ASCÈSE

K (Katia) 2017 09 13
Ô oui ! Tu as encore beaucoup de défauts à corriger ! Je te les ferai voir. Si tu savais combien nous pleurons sur nos manquements, mais aussi quelle est notre joie d'y travailler sans relâche pour devenir meilleurs et veilleurs de vous, pour vous soulever à nous. Prie, ta foi est grande, mais tu t'es distraite un peu du chemin.

K 17 09 26
[Christine] Dans le silence de la terre, je t'écoute… mais j'ai besoin d'un peu de repos, le temps, si tu le veux, de prendre un potage pour me réchauffer. Mon âme exulte, mon esprit est dans la joie de Celui qui m'a créée.
[K] Ne t'alourdis pas trop, ton esprit a besoin de légèreté. Le jeûne n'est pas pour le corps, mais pour permettre à l'esprit de s'élever. Car tout ce qui porte du poids abaisse et tout ce qui est légèreté transcende ! Mais tu as besoin de te ressourcer !

K 17 10 19
Le jeûne, c'est en premier celui de l'esprit qui agit aussi sur le corps ; et lorsque le corps se muscle dans une volonté ferme de se maintenir, alors l'esprit est renforcé. Travaillez le jeûne du corps et vous fortifiez l'esprit. Fortifiez l'esprit et le jeûne du corps devient facile. Les deux sont interpénétrés pour aller vers le trois qui est votre essence en Dieu. Dieu créa l'homme à Son image et à Sa ressemblance et si Dieu est Trinité, vous aussi.
Maîtrisez l'esprit et vous maîtrisez la chair ; fortifiez la chair par le jeûne et vous fortifierez l'esprit dans le devenir qui vous attend, devenir dans les sphères terrestres puis célestes et au-delà.
Le travail n'est pas de s'adonner à tous les plaisirs que procurent le monde et la chair, mais bien de fortifier l'esprit pour qu'en retour il sanctifie la chair qui, devenue sanctifiée, élèvera l'esprit. L'esprit libre, libéré des entraves du poids de la chair, trouvera plus facilement l'envol pour être disponible pour le Très-Haut et faire Sa Volonté.

K 17 11 05
Prends le temps de te nourrir mais prends le temps de m'écouter. Quel est le plus important ?
[Ch] Toi ! Mais j'ai faim !
[K] Retire le «mais» car c'est l'ascèse qu'il faut travailler, en toute chose, en tout temps, en toute heure des jours aussi bien que des nuits. Le vent n'attend pas, la Parole n'attend pas car Lui est au-dessus de tout. Il est le Tout. La liberté, oui, vous l'avez, libre choix de chacun - que nous gardons ici aussi - mais combien vous fait-elle basculer aussi dans vos choix ! Et quel amour de Dieu-Père qui connaît vos travers et vos erreurs et qui, malgré vos désobéissances et vos chemins de traverse, vient toujours vous sauver et vous reprendre contre Son Cœur !
Je te parlais de l'ascèse. Oui, l'ascèse en toute chose et tout lieu, en tout instant. Mon insistance t'interpelle ? Tu as faim, tu manges, tu te nourris - ce que tu fais d'ailleurs en ce moment. Il ne faut jamais être complètement rassasiés, la matière alourdit l'esprit qui a besoin de se ressourcer dans le Père pour faire aussi vivre la matière, donc le corps.

