

SR EMMANUEL MAILLARD



Délivrances et guérisons
par le jeûne

EdB

“ *J’ai lu d’un seul trait ton livre sur le jeûne, et j’en suis resté non seulement convaincu mais complètement conquis ! Ce livre a le mérite de convaincre pleinement même les plus réticents. Il sera une véritable découverte pour ceux qui le liront.*

DON GABRIELE AMORTH, EX-EXORCISTE DU VATICAN

Comment vaincre les puissances des ténèbres qui altèrent si souvent la paix de nos cœurs et l’harmonie de nos familles ? Comment mettre de notre côté toutes les chances de guérison en cas de maladie ?

La Sainte Vierge nous invite au jeûne, et nous révèle son extraordinaire puissance, si souvent oubliée dans l’Église.

Cette nouvelle édition, parsemée d’anecdotes savoureuses, s’enrichit de témoignages de guérisons et de grâces reçues par la pratique du jeûne ainsi que de nombreux conseils de saints.

Chacun y trouvera des conseils très pratiques sur la manière de jeûner ainsi que des recettes pour préparer son pain de jeûne.



Sœur Emmanuel Maillard est née en France en 1947. Elle a obtenu une licence de Littérature et d’Histoire de l’Art à la Sorbonne en 1971. Elle est membre de la Communauté des Béatitudes depuis 1976. Elle vit à Medjugorje depuis 1989 et voyage dans le monde entier pour évangéliser.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

présence et l'amour de Jésus, et elle nous donne de nous émerveiller avec elle du fait que Jésus, dans sa grande humilité, soit devenu du pain. Voilà le sens véritable du jeûne : l'amour pour l'Eucharistie. Jésus est toujours au centre de tout ce que la Vierge nous dit et nous recommande. Si nous jeûnons par amour pour le Pain de Vie, notre jeûne change, il devient joyeux ! C'est la raison pour laquelle la Reine de la Paix nous demande de jeûner, mais de jeûner avec le cœur. Notre amour pour l'Eucharistie va s'approfondir, ce qui est une grâce extraordinaire !

Marthe Robin, grande mystique française, disait : « La gloire que nous aurons dans le Ciel est proportionnelle à la ferveur que nous avons sur la terre pour la Sainte Communion. » Dans ses messages, la Vierge Marie nous encourage à respecter les enseignements du *Catéchisme de l'Église catholique* :

« Pour se préparer à recevoir dignement ce sacrement, les fidèles observeront le jeûne requis dans leur Église. L'attitude corporelle (gestes et vêtement) traduira le respect, la solennité, la joie de ce moment où le Christ devient notre hôte¹. »

Plus grands seront la dévotion, l'amour et la gratitude avec lesquels nous recevrons le Pain de Vie, plus grande sera notre gloire dans le Ciel.

La tradition juive comme la tradition chrétienne nous enseignent que le jeûne est une arme très puissante contre Satan. Le jeûne est d'autant plus important aujourd'hui que nous avons à combattre contre les forces du mal. La Vierge dit à Medjugorje : « Chers enfants, aujourd'hui encore je vous appelle à vivre votre vocation dans la prière. Aujourd'hui comme jamais, Satan veut étouffer l'homme et étouffer son âme par son souffle contagieux de haine et de trouble... La haine et la guerre ne cessent de grandir de jour en jour... » (25 janvier 2015)

Les ravages que Satan fait dans les familles, parmi les enfants et surtout chez les jeunes, sont sous les yeux de tous. La culture de mort est malheureusement implantée aujourd'hui en Occident. À Medjugorje, de nombreux pèlerins arrivent brisés parce que leurs enfants se droguent, se prostituent, ou empruntent des chemins de mort. Ces parents viennent me voir pour que je demande aux voyants présumés de prier pour que leurs enfants cessent de se droguer, de se prostituer ou pour qu'ils ne remplissent pas leur vide intérieur avec les distractions provenant du Malin. « Chers enfants, aujourd'hui je vous invite à prier à mes intentions. Renouvelez le jeûne et la prière, car Satan est malin et il attire beaucoup de cœurs au péché et à la perdition. » (25 octobre 2012)

Je leur rappelle que Marie a parlé des guerres qui sévissent dans les familles, dans le cœur de leurs enfants, cette même guerre qui est peut-être en train de ruiner la vie de leur enfant. « Chers enfants, dit-elle, ce n'est que par le jeûne et la prière que vous pouvez arrêter les guerres. » Au début des apparitions, Elle ne parlait pas des guerres militaires, mais des guerres au sein des familles. La Reine de la Paix nous explique : « Lorsqu'une guerre commence c'est parce qu'il y avait déjà la guerre dans vos cœurs. Mais si vous faites la paix dans vos cœurs, alors la guerre extérieure s'arrêtera aussitôt. » (Message privé donné à Vicka pendant la guerre du Golfe 1991)

En effet la guerre commence dans nos cœurs. Si j'ai de la haine contre mon frère, si j'ai fermé ma porte à telle ou telle personne, si je l'ai mal jugée, si je l'ai condamnée, si je la jalouse, si j'ai médité sur elle, si j'entretiens une amertume, alors, j'ai une guerre dans mon cœur, qui ne fait que passer à l'extérieur. Voilà les guerres que la Vierge veut enlever de nos cœurs ! Et les seuls moyens sont le jeûne et la prière ! Si vous voulez chercher un

autre moyen, allez-y, mais sachez que ça ne fonctionnera pas, il vaudra mieux y renoncer.

N'oublions pas ces deux moyens. Par le jeûne, on ne sauve pas un seul enfant comme lorsqu'on plonge dans une rivière glaciale pour l'en retirer. En jeûnant au pain et à l'eau, on ne risque pas d'attraper une pneumonie. Par le jeûne on sauve beaucoup de vies, et on ne tombe pas malade, au contraire ! Le jeûne rend la santé. Des études ont été faites, et il en ressort qu'en Occident, nous mangeons jusqu'à un tiers de trop par rapport à ce qui est nécessaire. Beaucoup de maladies et même de morts prématurées sont dues à cet excès de nourriture. Le jeûne, lui, va nous faire du bien.

