

Jeûner par conviction. L'expérience d'un groupe lausannois



Par Martin Hoegger.

« La foi de l'un lui permet de manger de tout, tandis que l'autre, par faiblesse, ne mange que des légumes. Que celui qui mange ne méprise pas celui qui ne mange pas et que celui qui ne mange pas ne juge pas celui qui mange, car Dieu l'a accueilli ».

Ce texte de la lettre aux Romains (14,2-3) a été choisi par Anne-Michel Stern, coordonatrice romande des [semaines de jeûne en carême](#), pour la 10^e année de cette expérience originale.

Saint Loup, 24 mars 2011. Le groupe des jeûneurs à la fin du chemin de prière.

Il invite à une démarche de conviction, de liberté, de non-jugement et de fraternité dans le jeûne. Tous les ingrédients de ce « jeûne que Dieu préfère », dont parle le prophète. (Esaïe 58)

Le groupe de la région de la Mèbre, dans l'ouest lausannois avait pris les devants, puisqu'il a été créé en l'an 2000, sous l'impulsion d'*Harri Wettstein*, promoteur de cette manière originale de vivre une semaine privilégiée, dans la préparation de Pâques.^[1] Cette année, 18 personnes y participent, de diverses provenances spirituelles. Quelques unes se retrouveront encore en automne, autour du Jeûne fédéral, pour un deuxième temps de jeûne, plus court cette fois.

Monique y participe pour la première fois et s'émerveille : « Nous avons eu le bonheur de pouvoir suivre ce jeûne en famille. Plus de soucis d'achats, de repas à préparer, donc du temps béni pour nous retrouver avec des amis pour prier, chanter, partager, lire la Parole et nous balader... ». Quelques jeûneurs ont déjà une longue expérience, mais « à chaque fois, c'est une nouvelle aventure. Un jeûne ne ressemble jamais à celui de l'année précédente. C'est une démarche qui n'est pas acquise à l'avance et qui demande toujours un effort », confie Françoise, une des responsables.

Pour les débutants, plusieurs obstacles sont à surmonter : l'incompréhension dans l'entourage et des fausses idées sur le jeûne : « La première fois qu'un ami m'a dit qu'il jeûnait pendant une semaine, je n'ai pas voulu le croire et je lui ai dit tout de go : tu es complètement fou ! Mais après quelques explications, je me suis lancée dans cette expérience, qui je l'avoue m'a surprise en bien ! J'ai réalisé l'importance de vivre ce jeûne communautairement et d'avoir ainsi le soutien de toute l'équipe », se souvient Chantal.

Pour Alexandre également, l'expérience de partage dans le groupe fut déterminante : « ce qui m'a particulièrement parlé lors de cette « restriction » sur le « nécessaire », c'est finalement de me rendre compte de notre capacité à partager, notamment à communier, en partageant le manger et le boire ».

Jeûner dans une situation de crise

Le jeûne de cette année a eu un aspect interreligieux, puisqu'il a commencé à la veille de la fête juive de *Pourim*. Or cette fête, très populaire dans le judaïsme, est précédée par un jour de jeûne. Elle commémore l'épreuve que le peuple juif avait dû subir lorsqu'au 4^e siècle avant notre ère, durant sa déportation en Perse, on a tenté de l'exterminer.

Jeûner dans une situation de crise, c'est une des significations du jeûne biblique, qui a été approfondie durant cette semaine. Ces crises, le peuple de Dieu en traverse régulièrement. Le jeûne intensifie la prière et la solidarité. Jésus, dans l'Évangile, nous y invite : « *Ce n'est que par le jeûne et la prière que cet enfant sera guéri* ». Des situations de crise, il n'en manquait pas, cette année, pour nourrir notre intercession : le Japon, suite au tsunami, la guerre en Libye et les autres pays arabes, autant de marmites à pression sur le point d'exploser. Les mineurs du Congo, effroyablement exploités ont également habité notre prière. Le don à PPP à la fin de la semaine leur était destiné. Il correspond, en gros, à une semaine de nourriture dont nous nous sommes privés.

Mais il y a aussi nos crises personnelles. Certains traversent un temps de remise en question, d'incertitude ou de stress professionnel, de souci pour un parent, un enfant. C'est une grâce du jeûne, de pouvoir baisser le rythme de notre vie, prendre des temps de réflexion, de partage, de prière personnelle ou commune. Certains ont pris congé durant cette semaine, alors que d'autres continuaient leur travail. Ainsi Claude : « ce jeûne a représenté pour moi un temps de repos du corps et de l'esprit...on devient plus perméable et plus accessible à Dieu ».

Une chose essentielle est de beaucoup marcher chaque jour. A deux reprises le groupe s'est retrouvé sur des sentiers forestiers. D'abord pour une promenade sur le *parcours du Chemin de S. Jacques de Compostelle* depuis la Clochette jusqu'à la cathédrale de Lausanne. Le jeûne est une sorte de pèlerinage, avec ses hauts et ses bas, ses vallées obscures et ses oasis. Puis sur le *chemin de prière de Saint Loup*, avec un approfondissement des demandes du Notre Père. La prière autour de la croix et le chant du Magnificat dans la petite – et futuriste – chapelle en bois, ont été deux moments inoubliables.

« *Mon âme loue la grandeur du Seigneur* ». Le meilleur fruit de ce jeûne est d'avoir fait grandir sa présence en nous et entre nous, susciter davantage de paix et d'unité. Imaginez la révolution si toute la Suisse se mettait à vivre un jeûne d'une semaine ! Ces groupes de jeûneurs (une quarantaine en Suisse romande) sont un levain dans la pâte.

[1] Harri Wettstein, *Le jeûne pour la vie. Un guide spirituel pour le jeûne chrétien de longue durée*, Saint-Maurice, Saint-Augustin, 1999