L'esprit vivifie, la matière quant à elle a tendance à se laisser porter. La matière est fainéante, plus attirée par ses appétits que par toute autre chose. Elle s'est en quelque sorte un peu dissociée de l'esprit, c'est pourquoi il y a tant de maladies, quoique le sujet de la maladie soit bien vaste et compliqué. La matière aime s'attacher à elle-même. Elle aime bombance et redondance à un point tel de vos jours - et cela va s'amplifier - qu'elle va dépasser toutes les permissivités si, d'en-Haut, rien n'est fait pour empêcher cette fulgurante descente des hommes vers les miasmes les plus profonds. Si vous voyiez sous quels monceaux d'ordures vous êtes étouffés, vous en succomberiez d'effroi !
La permissivité dans tous les domaines est votre mort certaine. Aussi est-il temps, dans les temps d'aujourd'hui, de retrouver l'intériorité et de rentrer en soi comme le fait l'escargot dans sa coquille. Fini donc les grands éclats de fêtes inutiles et souvent désordonnées !
Repentance par l'esprit, repentance dans l'Esprit, car la Lumière qui descend vous fera voir plus que vos miasmes et désordres intérieurs, à savoir toute la multitude de démons des airs, des enfers et ceux des hommes qui vous côtoient et que vous côtoyez. Vous serez effrayés de voir la noirceur en chacun et en vous-mêmes.
Ne craignez ni de pleurer, ni de hurler, ni d'avouer vos propres chutes. Il faut que tout, absolument tout, soit lavé et purifié. On n'entre pas dans le Royaume de la pureté sans passer par la purification du corps et de l'âme. Voici que le temps vient. Et il faudra à chacun et à chacune beaucoup d'ascèse pour parvenir à la blancheur, non à la transparence ou à la lumière, mais simplement à la blancheur, toute simple et sans éclat.
Le Père a donné à l'homme des maisons, un toit pour s'abriter des intempéries, mais celui-ci en a fait des cocons luxueux pour assurer le plaisir de sa chair. L'esprit et l'âme ont été oubliés, choses désuètes mises au rebus bien vite, tout cela est dépassé ! Comme ils vont souffrir tous ces hommes et ces femmes qui ont mis sous le boisseau la lumière de leur vie et ont laissé la matière s'emparer d'eux-mêmes !
Je reviens à l'ascèse. Vous allez devoir, vous les derniers priants, entrer plus profondément encore dans la méditation, l'ascèse, l'oraison, la contemplation. Que votre amour soit la force de tous ceux qui sur terre sont encore loin du Seigneur, car un grand nombre d'entre vous sont dans l'apostasie. Ce n'est pas un jugement, c'est ce que nous voyons. Il n'appartient qu'au Père de porter un jugement et, lorsque vous Le voyez, il y a tant d'amour en Lui, une telle fontaine de miséricorde, que c'est l'homme à genoux qui, lui-même demande et redemande encore un jugement ! Vous êtes encore bien loin de comprendre cela. Quand je te parle d'ascèse, c'est pour te dire que nuit et jour, il faut veiller, veiller pour ne pas entrer en la moindre tentation, la moindre !
Mais que faites-vous de l'esprit ? Demandez à votre Père ce qui vous convient le mieux et Lui qui sait tout, sait parfaitement ce dont vous avez besoin[1]. Vos besoins sont souvent des leurres parce que la matière passe en premier. Je ne dis pas que vous n'avez pas des besoins, il y en a, je le sais bien, mais ils dépassent de beaucoup vos réels besoins et c'est en cela qu'il vous faut être vigilants et attentifs.
Cette exigence vous aidera pour commencer une ascèse, petite au départ, puis de plus en plus rigoureuse pour vous permettre de voir la Lumière de Dieu en vous-mêmes. Oh, au début vous ne verrez rien puis vous apercevrez comme un petit

1) Cf. [**Mt 6**, 8]

point de lumière qui ira en grandissant et qui brûlera en vous tout ce qui est mauvais, jusqu'à la moindre et dernière scorie qui disparaîtra totalement ! Quelle transformation ! Comme l'homme sera beau ! Il aura retrouvé la splendeur du début de la Création !
L'ascèse, commencez-la dès ici-bas, dès maintenant, non demain, tout de suite. Pourquoi ? Lorsque vous aurez engrangé l'ascèse en vous, vous serez à même d'en nourrir vos frères et vos sœurs qui n'y arrivent pas. Il faut être proche de celui dont le pas est faible et incertain et l'aider à se soulever, à se sauver. Vient le temps de la splendeur mais, auparavant, il faudra traverser les eaux et les ravins. Les eaux seront tempétueuses et les ravins profonds, et il devra y avoir entre vous une entente et une force sans faille pour ne pas entrer en tentation de désespoir et d'anéantissement.
Seul l'apprentissage de l'ascèse en vous dès maintenant (faim, soif, froid, chaud…) et les veilles dans le Cœur de Dieu, dans la prière profonde du cœur qui monte vers Lui, élèveront vos corps et vos âmes en Celui qui vous attend. Les démons, les rôdeurs malfaisants et puissants - cependant bien moins puissants que Dieu en vous - ne pourront rien contre vous. Il vous faut commencer votre ascension dès la Terre où vous êtes encore, pour montrer la puissance de Dieu en vous et parce que l'homme vainqueur est celui qui se remet en son Créateur, le nôtre aussi.

K 18 02 07
Tu veux dormir et je désire te parler, ton âme a soif mais ton être de chair vacille. Je sais que tu fais beaucoup déjà mais je sais aussi que tu peux faire encore plus et c'est ce qu'il t'est demandé. As-tu faim ? Nourris-toi de Lui. As-tu soif ? Abreuve-toi en Lui. Le sommeil te prend-t-il ? Abandonne-toi en Lui.