Parents qui suppliez pour la guérison de votre enfant, enfants qui suppliez pour la réconciliation de vos parents, sachez que vous avez cette puissance ! Ne priez pas sans jeûner et ne jeûnez pas sans prier. Tous les saints ont jeûné.

Dans les premières semaines des apparitions, toute la population écoutait d'une oreille attentive la moindre parole de la Sainte Vierge. Or, environ deux mois après le début des apparitions, la Vierge a dit : « Satan a un plan de destruction sur cette paroisse. Chers enfants, je demande à tous les paroissiens de jeûner au pain et à l'eau durant trois jours et de prier le Rosaire afin de vaincre Satan. » Et tous, comme un seul homme, ont fait ce que la Sainte Vierge avait demandé. Pendant trois jours, d'un seul cœur, ils ont jeûné et prié pour que Marie écrase la tête du Serpent. Et le quatrième jour, la Vierge a dit : « Chers enfants, je vous remercie pour vos prières et vos jeûnes, car le plan de Satan est tombé, nous avons la victoire ! » Elle n'a pas dit : « J'ai la victoire », mais « Nous avons la victoire ».

Elle avait besoin de ces paysans de la paroisse de Medjugorje pour vaincre Satan. Cela est très fort parce que si Satan avait réussi son plan ce jour-là, il n'y aurait pas eu Medjugorje, il n'y

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

faut être capable d'accepter même les défauts de l'autre. Ce manque de sacrifice spirituel vient du fait que nous ne vivons pas tout à fait en chrétiens. Voyez avec quelle superficialité on procède à l'avortement, ce qui signifie que nous ne sommes pas prêts à faire le sacrifice d'élever des enfants. Voilà le principal motif de l'échec du mariage : nous ne sommes plus habitués au sacrifice. Ce n'est qu'en exerçant des sacrifices nous-mêmes que nous serons capables de vivre une vie chrétienne. »

Vous vous rappelez comment Jésus lui-même, dans les évangiles, nous donne une réponse très éclairante ? Jésus invite ses disciples à aller devant lui pour prêcher, chasser les démons, guérir les malades, annoncer la Bonne Nouvelle, etc. Un jour, ils reviennent tout joyeux en disant à Jésus : « *Seigneur, même les démons nous sont soumis en ton nom.* » (Lc 10, 17)

Il est facile de comprendre leur joie de témoigner que l'ennemi a été vaincu et expulsé de cœurs torturés, et de voir les démons fuir de ceux qui étaient en agonie.

Un autre jour, les Apôtres revinrent vers Jésus après l'une de leurs missions, mais cette fois ils restèrent silencieux, visiblement un peu déçus de leur échec. Le père d'un enfant se tourna vers Jésus, lui disant que ses disciples n'avaient pu chasser l'esprit mauvais de son fils, et il demanda pourquoi. Jésus lui répondit : « *Ce type de démon ne peut être chassé que par la prière et par le jeûne.* » (Mt 17, 21¹) La réponse de Jésus est éclatante, claire comme le jour et irréfutable ! Quand Jésus parle de démons spécifiques en disant « ce type », nous ne pouvons qu'imaginer que cela se rapporte à des esprits très mauvais et cruels du plus haut niveau. Ce sont ceux qui ne peuvent être vaincus par la seule prière des Apôtres au nom de Jésus. En effet, comme chez les anges et les saints, il y a une hiérarchie chez les démons aussi, ce qui explique les divers degrés de mal qu'ils peuvent accomplir. Pour « ce type » qui a

une grande résistance aux disciples, il faut un remède fort et puissant en plus de la prière : le jeûne.

En ce qui nous concerne, si nous choisissons de prier et de jeûner, alors le jeûne va nous demander quelque sacrifice, surtout au début, quand il est nécessaire de mettre fin à de longues habitudes de manger. Je fais donc un effort particulier chaque semaine pour jeûner et ainsi je ferme la porte à « ce type » de démons pour qu'ils ne puissent me faire aucun mal. Ces démons sont ainsi désarmés, ils ne peuvent m'attaquer et je puis donc jouir d'une grande paix.

À travers le jeûne, nous évitons le mal et nous confondons les plans mauvais que les démons montent contre nous, notre famille, notre santé. C'est pourquoi je fais tout ce qui est en mon pouvoir, rien de moins, de tout mon cœur, et je laisse le Seigneur faire le reste.

À ce stade, je voudrais vous poser une question : préférez-vous supporter le sacrifice du jeûne, ou être la cible d'immenses souffrances causées par les ennemis invisibles et mauvais que sont les démons ?

Quant à moi, j'ai fait mon choix. J'ai souffert dans le passé de nombreuses fois d'attaques des démons, surtout quand je pratiquais l'occultisme, dans ma jeunesse. Ces souffrances étaient insupportables, comme le savent ceux qui sont tourmentés par les démons. En comparaison de ce tourment, l'effort de jeûner est comme une douce caresse !

« Et n'oubliez pas la bénédiction ! » dit Marie. Chez les Juifs comme chez les saints Chrétiens, on n'imagine pas manger de la nourriture sans bénir d'abord Dieu pour elle. Dire une courte prière sur votre pain attire de nombreuses grâces sur vous, sur votre jeûne et votre santé. Sainte Bernadette avait une méthode radicale. Elle traçait une croix de sa main sur le pain et disait : « Si Dieu est là, qu'il y reste. Si Satan est là, qu'il s'en aille ! »

Mais chacun trouvera ses propres mots. Par exemple : « Viens Seigneur bénir ce pain que tu nous donnes dans ta bonté, fruit de la terre et du travail des hommes : qu'il nous donne la force de te servir. Oh Seigneur, donne du pain à ceux qui ont faim. »

1. La mention du « jeûne » est présente dans ce verset selon la *Vulgate* de saint Jérôme (*Hoc autem genua non eicitur nisi per orationem et ieiunium*) et plusieurs autres manuscrits de l'évangile en grec, ainsi qu'en Marc 9, 29. Si certains passages ne le mentionnent pas, nous pouvons être sûrs cependant que Jésus en a parlé. De la même manière, nous regardons qui était présent au pied de la Croix quand Jésus a été crucifié : certains évangélistes disent que Marie-Madeleine était présente, d'autres pas. Il suffit que l'un dise qu'elle l'était pour croire que Marie-Madeleine était présente.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

DES GUÉRISONS À SAISIR

La Vierge a aussi parlé de la GUÉRISON. Beaucoup de pèlerins passent par les voyants présumés pour qu'elle intercède pour leurs malades. Elle se soucie tout particulièrement d'eux ! Presqu'à chaque apparition le soir sur la montagne, Ivan nous dit que la Sainte Vierge a prié particulièrement pour les malades, et pour ceux que nous portons dans notre cœur. Elle est très proche de tous ceux qui souffrent dans leur corps et dans leur cœur.

