

Le Jeûne

Le jeûne est un excellent pédagogue. Premièrement, il a tôt fait de faire comprendre à quiconque jeûne que l'homme n'a pas besoin que de très peu de nourriture et de boisson, et qu'en général nous sommes des gloutons qui mangeons et buvons plus qu'il est nécessaire, c'est à dire plus que notre nature ne le requiert. Ensuite, le jeûne révèle ou découvre ses faiblesses, ses déficiences, ses péchés et ses passions; exactement comme une mare boueuse, lorsqu'on commence à la nettoyer, laisse apparaître les reptiles et toutes les saletés qu'elle contenait. Ensuite, il nous montre la nécessité de revenir à Dieu de tout notre cœur, de chercher sa miséricorde, son secours et son salut.

Enfin, le jeûne révèle toutes les astuces, la ruse et la malice des esprits incorporels, auxquels nous étions soumis sans nous en rendre compte, leur ruse devient évidente, et les voici, dès lors, qui nous persécutent pour avoir abandonné leurs voies.

(Ma vie en Christ - Saint Jean de Cronstadt - page 148)