MA (Mère Annie) 18 04 12
La montée sur le chemin est toujours rude mais l'illumination est si sublime qu'elle mérite de chacun sa part de croix et de souffrance !

K 18 06 03
Accepte de ne rien savoir, de ne rien voir, de ne rien entendre, de ne rien sentir ; accepte la mortification des sens, la souffrance du corps et l'abandon de l'âme dans le silence. C'est dans le dénuement le plus total que s'élève le cri le plus magnifique, le plus lumineux, le plus subtil qui rejoint dans l'abandon le pistil du Cœur de Père, du Cœur de Christ, dans son intimité la plus profonde, la plus intérieure.

J (le Seigneur) 18 06 20
La facilité ne vous donnera aucun réconfort ni confort, car celui que vous vivez est anéantissement de vous-mêmes. C'est dans la lutte que l'homme trouve sa vigueur. Jacob n'a-t-il pas lutté toute une nuit avec l'ange pour obtenir ce qu'il souhaitait[2] ?
Le Ciel ne s'achète pas mais il se gagne ! Le Ciel appelle l'amour et l'amour demande des efforts, l'amour est don gratuit. Saurez-vous encore vous donner, serez-vous encore capables de don ? Allons, Mes enfants, éveillez-vous, réveillez-vous ! Il est temps de vous nourrir de Moi et d'oublier le passé de vos plaisirs superflus, fades et sans lendemain.

2) Cf. [**Gn 32**, 25-29]

J 18 07 07
La voie du silence, la voie monastique, est la voie du mystère vers la découverte. Suivez-Moi et vous vivrez. De sang et d'eau votre cœur sera inondé. Dans la prière du silence, prière intérieure du recueillement, le chemin vous sera montré et les portes une à une s'ouvriront pour vous vers le Ciel de Gloire ; mais c'est une vie d'ascétisme et de prière, si peu, si peu la suivent et se nourrissent de Moi.
Vois les paysages dévastés par l'homme inconscient et avide d'avoirs. La Terre vous est donnée en héritage, vous en êtes les laboureurs et, cependant, vous voulez être moissonneurs. Labourez votre champ, c'est à dire vous-mêmes et donnez à votre Père la moisson afin qu'Il la multiplie au centuple, afin de faire de chacun de vous un épi de blé aux grains d'or pur qui incendieront le Ciel de nectar de miel.
Travaillez sans relâche et vous trouverez la joie dans le labeur continu qui nourrira vos âmes. Le corps a besoin d'ascèse pour que l'âme resplendisse.

J 19 01 17
Revenez, enfants, Ma maison est toujours ouverte et Je vous y attends. Un festin de viandes grasses et de morceaux succulents[3] vous attend pour vous nourrir. J'attends, oui, J'attends le jeûne de vos désirs et de vos plaisirs sans vie qui vous mènent à la perdition.

J 19 03 02
Pratiquez le jeûne, la prière et le renoncement et il vous sera plus facile de vous détacher de vous-mêmes et de vous offrir pour les autres. Le don de soi est la clé du Royaume.

K 19 07 30
Il arrivera un temps où le pain manquera et l'eau se fera rare. Il faudra apprendre à maîtriser le corps, et l'âme dans le grand feu de la bataille devra prendre des forces dans le silence et le recueillement. Jamais ne vous contentez de peu car la lutte ardue ira en s'amplifiant.

M (Marie) 20 01 03
Mon voile est blanc, vous aussi mettez le voile : sur vos yeux, pour ne pas entacher la pupille, sur vos lèvres, pour qu'elles ne parjurent ni ne jurent, sur vos oreilles, pour qu'elles ne goûtent pas aux insanités du monde, sur votre cœur, pour le protéger des griffures des assassins.

K 20 02 14
Le travail est fastidieux, il faut constamment retourner la terre afin d'en ôter les semences qui sont d'ivraie, car les mauvais penchants ont toujours mauvaises racines et les racines, à l'abri de la lumière, se divisent et foisonnent. Il faut patiemment, comme le fait le jardinier, labourer le champ de notre terre afin d'en extraire toute l'ivraie et d'y laisser entrer la pureté. Travail sur soi et travail en soi pour venir à Lui, telle une petite lampe allumée qui brille alors dans le ciel étoilé que sont les mille lumières des hommes de l'envol.
Tout ce qui est mauvais appesantit, tout ce qui est bon allège. Débarrasse-toi, débarrassez-vous des poisons du Corbeau qui engluent vos ailes et font sombrer vos âmes dans les souterrains-tueurs !