Oh, si les malades savaient combien notre bienheureuse Mère les chérit, ils seraient grandement consolés. En eux, elle voit vraiment son Fils souffrant. Pensez à la compassion et à l'amour ardent de saint Camille de Lellis pour les malades, ou celui de tant de saints, y compris des médecins comme saint Joseph Moscati. Ils manifestent une telle compassion, au point de verser des larmes sur leurs patients ou d'abandonner tout ce qu'ils ont pour leurs frères malades. Et ce n'est rien, cependant, en comparaison de ce que la Vierge éprouve pour ses enfants. De plus, notre Mère immaculée sait bien que la maladie n'entre pas dans le plan de Dieu, mais est bien plutôt un fruit de la corruption.

Marie nous dit que pour obtenir la guérison des malades, il est très recommandé de prier sept *Pater*, *Ave* et *Gloria* et de jeûner au pain et à l'eau. En plus, le 23 juin 1985, elle livra à Jelena une prière à dire avec le cœur lorsqu'un de nos proches est malade :

« Ô mon Dieu, cette personne malade est venue te présenter ce qu'elle désire et qui lui est le plus cher. Toi, Seigneur, fais entrer en son cœur ces paroles : "La santé de l'âme est importante !" Seigneur, puisse ta sainte volonté s'accomplir en elle en toute chose ! Si tu veux qu'elle guérisse, rends-lui la santé. Mais si telle n'est pas ta volonté, fais qu'elle continue de porter sa croix. Je te prie aussi pour nous qui intercédons pour elle ; purifie nos cœurs pour que nous soyons rendus dignes de transmettre ta sainte miséricorde. Ô mon Dieu, protège-la et soulage ses souffrances, que ta volonté se fasse en elle. Que ton saint Nom puisse se révéler à travers elle ; aide-la à porter sa croix avec courage. »

La Vierge a dit : « C'est là la plus belle prière que vous pouvez réciter pour une personne malade ».

Quand on a un malade dans la famille, la plupart du temps, on va se donner du mal sur le plan médical. On va dénicher le meilleur médecin qu'on connaît, les meilleurs médicaments, on va partir en Amérique pour voir le plus grand spécialiste, on va tout faire pour tenter de sauver la vie du malade... On est prêt à faire des pieds et des mains et à dépenser des fortunes pour sauver la vie d'un enfant, par exemple. Mais les choses peuvent être bien plus simples que cela ! Réalisons qu'on peut d'abord prier et jeûner ! Dans beaucoup de cas, la prière et le jeûne vont obtenir la guérison miraculeuse du malade.

Et le sacrement des malades ? Ce sacrement proposé dans l'Église catholique obtient dans beaucoup de cas la guérison du malade. Si ce n'est pas la guérison physique, le malade obtient la paix de son cœur. N'attendons pas que le malade soit à la dernière extrémité pour arriver la veille de sa mort avec le prêtre, son étole et les saintes huiles. D'abord, parce que le malade pourrait mourir de peur en voyant le prêtre arriver ! Au contraire, dès que la maladie devient grave, il faut appeler le prêtre, et commencer à jeûner pour le malade. Ce sacrement est souvent appelé « l'extrême onction », mais ce terme n'est pas approprié

vu qu'il n'est pas nécessaire que la maladie soit « extrême » pour le recevoir.

Un jour, une dame qui avait un cancer est venue me voir, et elle me disait : « Mon problème, c'est que dans ma famille, il n'y a aucun croyant, et personne ne va prier et jeûner pour moi. » Je lui ai répondu que nous allions le faire pour sa famille. De nos jours ce problème est très répandu mais il peut être facilement résolu. Dans les familles qui ne prient pas, visitez leur malade, parlez-leur du Seigneur, annoncez-leur la Bonne Nouvelle et dites-leur que vous allez prier et jeûner pour eux. Vous obtiendrez du Seigneur beaucoup plus de guérisons ! Quand les voyants présumés demandaient à la Sainte Vierge si elle allait guérir tel ou tel malade, très souvent elle leur rappelait que Dieu seul guérit. Tout ce qu'il faut faire c'est croire fermement, jeûner, faire pénitence et Dieu viendra en aide à tout le monde. « Pour obtenir la guérison des malades, il faut croire fermement, persévérer dans la prière, jeûner et offrir des sacrifices. Je ne peux pas aider ceux qui ne prient pas et ne se sacrifient pas. Ceux qui sont en bonne santé doivent aussi prier et jeûner pour les malades. » (18 août 1982)

Quand la guérison n'intervient pas, cela signifie que Dieu a un autre plan, mais il ne cesse pas pour autant d'accorder ses bénédictions à la personne malade. Là aussi, prions et la Vierge nous donnera un regard nouveau pour que nous voyions et accueillions la volonté de Dieu dans l'amour.

Pensez aux saints Louis et Zélie Martin, les parents de sainte Thérèse de Lisieux. Quand ils comprirent que la maladie de Zélie était sans espoir et qu'aucun traitement ne pouvait la guérir, ils décidèrent d'aller à Lourdes avec leurs trois filles aînées. L'espérance de cette sainte famille était immense, encore accrue par une grande confiance. Zélie avait toujours pris bien soin de rappeler à ses enfants combien la volonté de Dieu était

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

jours où elles avaient du pain sur la table... Et c'est à elles que la Sainte Vierge a choisi d'apparaître !

