mal car je suis habitué depuis Adam.

Je trouve mon plaisir dans l'éloignement de Dieu, dans cette nouvelle nature qui est la nature déchue. Et quand je commence à me séparer de l'éloignement de Dieu, cela me fait mal. **Avant que je trouve mon plaisir dans la proximité de Dieu, il faudra toute un temps de rééducation. L'être humain a besoin de se rééduquer, de se séparer d'une chose qui lui plaît mais qui est un mal au début, parce qu'il n'y est pas habitué.** Si on mettait quelqu'un qui vit dans les ténèbres dans la lumière....

J'ai un film, Jésus de Nazareth, où il y a un épisode de l'Aveugle-né. Quand il recouvre la vue, c'est extrêmement douloureux: celui qui ne voyait pas et qui voit a mal, il a mal partout, il ne supporte pas la

lumière qui l'aveugle. Il cherche les ténèbres pour se cacher. si vous prenez un animal qui a toujours vécu dans l'obscurité et que vous le mettez en pleine lumière, il devient fou, il va vite chercher un coin de ténèbres...et pourtant les ténèbres, c'est la mort. Mais il va chercher cela parce qu'il ne connaît que cela.

Si vous sortez brusquement de l'enfer, quelqu'un qui y vit, il ne le supporte pas, il hurle. Il y a toute une rééducation nécessaire. **Le jeûne a une fonction pédagogique extrêmement importante, qui consiste à nous réhabituer à la condition adamique.** Mais cette rééducation est, dans un premier temps, excessivement douloureuse. C'est pourquoi, le jeûne, dans son début, est peine du corps - le corps a faim, soif, il a mal partout et peine de l'âme qui est dans une grande angoisse. Elle privée de sa sécurité, de ses repères, privée de soi, quand on a fait de soi-même son dieu, quand on a fait de son ventre son dieu. On me retire mon dieu, on me retire mon ventre!

Ce renoncement est une peine. Mais c'est un renoncement pour quelqu'un. Il y a dans l'idée du renoncement **une dimension sacrificielle, car il y a une offrande, une oblation de soi. L'idéal est d'être attiré par l'amour du Christ.** ce qui nuit au Jeûne, c'est le fait que l'on ne puisse le faire pour l'amour du Christ. Cela pourrait être cela: que le renoncement au plaisir que je prends dans la nourriture, dans la boisson, dans la sexualité, soit essentiellement motivé par le fait que j'aime le Christ et qu'Il m'aime, que ce soit vraiment la réponse à Son amour. Comme ceci manque souvent, le jeûne est encore plus pénible, car il y a plus du ressentiment, de l'aigreur, l'absence de sens....

Il y a lieu d'approfondir le jeûne pour le découvrir, pour que dans le renoncement à l'amour de soi il; y ait une oblation. Je renoncer à me tuer, mais c'est pour quelqu'un. Si personne ne m'aime, pourquoi renoncerais-je me tuer ? C'est le problème des gens qui se suicident. Ils se suicident parce qu'ils n'ont pas l'évidence que quelqu'un, quelque part, les aime. Si quelqu'un vraiment arrive à leur faire croire à un moment qu'il les aime...

Le péché est toujours une forme d'autodestruction, à plus ou moins long terme. Si je pouvais avoir la conviction que le Christ m'aime, le jeûne me serait peut-être pénible, mais il serait en même temps libérateur, il serait vraiment une joie. Ce qui est pénible, la douleur profonde dans le jeûne, c'est que l'on n'a pas forcément la conviction d'être aimé de Dieu. C'est cette trop grande faiblesse de notre amour pour le Christ qui rend le jeûne aussi difficile - au moins en son début.

Même avec cet amour du Christ, il y a un aspect de renoncement. Si je renonce à être le dieu de moi-même pour pouvoir trouver mon Dieu en Toi, le Christ, cela donne évidemment une toute autre dimension. C'est renoncer à une idole pour trouver Dieu. Quand vient l'heure du repas, le temps pris sur la nourriture va être utilisé pour lire l'Évangile ou pour prier. Le temps que je prends sur la nourriture est pour Quelqu'un. Ce n'est pas du temps pour moi: je ne renonce pas à un repas pour regarder la télévision! C'est renoncer à ce plaisir pour que le temps que je récupère là soit pour donner à quelqu'un en l'occurrence Dieu, le Christ.

Je vais prendre ce temps pour Lui parler, pour lire Sa parole. C'est pourquoi un des aspects les plus concrets du jeûne consiste à remplacer le temps par la lecture de l'Évangile par exemple. Celui qui lit

un chapitre de l'Évangile pendant le temps correspondant à un repas, a effectivement commencé à faire ce transfert de son appétit, de son désir, de sa faim - il commence à nourrir sa faim avec une autre chose. Il a aussi accompli déjà ce début d'oblation. Je renonce à quelque chose pour offrir mon cœur, mon désir à Quelqu'un - le Christ.

C'est l'aspect sacrificiel, ecclésial, sacramental (il y a une bénédiction) et finalement sacerdotal du jeûne. **Dans le jeûne, on va vers Dieu comme un prêtre ou une prêtresse de la Nouvelle Alliance.** On fait cela pour se purifier, pour s'offrir, mais aussi pour purifier la communauté à laquelle on appartient. On offre aussi dans cela, tout: celui qui jeûne met son espoir en Dieu. Il faut croire en Dieu pour jeûner. Autrement, tu crois que tu vas mourir parce que tu n'as pas eu ta part habituelle.

Il y a un acte de foi en Dieu. Dans cette foi, je présente à Dieu tout mon espoir, mes soucis, mes prières, le monde, mes amis, mes ennemis...**Le jeûne sans prière n'a pas sa signification sacerdotale, sacramentelle.** Il ne peut pas déboucher non plus sur la joie. Mais si le jeûne est vraiment une situation dans laquelle je me mets délibérément pour confesser vraiment le Christ, alors il va déboucher sur la joie, exactement comme les autres formes d'obéissance au Christ dans laquelle viendra cette consolation du Saint Esprit, cette paix, cette liberté, cette douceur, cette communion, cette joie...Tous les fruits du jeûne.

Saint Jean de Cronstadt dit: "Le jeûne produit la paix du cœur, l'union à Dieu, nous remplit de dévotion et d'amour filial, et nous donne l'assurance devant Dieu".

Cette phrase d'un père spirituel syrien: "Le jeûne dessine dans le corps, par sa beauté, une image de la vie immortelle. Le comportement qu'il implique suggère la condition du siècle nouveau et il nous apprend quelle nourriture spirituelle nous recevrons lors de la Résurrection".

Il y a dans cette démarche d'obéissance, de suivre le Christ à travers une expérience de la Croix, la souffrance volontaire, une intégration au monde futur, au monde de la transfiguration du Christ, au monde de la gloire du Christ. **Ce n'est pas seulement la récupération de l'état adamique, mais c'est l'acquisition du monde futur - ceci à travers le mystère de la Croix.** On ne peut rien comprendre au jeûne chrétien si on ne voit pas que c'est une certaine façon de faire l'expérience de la Croix pour retrouver la vie adamique, et non seulement cela, mais pour découvrir la vie future, la joie future, qui donnée dans la Résurrection.

Père Marc Antoine Costa de Beauregard

(Sources : "Patristique - Patrologie III - Souffrance et obéissance selon les Pères des premiers siècles à nos jours" - cours 1 – pages 1/8 - Institut orthodoxe Français de Paris – Saint Denys l'Aréopagite – Père Marc Antoine Costa de Beauregard — Année 1990)