---

3) Cf. [**Is 25**, 6]

Travaillez, travaillez sans relâche à devenir bons, à devenir des veilleurs ! Courage, soyez fermes ! Prenez le vêtement de la pénitence joyeuse et entrez dans les parvis de la joie qui vous y attend.
Défrichez le cœur de pierre, labourez les terres incultes, il est temps de rafraîchir vos demeures et de les préparer pour la venue de l'Aimé. Qu'attendez-vous ? Allez donc au labeur la joie au cœur !

J 20 05 03
Travaillez sans relâche à ôter les mauvaises herbes de vos cœurs et, lorsque vous verrez votre terre aplanie, quelle joie éprouverez-vous alors !

J 20 05 10
Il est demandé à chacun d'entrer en sa demeure et de la dépoussiérer jusque dans les plus infimes profondeurs de ses noirceurs et de ses beautés. Que chacun prenne conscience de ce qu'il véhicule car, pour vivre en Dieu en toute conscience, il faut devenir maître de son propre véhicule mais un maître conscient et abandonné au Divin Maître. Être maître, c'est être responsable, diriger sa demeure dans la dignité et faire avancer et grandir son âme dans la ferveur de son Dieu : Moi, votre Père, qui suis Maître et Créateur de tout ce qui vit.

J 20 06 02
Tu trouveras le chemin dans la voie du silence et la solitude sera ta force. Il faut toujours des temps de désert à l'homme pour qu'il apprenne à grandir en force, en sagesse, en abandon. En le désert est la Source. La Source est toujours cachée, loin du monde et de ses fastes. L'homme s'abandonne si facilement aux plaisirs et aux joies faciles qu'il lui est nécessaire d'être amené dans le silence afin de lui faire connaître la Source qui est voie de Salut. Mais pourquoi tant d'entre vous gémissent-ils ? Le désert est source pour l'âme et son vent brûlant chasse en vous les scories du monde afin d'élever votre âme à la splendeur de votre Créateur.
Ô, bienheureux celui qui descend dans les profondeurs du puits chercher la force d'en-Haut, il trouvera refuge et force en le Cœur de son Dieu ! N'ai-Je pas dit dans les Écritures : abandonne tout et suis-Moi ? Oui, abandonne-toi toi-même, abandonne tes désirs, tes choix et suis-Moi dans le silence du cœur, de l'âme qui n'attend rien de ce monde mais espère tout de Moi.

J 21 08 21
Je ne vous demande pas de maudire les fruits de la Terre, mais de goûter à ce qui est beau et sain, de ne pas vous salir dans les tentations impures et abjectes, de raisonner vos corps et vos âmes pour les garder dans la sainteté. Ô, le mot est fort pour vous, alors disons simplement dans la chasteté, chasteté en tout, Mes enfants et même dans la nourriture ! N'abusez de rien afin de ne pas dépendre des lois de la matière. Tout homme grandit lorsqu'il renonce et se renonce à lui-même. Le renoncement est le commencement de la liberté et la liberté est l'envol de l'âme pour le Paradis promis et donné aux hommes de bonne volonté et de volonté bonne.
Le jeûne est le soleil de vos cœurs, l'éveil de vos âmes, la splendeur de l'élévation !

K 21 10 20
Pour que l'âme puisse s'élever il faut travailler les désirs du corps, corps à corps ; plus le corps est maintenu, plus l'âme est libérée et elle peut se réjouir.

La matière est poids, l'esprit est envol. L'un et l'autre sont contradictoires en même temps qu'ils sont complémentaires. L'homme doit travailler le corps pour élever l'esprit. L'apprentissage de la maîtrise du corps lui permet d'accéder à la contemplation et de la contemplation à l'élévation. La vie dans les monastères est l'idéal des vies.
Ce que vous appelez Diable est inconstance et paresse, n'y a-t-il pas plus belle fourberie que celle-ci ? Il faut arracher le mal à la racine, prendre le burin du sculpteur pour travailler et son âme et son corps à la splendeur de Dieu.

K 22 09 07
Ne parle pas le langage des hommes, il est putride et faux, ne t'y attarde pas.

MA 22 12 08
Oui, l'humanité est bien faible. Ne lui laisse pas prendre le dessus. Apprends, mon enfant, la maîtrise des sens, la maîtrise de l'emportement.