Pour terminer, Marie n'a pas précisé si le pain doit être grillé ou pas. Pour certains le pain grillé passe mieux. Alors, pourquoi pas ? Et si vous voulez faire votre pain chez vous, vous pouvez utiliser les recettes proposées à la fin de ce livre. Lorsque la Vierge parle d'eau, elle ne précise pas si l'eau doit être chaude ou froide : c'est notre cœur qui va décider (et éventuellement, la température de la saison). Cependant, le père Slavko suggérerait d'éviter les boissons très froides et de privilégier les boissons chaudes qui facilitent la digestion.

À partir de quelle heure doit-on jeûner ?

Bonne question ! La Vierge nous dit « Deux jours par semaine, le mercredi et le vendredi ». Or, chez nous le jour commence à minuit et finit à minuit. Mais si vous avez des gardes de nuit à faire, il faut adapter. On peut adapter sa journée de jeûne en fonction du travail. Souvent les grands-mères me disent : « Le mercredi, c'est justement le jour où j'ai mes petits-enfants à la maison, ce n'est pas le jour où je vais jeûner. » Eh bien dans ce cas, on peut reporter le jeûne du mercredi au mardi, la Sainte Vierge ne nous en voudra pas. Quand ce jeûne tombe un jour de fête, si l'Annonciation tombe un vendredi, on ne jeûnera pas ce jour-là, mais on jeûnera le jour suivant ou le lundi suivant.

Vous allez voir en conscience, dans la prière, comment Marie vous demande de commencer votre jeûne. Quelquefois, c'est par paliers. Elle l'a dit, par exemple, pour le Rosaire : « N'imposez pas le Rosaire entier à ceux qui n'auraient jamais prié. Aujourd'hui, qu'ils disent un "Notre Père" avec le cœur, demain, un "Je vous salue" avec le cœur, après-demain un "Gloire au Père" avec le cœur. » Pour le jeûne, c'est pareil. Si vous pouvez commencer tout de suite à jeûner deux jours par

semaine au pain et à l'eau, merci Seigneur ! Mais vous pouvez aussi le faire par étapes. Il vaut mieux commencer par paliers et ne pas abandonner, plutôt que de démarrer trop vite et d'abandonner au bout de deux mois. On peut commencer par le vendredi midi, puis ajouter le mercredi midi, puis le vendredi soir, et augmenter petit à petit. L'important c'est de jeûner avec le cœur. La Sainte Vierge nous demande de prendre la décision ferme de jeûner avec le cœur, en action de grâce pour ses venues, et ainsi on n'aura pas mal à la tête, on n'aura pas de nausées. Si nous avons ces maux, c'est que nous n'avons pas encore pris une ferme décision, avec le cœur ; Vicka le dit souvent.

Et les malades ?

La Sainte Vierge précise que les malades ne sont pas tenus au jeûne, mais que les personnes en bonne santé sont toutes invitées à jeûner. Aux malades, elle demande d'offrir leurs souffrances et d'autres renoncements. Exemple : vous êtes habitués à regarder des images pornographiques ? Commencez par vous en passer le mercredi et le vendredi ! Après, ce sera pour toute la semaine. Car il faut renoncer au péché. Si vous insultez votre femme, faites ce renoncement de ne plus l'insulter ces jours-là !!! Quand on a une mauvaise habitude, commençons par y renoncer ces jours-là et petit à petit le péché nous quittera. La Sainte Vierge dit : « D'abord, chers enfants, je vous demande de renoncer au péché qui vous habite. » Et aussi : « Beaucoup viennent à Medjugorje pour demander une guérison physique, mais en même temps, ils vivent dans le péché. Ils ne comprennent pas qu'avant tout, ils doivent chercher la santé de l'âme, qui est la plus importante, et se purifier. Ils devraient d'abord se confesser et renoncer au péché ; ensuite ils pourront implorer la guérison physique. » (5 janvier 1984)

Elle a aussi ajouté : « Chers enfants ! Je vous invite à prier et jeûner pour la Paix dans le monde. Vous avez oublié que par le jeûne et les prières on peut arrêter les guerres et suspendre les lois de la nature. Le meilleur jeûne est au pain et à l'eau. Tous, sauf les malades, sont appelés au jeûne. Les actes charitables ne peuvent pas remplacer le jeûne. » (21 juillet 1982)

Je vais suggérer aux malades des formes de renoncements, en plus de ceux que la Sainte Vierge a personnellement indiqués, comme l'alcool, la télé, la cigarette, le café. Ce serait bien de renoncer à la malbouffe, aux fast-foods. Notre Mère ne veut pas que nous nous fassions du mal. La santé est un don qui doit être préservé. On pourrait aussi renoncer aux jeux de hasard, aux jeux électroniques, aux lectures inutiles (mode, cuisine, bien-être...), à la musique, au shopping, aux mauvaises paroles, aux ragots, ou essayer de ne pas se plaindre des douleurs et des souffrances du moment. On pourrait décider de passer moins de temps sur internet : je vois des personnes qui ne se rendent pas compte du temps qu'elles passent devant un écran (portable, tablette, ordinateur...). On pourrait arrêter de consulter l'horoscope, d'aller voir les sorciers, les voyantes ou toutes sortes de devins !

Mais il n'y a pas que les renoncements ! Nous avons aussi beaucoup de choses à offrir, par exemple : nous pouvons partager de la nourriture avec un pauvre ; offrir un livre ou un DVD à quelqu'un qui n'a pas les moyens de les acheter ; faire célébrer une messe pour un ennemi ou pour les âmes du Purgatoire ; manger des aliments que nous n'aimons pas (et qui sont peut-être bons pour la santé) pour mortifier notre bouche ; appeler une personne qui souffre de solitude ou lui écrire ; écouter patiemment quelqu'un qui nous ennue ; placer une fleur fraîche devant la statue de la Sainte Vierge à l'église ou sur notre autel domestique ; apprendre par cœur un passage de

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

En Bosnie c'est la tradition de boire un bon café, fort, délicieux ; les pauses-café représentent une partie très importante de la journée. Certaines religieuses s'inquiétaient pour les fortes migraines qu'elles auraient eues si elles n'avaient pas bu de café (le risque de migraine est véridique, moi j'en ai toujours eu). Alors j'ai dit : « Essayez un jour et tentez de ne pas prendre de cachet ». Or, une des sœurs est complètement guérie de ses migraines, elle n'en a plus jamais eu. J'ignore si à présent elle boit du café ou pas, mais ses migraines ont totalement disparu ainsi que la peur d'en avoir (ce qui est peut-être le plus important). Lors de ces retraites nous avons pu assister à l'atténuation ou à la complète disparition de tensions et douleurs spécifiques. En effet, en ces moments-là le corps se relaxe et se libère du stress.

