



## LE JEÛNE BIBLIQUE

**Préambule :**

À tous les lecteurs de Pleins Feux sur l'Heure Juste,

Je suis heureux de vous présenter aujourd'hui cet article sur le jeûne pour double raisons !

La première étant une raison d'obéissance spirituelle qui vous est très bien présentée par Henri Viaud Murat. Nous vous conseillons de prendre au sérieux l'option jeûne comme moyen puissant d'intervention des grâces divines offertes à l'esprit déterminé !

La deuxième raison consiste à comprendre et utiliser le jeûne comme moyen de remédier à des problèmes de santé coriaces qui ne semblent pas répondre à des méthodes conventionnelles.

Le jeûne s'est montré des plus efficaces dans un grand nombre de maladies physiques causées par l'intoxication graduelle de l'organisme, allant des allergies jusqu'au problèmes cardio-

vasculaires causés par dépôts calcaires ou autres dans les artères du corps ! La liste des problèmes de santé qui trouvent guérison par le jeûne périodique ou situationnel est longue et ne peut être toute énumérée.

Les bibliothèques municipales possèdent en général des livres sur le jeûne et ses effets régénérateurs sur l'organisme. L'ouvrage exhaustif du Dr Herbert Shelton est certainement des plus recommandé. J'inclus un sommaire du travail de l'organisme humain ou animal en période de jeûne.

Les longs jeûnes de 10 à 30 jours devraient se faire en milieu surveillé par des hygiénistes réputés.

La description ci-dessous en est une faible ébauche mais non moins réelle !

Notre corps est une merveille de Dieu et possède en lui-même des mécanismes d'auto-guérison qui sont peu exploités de nos jours car nous nous sommes éloignés de ce qui est convenu d'appeler « La Santé Naturelle » pour y substituer des interventions artificielles qui ont amené notre civilisation vers le cancer et les maladies dégénératives dans des proportions démesurées aux coûts exorbitants !

L'approche médicale telle qu'elle est présentée aujourd'hui fait l'objet de sévères critiques des connaisseurs et n'offre que très peu ou pas d'alternative à la chronicité, ne prenant en considération l'étiologie de la maladie, se contentant d'en réduire les symptômes par des médicaments ou vaccins démontrés dangereux et inefficaces !

On ne peut prendre sa santé en main si on ne connaît pas de quoi cette dernière est composée. Il y a bien sûr plus d'un élément à considérer devant les problèmes de santé physique, mais le jeûne

est l'un de ces moyens les plus efficaces et avant tout, sans effets secondaires car 100% naturel !

Je vous invite à observer vos animaux domestiques qui en situations de maladies, s'abstiennent de toute nourriture jusqu'à ce que l'organisme leur dicte par instinct, le temps du retour à la nutrition !!

Je vous signalerai aussi que l'obéissance à Dieu s'inscrit aussi dans le respect des mécanismes de nos corps dont Il est également l'Auteur.

Dr Pierre J. Gilbert

## LA SANTÉ PAR LE JEÛNE

Le jeûne est une approche naturelle, scientifique, biologique et rationnelle aux problèmes de santé. L'homme est né pour vivre plus d'un siècle, et cela, en santé. Le mésusage ou l'ignorance des lois de l'existence l'amène progressivement vers un état réactif de son corps qu'on appelle, la maladie.

Au cours des siècles les grands prêtres comme les sorciers, les médecins comme les charlatans ont considéré la maladie comme une entité vivante venant de l'extérieur, une punition des dieux, une réduction sélective, une attaque microbienne ou virale. Les maladies ne s'attrapent pas, mais se développent. La maladie n'est rien d'autre qu'un effort de l'organisme essayant de s'adapter et de contrôler le milieu biologique dérégulé par une désobéissance de longue échéance aux lois naturelles. La connaissance et le respect de ces lois sont les seules garanties valables à une santé naturelle et durable.

La microbiologie moderne a démontré depuis longtemps l'inefficacité de l'arsenal médicamenteux et bactéricide à contrôler

la maladie, car les microbes ne sont pas cause, mais conséquence, effet. Ce qui est important, nous enseigne la physiologie, c'est le terrain ou le milieu. Tout effort qui se veut efficace, doit se fournir au niveau de ce milieu, sous la vigilance assidue des priorités hygiéniques.

La présence dans le sang et les tissus de substances inutilisables qui étouffent le fonctionnement normal des cellules est la cause première des maladies soi-disant incurables. On appelle ces substances « toxines ». La toxémie est l'empoisonnement du sang par ces substances dont les principales sont :

- a) l'urée
- b) l'acide urique
- c) le chlorure de sodium
- d) le phosphate
- e) l'ammoniaque, etc.

L'épuration de l'organisme de ces substances indésirables se fait pendant une période de repos physiologique qu'on appelle le jeûne. Depuis des siècles la science connaît les jeûnes prolongés des animaux malades. Les contre-indications au jeûne sont si minimes qu'elles sont négligeables, le jeûne est indiqué aux deux sexes et à tous les âges. Le jeûne est moins difficile à supporter que le sont les problèmes de santé avec lesquels vit le jeûneur.

Après 2 ou 3 jours, la faim disparaît pour faire place à la consommation des réserves d'excès, les dépôts calcaires, le cholestérol de surplus etc. etc. La langue se charge d'un mucus blanc, l'odeur devient fétide, les urines jaunes foncées ou brunes; en même temps se fait la vidange cellulaire, le déblocage neuro-vasculaire, le ménage de la lymphe, la disparition des douleurs,

l'équilibre sanguin, la résorptions des tumeurs ou pierre. Le retour de la faim accompagné de l'éclaircissement de la peau, la brillance des yeux. Le nettoyage complet de la langue, sont les indices certains que la période de renutrition alimentaire est arrivée. La durée d'un jeûne est variable selon chaque jeûneur !

Les conditions les plus fréquemment traitées par le jeûne sont les suivantes :

l'arthrite, le rhumatisme, la bronchite, l'asthme, l'insuffisance cardio-vasculaire, les hépatites, les gastrites, la cholestérolémie, la néphrite, l'anémie, la sclérodermie, la migraine, les névralgies, les excroissances telles que les pierres, tumeurs, dépôts de sel, etc., les problèmes de peau tels : l'eczéma, le psoriasis, l'acné et autres, les problèmes métaboliques, glandulaires, l'obésité, la constipation, la diarrhée, le diabète fonctionnel, les ulcères gastro-intestinaux, certaines formations cancéreuses primaires et bon nombre d'autres non-mentionnées.