K 23 02 13
Travailler les sens, c'est travailler la montée. Maîtriser la matière, c'est maîtriser le poids, poids qui attire vers le bas.

J 23 09 28
La pénitence est le chemin du Salut. Loin des foules et des plaisirs du monde, l'homme entre par la porte étroite pour découvrir en lui la Lumière du Salut que Je suis. Seul dans le silence, il peut entendre l'appel silencieux qui le relie à la Voie. Le chemin d'ascèse, enfant, n'est pas sécheresse, il est ouverture sur l'horizon, qui lui porte et la flamme et la force.

M 23 10 20
Respectez les jours de jeûne, bientôt vous jeûnerez non par choix mais par manque.

J 24 01 02
La solitude est le chemin du Joueur de flûte[4] ; les moines du désert ont ouvert la voie. Dans l'abstinence et la solitude, celui qui bride le corps et les appétits, qui dans la solitude s'enferme, vient à la rencontre de Mon Ciel qui lui livre tous les secrets de l'amour.

J 24 02 21
Le jeûne, enfants, permet l'élévation de l'âme et l'âme purgée, délivrée du poids de la matière, vole au soleil de Mon Cœur. Comprenez ainsi le jeûne, enfants, qui est nourriture sacrée pour l'âme et qui lui procure l'envol et des ailes multiples.

J 24 05 01
Il vous faut vaincre la chair et ses appétits, vaincre vos désirs et vos soifs meurtrières parce qu'égoïstes ! Venez, entrez dans Mes parvis et vous verrez la Lumière et vous vaincrez les démons, mais travaillez à travailler l'ascèse et l'amour.

J 24 05 29
Jeûnez en paroles, jeûnez en esprit, pratiquez le jeûne de la langue !

---

4) Le Seigneur.

J 24 06 04
Priez, enfants, priez en le cœur, priez en l'âme, priez en l'esprit, mais priez, priez et jeûnez tout jeûne qui plaît à Dieu le Père : en parole, en silence, pour entrer en le grand silence et faire pénitence pour vos actes mauvais, pour vos paroles mauvaises, pour vos pensées mauvaises, pour tout ce qui encombre vos esprits !

J 24 06 17
L'amertume, elle, est souvent dans le cœur des hommes. Il faut la chasser par la pénitence. L'amertume amère fait cailler le lait de l'amour et le lait perd de sa douceur, or Je suis doux et humble de cœur. Il vous faut chasser le mauvais en vous, l'ivraie, il faut l'expulser, l'amour chasse l'ivraie.

J 24 07 02
Jetez au feu les branches desséchées et n'attisez pas en vos cœurs la haine, la méchanceté, la discorde, car aucun ne porte de bons fruits, et vous seriez tout envahis du dedans, comme les mauvaises herbes qui envahissent les jardins, mauvaises parce qu'elles empêchent les jeunes pousses d'atteindre le soleil.

J 24 07 26
Priez, enfants, priez et jeûnez. Le jeûne fortifiera l'âme, la prière fortifiera le cœur. L'union des deux donne force et courage pour affronter les tempêtes. Par la prière, le Mauvais ne peut entrer en l'homme et, par le jeûne, l'esprit est fortifié. La matière s'accouple avec l'âme lorsqu'elle est purifiée par le jeûne ; alors, la matière est transcendée et le corps est vivifié et l'âme porte envol en le Ciel. L'homme est un avec Moi, le Créateur. L'union vivifie et renforce, le Diviseur vient pour casser l'union.

J 25 04 13
Enfants, revenez à la raison de vos esprits par l'ascèse, cette ascèse qui vous coupera des désirs du monde et portera à vos esprits fortitude, à vos âmes paix et louange, à vos corps force.

J 25 04 26
Veillez, priez, jeûnez. Le jeûne élève l'âme, la bonne chair alourdit l'âme.

MA 25 07 17
L'homme ne peut trouver la paix que dans l'abstinence qui lui porte l'amour. Pourquoi ? Parce que, dans l'abstinence, il s'épure et il est épuré, et dans le travail tout intérieur, l'espace de vie naît en l'homme, qui lui porte la Demeure du Père qui est toute ampleur, toute grandeur, toute Lumière.

J 25 11 01
Il vous faut taire en vous, enfants, toutes les distractions, tous les désirs de la chair ; la mortification est le passage obligé vers la Lumière.

J 26 07 17
Jeûnez, Mes enfants, jeûnez et adorez !