Le jeûne n'est pas une question de « succès », de « réussite ». Le père Slavko disait toujours que l'on peut jeûner tout le temps et oublier complètement le but du jeûne, qui est de se libérer du péché, de l'égoïsme. Le vrai objectif c'est le fruit du jeûne, à savoir le renoncement au péché, à l'égoïsme, à l'amour-propre, au fait de nous mettre toujours à la première place.

Certains jours, nous aurons un désir de jeûner plus ou moins intense ; d'autres jours nous déciderons par simple obéissance. Parfois nous recevons une grande grâce : nous n'avons pas envie de jeûner, mais nous prions pour arriver à le faire et tout d'un coup jeûner devient beau. Toutefois, il y a aussi des moments où nous n'arrivons même pas à supporter la vue du pain !

Le père Slavko disait souvent : « Combien de personnes voudraient manger comme nous jeûnons ? » Et beaucoup de personnes confirmaient : « Oui, nous devenons conscients de l'importance du pain », parce que quand tu n'as plus de pain, tu meurs, mais quand tu as le pain, tu ne meurs pas. Certes, il est important de faire attention à sa santé. À ce sujet, lorsque nous

avons commencé les retraites de jeûne, le docteur Lejeune a dit que le bon pain contient de la vitamine B, qui est très importante pour la santé. De ce fait, elle suggérait de manger du pain réalisé avec une bonne recette. Il faut avoir du pain sain et nourrissant plutôt que du pain blanc et moelleux qui est mauvais pour la santé et nous fait souffrir.

La question du jeûne doit être abordée de façon intelligente : il ne s'agit pas d'un faux sacrifice. Il n'est pas correct de penser que je dois me punir ou me fouetter, ce n'est pas du tout comme ça. Il s'agit d'un don d'amour, d'une ouverture à l'amour, d'un effort pour être moins égoïste. C'est là l'essence du jeûne, le vrai sens de notre sacrifice. Parfois il est vraiment difficile d'avoir cette clarté, car nous avons en nous du fanatisme ou de l'auto conviction. Mais si nous jeûnons humblement, nous recevrons cette clarté. Il s'agit d'un fruit très important, car il nous permet de percevoir ce qui est bon pour nous, il nous aide à discerner et à prendre les bonnes décisions.

Sr E : J'aime quand tu dis qu'il faut prendre une décision « forte ». Prendre la décision au préalable est fondamental : il est plus facile de jeûner si nous le décidons dès la veille que si nous reportons la décision au lendemain matin, en nous demandant au réveil : « Et aujourd'hui devrais-je jeûner ? » Alors, l'odeur du café et de la brioche du voisin nous rend triste, parce que nous allons devoir renoncer à tout ça. Une ferme décision est vraiment importante. La Sainte Vierge est une femme déterminée et elle décide par amour.

Milona : Tu sais, j'ai demandé à une voyante présumée quelles sont les principales différences qu'elle repère entre nous et la Sainte Vierge. Elle m'a répondu : « Marie n'a jamais dit non au Seigneur ». Ensuite elle a rajouté que nous tous avons dit au bout d'un moment : « Ok, ça suffit, c'est trop pour moi ». La

Sainte Vierge, au contraire, n'a jamais dit « non » et c'est de là que provient son autorité. Son oui découle de son humilité totale, de son obéissance et de l'oubli de soi, qui la rend complètement libre. Cela fait partie de l'attitude du jeûne, car le jeûne n'est pas seulement un acte, mais aussi une disposition intérieure.

La Sainte Vierge dit que nous pouvons changer les lois de la nature à travers le jeûne et la prière. Ces derniers sont donc des choses très concrètes qui changent vraiment le monde. Nous sommes le sommet de la création et lorsque nous faisons quelque chose qui nous rapproche du Créateur, il est avec nous et crée de nouveau : il peut changer les choses grâce à nos oui. Même dans son enfance, la Sainte Vierge était un centre de pouvoir ; son oui a sauvé l'humanité tout entière et a rendu possible la venue du Seigneur dans le monde, c'est-à-dire dans sa création. Si nous suivons ses pas et devenons son oui (et elle nous demande un oui joyeux chaque jour et à tout moment), de grandes choses adviendront dans le futur, pour notre vie et pour ceux qui nous suivent, et nous en serons témoins. Nous voulons que le monde change, qu'il soit renouvelé comme la Vierge l'affirme ; alors, il faut que nous soyons comme Moïse. Une fois le père Svetozar a dit que nous devons être des personnes qui laissent beaucoup de fleurs derrière elles, pendant que nous parcourons le sentier de la vie ; nous devons planter, semer, de sorte que ceux qui nous suivent puissent recueillir ces fleurs. C'est une image très belle : soyons vraiment des personnes qui suivent le chemin de la Sainte Vierge, afin que les autres puissent en découvrir la beauté et comprendre à quel point cela vaut la peine de la suivre, pour nos enfants et pour les générations futures, car quand nous mourons, nous avons besoin de laisser quelque chose de bon derrière nous. Cela est déjà en train de se produire aujourd'hui.

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

de ne pas vivre.

« Je suis entré en contact avec beaucoup de disciplines New-Age, mais, grâce à DIEU, je ne les ai jamais pratiquées : theta healing, rebirthing, channeling, soka gakkai, reiki et beaucoup d'autres pratiques qui sont basées sur les principes du spiritisme, de l'occultisme et de la magie. Je ne croyais pas à tout cela, mais le seul fait d'avoir connu et étudié ces courants a fait que mon cœur a été contaminé par les fumées toxiques d'un mal obscur qui me disait que le Dieu que je connaissais dans mon enfance et dans mon adolescence était une erreur transmise par une Église manipulatrice et trompeuse. Un jour, une amie qui était à fond dans certaines philosophies pseudo-bouddhistes, me dit carrément que Jésus n'était pas mort sur la Croix... Quelle grande douleur entra dans mon esprit et dans mon cœur !

« Je n'étais pas un bon chrétien, mais Jésus représentait pour moi l'exemple du vrai Amour, qui se donne complètement pour ceux qu'il aime.

« Toutes mes expériences de travail se transformaient rapidement en de grands échecs économiques, au point que je me retrouvai avec plein de dettes, une mauvaise santé et sans la possibilité de changer ma situation.

« Désormais la tentation du suicide était trop forte et trop présente dans ma tête ; je me souviens que je passais des heures à chercher une manière de mourir sans douleur... Je n'étais plus une personne, mais un désastre humain à la merci du désespoir. Mais... Je me souviens que, dans mon enfance, j'avais beaucoup entendu parler des apparitions de la Vierge Marie à Medjugorje et je me rappelais bien que la Sainte Vierge demandait la prière du Rosaire et le jeûne pour avoir la paix du cœur. La paix du cœur ? Était-ce possible pour moi aussi ?

« Je fis des recherches sur internet pour approfondir la chose et, dans un des nombreux sites visités, je trouvai un livre écrit

par une sœur française, sœur Emmanuel Maillard, et intitulé *Délivrances et guérisons par le jeûne*. Je le trouvai très facilement dans une librairie catholique. C'était un mardi, je me souviens très bien. Je dévorai le livre en quelques heures et avec une grande curiosité ! J'avais beaucoup de temps pour organiser mon suicide, alors pourquoi ne pas essayer de jeûner un jour au pain et à l'eau ?

« Je désirais essayer un peu par défi, un peu parce que la curiosité me poussait à vouloir vivre “un jour différent”, même si d'énormes doses d'angoisse et de tristesse étaient toujours dans ma tête.

« Le lendemain, un mercredi (la Sainte Vierge demande précisément de jeûner au pain et à l'eau le mercredi et le vendredi), j'achetai mon beau morceau de pain et je décidai de ne manger que ça quand j'aurai faim et de ne boire que de l'eau lorsque j'aurai soif !

« Je ne me souviens pas des détails précis ni de comment la journée s'est déroulée, je sais seulement que quelque chose de fort avait pénétré en moi : du matin au soir j'eus le cœur complètement léger et libre, je n'étais plus obsédé par l'idée du suicide et toutes les pensées contre la vie commencèrent à me sembler stupides et ridicules. Je n'avais pas prié ni émis des pensées spirituelles, j'avais juste dit à Marie que si cela ne fonctionnait pas, je continuerai à chercher une manière de me tuer. Vers le soir, avant le coucher du soleil, je sortis de chez moi... Le ciel était la chose la plus belle et la plus nouvelle que je pouvais voir. Je ne voulais pas pleurer, car je ne voulais pas “m'autoconditionner” et être déçu par la suite... toutefois je commençai à rire en moi-même : la pensée du suicide me paraissait si stupide qu'elle me faisait rire. Ma vie avait complètement changé en un seul jour ! Il m'a suffi d'obéir à la Sainte Vierge !

« Le jeûne a un immense pouvoir spirituel : comme une lampe illuminant mes ténèbres intérieures, il m'avait montré tous les pièges que Satan avait plantés dans mon esprit et dans mon cœur. Je compris que pendant des années et des années, ce n'était pas moi qui pensais mais c'était le Malin qui me suggérait les pensées contre la vie, contre l'amour, contre la joie et surtout contre JÉSUS, NOTRE MAÎTRE ET SEIGNEUR !

« Le jeûne et le Rosaire fondent la certitude du triomphe du Cœur Immaculé de Marie, d'abord dans notre for intérieur et ensuite autour de nous !

« Le lendemain, le jeudi, j'entrai à l'église et je m'approchai d'un confessionnal ; je fis la queue et lorsque ce fut mon tour, je reçus l'étreinte du Père de Toute Miséricorde ! Cette fois je pouvais pleurer toutes mes larmes de joie, oui... Le chemin a été très beau et en même temps très dur : je devais me laisser éduquer par la Sainte Vierge à une nouvelle vie chrétienne... Petit à petit, avec le temps, je sentis naître en moi le désir de me consacrer au Seigneur et c'est ce que j'ai fait : aujourd'hui je suis un consacré qui vit une petite expérience de monachisme intériorisé, mais je ne suis rien, ou mieux, je suis un "pardonné heureux" comme j'aime me définir. Certains jours sont plus difficiles que d'autres, mais, en essayant de rester humble et obéissant à la Sainte Vierge, on a la joie qui ne vient pas du monde et la grâce d'avancer avec confiance, sachant que nous sommes ses "chers enfants".

« Merci Marie, Reine de la Paix, ma souveraine et Impératrice ! »

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

chemin qui conduit à la paix. Si vous priez et *jeûnez*, vous obtiendrez tous ce que vous demanderez. »

8 novembre : « Priez et *jeûnez*. Tout ce que vous pouvez faire pour moi c'est prier et *jeûner*. C'est tout ce que j'attends de vous. »

17 novembre : « Priez et *jeûnez*. Si je vous répète toujours de prier, ce n'est pas parce que vos prières ne sont pas bonnes, mais parce que je désire vous inviter à prolonger le temps de votre prière quotidienne et à prier plus profondément. »

30 novembre : « J'ai déjà dit plusieurs fois que la paix dans le monde est en danger. Devenez des frères entre vous. Multipliez les prières et les *jeûnes*, afin que le monde soit sauvé. »

14 décembre : « Pour un prêtre qui a abandonné l'Église : priez et *jeûnez*. Ne le forcez pas. Dieu a donné à tout homme une volonté libre. »

1984

19 janvier : « Priez et *jeûnez*, autrement vous ne pouvez rien faire. »

27 janvier : « Priez et *jeûnez*. Je désire que vous approfondissiez sans cesse votre vie de prière. Chaque matin, faites les prières de consécration aux Sacrés Cœurs de Jésus et de Marie. Faites-le en famille. Tous les jours récitez l'Angélus, le *Credo*, cinq *Pater*, *Ave* et *Gloria* en l'honneur de la Passion de Jésus, un sixième pour notre Saint-Père, le Pape, et un septième pour l'effusion du Saint-Esprit sur vous. Si c'est possible, priez aussi le chapelet. »

10 février : « Priez et *jeûnez*. Je désire que vous soyez humbles, mais vous ne pouvez le devenir qu'à travers le *jeûne* et la prière. »

13 février : « *Jeûnez* et priez. Donnez-moi vos cœurs. Je désire les renouveler. Je désire qu'ils soient purs. »

26 février : « Priez et *jeûnez*. Sachez que je vous aime et que je vous tiens tous sur mes genoux. »

5 mars : « Priez et *jeûnez*. Demandez à l'Esprit Saint de renouveler vos âmes et de renouveler le monde entier. »

22 mars : « Hier je vous ai dit que la première partie de mon plan s'est réalisée. À présent, tournez-vous vers la deuxième partie, en *jeûnant* et en priant, afin qu'elle puisse se réaliser aussi. »

24 avril : « Trop de gens, après avoir commencé à prier et à *jeûner*, à se convertir et à faire pénitence ici à Medjugorje, une fois rentrés chez eux, oublient vite leurs engagements et reprennent leurs mauvaises habitudes. »

30 mai : « Les prêtres devraient rendre visite aux familles, plus particulièrement à celles qui ne pratiquent plus la foi et qui ont oublié Dieu. Ils devraient porter l'Évangile de Jésus au peuple et lui enseigner à prier. Les prêtres devraient eux-mêmes prier davantage et *jeûner* aussi. Ils devraient donner aux pauvres ce dont ils n'ont pas besoin. »

31 mai : « *Jeûnez*. Le *jeûne* est très important pour la vie spirituelle. Pendant ces derniers 25 ans, le *jeûne* a été oublié au sein de l'Église catholique. »

1^{er} août : « Le 5 août prochain, célébrez le deuxième millénaire de ma naissance. En ce jour-là, Dieu me permet de vous donner des grâces particulières et de donner au monde une bénédiction spéciale. Je vous demande de vous préparer intensément pendant trois jours que vous ne consacrerez qu'à moi. Ne travaillez pas ces jours-là, mais prenez votre chapelet et priez. *Jeûnez* au pain

et à l'eau. À travers les siècles j'ai consacré toute ma vie à vous. Est-ce trop pour vous de consacrer trois jours pour moi ? »

5 août : « Chers enfants, aujourd'hui je suis heureuse, très heureuse. Jamais de ma vie je n'ai pleuré de douleur comme ce soir je pleure de joie. »

En 1984, au groupe de prière de Jelena Vasilj :

14 mars : « Priez et *jeûnez* afin que le Royaume de Dieu vienne au milieu de vous. Que mon Fils vous enflamme du feu de l'Esprit Saint. »

9 juin : « Mes chers enfants, Jésus désire réaliser de grandes œuvres à travers vous. Mais la porte de votre cœur est rouillée et ne s'ouvre plus. Enfoncez la vieille porte et, par votre conversion, bâtissez-en une nouvelle. Alors Jésus entrera dans vos cœurs. Vous ne pourrez faire cela que par la prière et le *jeûne*. »

28 juin : « Continuez à prier pour vos ennemis ! Que dans vos cœurs il n'y ait aucune trace d'amertume, de colère ou de condamnation. Priez et *jeûnez* pour vos ennemis. »

26 juillet : « Priez davantage et faites plus de sacrifices. Je donne des grâces spéciales à ceux qui prient, *jeûnent* et ouvrent leur cœur. Faites une bonne confession et participez activement à l'Eucharistie. »

12 octobre : « Priez et *jeûnez* ! Je désire imprimer dans tous les cœurs le signe de l'amour. »

1985

26 septembre : « Chers enfants, merci pour toutes vos prières. Merci pour tous vos sacrifices. Je veux vous dire, chers enfants, vivez les messages que je vous donne. En particulier, vivez le *jeûne*, car par lui vous pourrez me faire la joie de voir se réaliser

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

lui, en échange, vous donnera la paix divine. Vous la porterez à tous ceux que vous rencontrerez. Vous témoignerez de l'amour de Dieu par votre vie, et par vous-mêmes, vous donnerez mon Fils. À travers la réconciliation, le *jeûne* et la prière, je vous guiderai. Mon amour est incommensurable. N'ayez pas peur ! »

2 février, apparition à Mirjana : « Chers enfants, priez pour vos bergers afin qu'à travers votre *jeûne* et votre prière, ils puissent vous guider dans l'amour. Je vous remercie ! »

2 mars, apparition à Marijana : « Chers enfants, je vous invite à nouveau de façon maternelle : ne soyez pas durs de cœur, ne fermez pas vos yeux sur les avertissements que le Père céleste vous envoie par amour. L'aimez-vous par-dessus tout ? Est-ce que vous vous repentez d'avoir souvent oublié le Père céleste ? Par son grand amour, il a envoyé son Fils pour nous racheter par sa Croix. Est-ce que vous vous repentez de n'avoir pas encore accueilli le message ? Mes enfants, ne résistez pas à l'amour de mon Fils, ne résistez pas à l'espérance et à la paix ! Avec votre prière et votre *jeûne*, par sa Croix, mon Fils chassera les ténèbres qui veulent vous entourer et régner sur vous. Il vous donnera la force d'une vie nouvelle. En la vivant selon mon Fils, vous serez bénédiction et espérance pour tous ces pécheurs qui errent dans les ténèbres du péché. Mes enfants, veillez ! Moi, comme Mère, je veille avec vous. »

2 mai, apparition à Mirjana : « Chers enfants, lorsque vous tombez sous le poids de la croix, ne désespérez pas, ne jugez pas, mais rappelez-vous que vous êtes aimés, et louez le Père céleste pour son amour. Mes enfants, ne déviez pas du chemin sur lequel je vous conduis ! Ne prenez pas imprudemment la voie de la perdition ! Que la prière et le *jeûne* vous fortifient, afin que vous puissiez vivre comme le Père céleste le désire ; afin de pouvoir être mes apôtres de la foi et de l'amour ; pour

que votre vie bénisse ceux que vous rencontrez ; pour que vous soyez UN avec le Père céleste et avec mon Fils. »

2 juin, apparition à Mirjana : « Chers enfants, je connais vos douleurs, vos souffrances et vos difficultés, mais en mon Fils vous vous reposerez. En lui vous trouverez la Paix et le salut. Mes enfants, n'oubliez pas que mon Fils vous a rachetés par sa Croix, et il vous a donné la possibilité d'être à nouveau enfants de Dieu, de pouvoir appeler à nouveau le Père céleste "Père". Pour être dignes du Père, aimez et pardonnez, car votre Père est amour et pardon. Priez et *jeûnez* car cela est le chemin vers votre purification, cela est le chemin pour faire connaissance et connaître le Père céleste. Lorsque vous connaîtrez le Père, vous comprendrez qu'il est votre unique nécessaire. »

2 juillet, apparition à Mirjana : « Chers enfants, je désire vous guider vers la liberté des promesses de mon Fils, car je désire que s'accomplisse ici la volonté de Dieu dans sa plénitude ; et que par la réconciliation avec le Père céleste, par le *jeûne* et la prière, naissent des apôtres de l'amour de Dieu, apôtres qui, librement et avec amour, répandront l'amour de Dieu sur tous mes enfants, apôtres qui répandront l'amour de confiance envers le Père céleste et qui continueront à ouvrir la porte du Ciel. »

2 septembre, apparition à Mirjana : « Chers enfants, Je vous aime tous. Vous tous, tous mes enfants ! Vous êtes tous dans mon cœur. J'ai besoin d'apôtres humbles qui, d'un cœur ouvert, acceptent la Parole de Dieu et aident les autres à comprendre le sens de leur vie à l'aide de la Parole de Dieu. Afin d'en être capables, mes enfants, vous devez, à travers la prière et le *jeûne*, apprendre à écouter avec le cœur et apprendre à vous soumettre. Vous devez apprendre à rejeter tout ce qui vous éloigne de la

Parole de Dieu et aspirer seulement à ce qui vous en rapproche. N'ayez pas peur ! Je suis là. Vous n'êtes pas seuls. »

2 décembre, message à Mirjana : « Chers enfants, avec un amour maternel et une patience maternelle, je regarde votre errance continuelle et votre égarement. C'est pour cela que je suis avec vous. Je désire vous aider d'abord à vous trouver et à vous connaître vous-mêmes afin qu'ensuite vous puissiez découvrir et reconnaître tout ce qui ne vous permet pas de connaître sincèrement et de tout votre cœur l'amour du Père céleste. Mes enfants, on apprend à connaître le Père par la croix. C'est pourquoi, ne rejetez pas la croix. Avec mon aide, essayez de la saisir et de l'accueillir. Lorsque vous serez en mesure d'accepter la croix, vous comprendrez aussi l'amour du Père céleste, vous cheminerez avec mon Fils et avec moi. Vous vous distinguerez de ceux qui n'ont pas connu l'amour du Père céleste, qui l'écoutent mais ne le comprennent pas, qui ne cheminent pas avec lui, qui ne l'ont pas connu. Je désire que vous connaissiez la vérité de mon Fils et que vous soyez pour moi des apôtres, qu'en tant que fils de Dieu, vous vous éleviez au-dessus de la pensée humaine et qu'en toutes choses vous recherchiez toujours à nouveau la pensée de Dieu. Mes enfants, priez et *jeûnez* pour pouvoir comprendre tout ce que j'attends de vous. Priez pour vos bergers et aspirez, en communion avec eux, à connaître l'amour du Père céleste. Je vous remercie. »

2014

2 février, apparition à Mirjana : « Chers enfants, je désire que, par le *jeûne* et la prière, vous obteniez du Père céleste la connaissance de ce qui est naturel et saint, divin. Remplis de connaissance, sous la protection de mon Fils et de moi-même, vous serez mes apôtres qui sauront propager la Parole de Dieu à

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

TABLE DES MATIÈRES

Introduction

1. Vous plongez ?
2. Deux jours sur sept
3. Le corps
4. Préparer les grandes œuvres de Dieu
5. La protection
6. La purification du mal
7. Le jeûne est puissant
8. Un champ de bataille
9. Consommateurs ou donateurs ?
10. Face à des chemins désastreux, quelle solution ?
11. Les suggestions de Satan
12. Jusqu'au bout du plan
13. Le Purgatoire
14. Des guérisons à saisir
15. Le jeûne des enfants
16. Suspendre les lois de la nature
17. Satan ne fait pas de cadeaux
18. Jésus brise nos liens
19. Questions pratiques

20. Interview de Milona Von Habsbourg
21. Témoignages
22. Les saints nous disent
23. Prière du soir précédant le jeûne
24. Les messages de la Sainte Vierge sur le jeûne
25. Recettes

*« Quel est donc le jeûne qui me plaît, dit le Seigneur ?
N'est-ce pas faire tomber les chaînes injustes,
déliar les attaches du joug,
rendre la liberté aux opprimés, briser tous les jougs ?
N'est-ce pas partager ton pain avec celui qui a faim,
recueillir chez toi le malheureux sans abri,
couvrir celui qui tu verras nu,
ne pas te dérober à ton semblable ?
Alors ta lumière jaillira comme l'aurore,
et tes forces reviendront rapidement.
Ta justice marchera devant toi,
et la gloire du Seigneur t'accompagnera.
Alors, si tu appelles, le Seigneur répondra ;
si tu cries, il dira : "Me voici". »*

Isaïe 58, 1-9

Ce livre vous a plu,
vous pouvez, sur notre site internet :
donner votre avis
vous inscrire pour recevoir notre lettre mensuelle d'information
consulter notre catalogue complet,
la présentation des auteurs,
la revue de presse, le programme des conférences
et événements à venir
ou encore feuilleter des extraits de livres :
www.editions-beatitudes.fr

Composition et mise en pages réalisées par
EDL - 28200 - Châteaudun
Décembre 2019