

# Table des matières

<b>Concernant l'auteur .....</b>	<b>5</b>
<b>Préface.....</b>	<b>7</b>
<b>À mon lecteur .....</b>	<b>9</b>
Un livre écrit dans la réalité de tous les jours.....	10
Comment ce livre est structuré .....	10
Abréviations.....	11
Questions pour aller plus loin.....	12
Ma prière pour vous.....	12
<b>Chapitre I. Introduction.....</b>	<b>13</b>
1. Utilité de ce livre.....	14
2. Urgence de cet enseignement.....	17
3. Trois témoignages .....	20
4. Définitions.....	23
5. Questions pour aller plus loin.....	31
<b>Chapitre II. Le jeûne dans la Bible .....</b>	<b>35</b>
1. Vue panoramique du jeûne dans la Bible.....	36
2. Textes bibliques qui font allusion au jeûne.....	36
4. Le faux et le vrai jeûne .....	50
Ce tableau résume les points essentiels du jeûne biblique .....	73
5. Questions pour aller plus loin.....	74
<b>Chapitre III. Exemples bibliques .....</b>	<b>81</b>
1. Le jeûne personnel .....	82
2. Le jeûne collectif.....	93
3. Questions pour aller plus loin.....	103
<b>Chapitre IV. Le jeûne, la pratique personnelle et collective .....</b>	<b>107</b>
1. Le jeûne biblique, dans quelles circonstances ?.....	108

2. Que faire avant, pendant et après le jeûne ? .....	109
3. Questions pour aller plus loin.....	118
<b>Chapitre V. Le jeûne et la santé .....</b>	<b>121</b>
1. Qu'est-ce que le jeûne médicalement parlant ? .....	122
2. Comment se sent-on pendant le jeûne ? .....	125
3. Ce qui change pendant le jeûne (jeûne prolongé : plus de 24 heures).....	126
4. Les jeûnes de courte et longue durée .....	128
5. Arrêt du jeûne et reprise alimentaire.....	128
6. Qui ne doit pas jeûner ? .....	129
<b>Conclusion.....</b>	<b>133</b>
<b>Annexe I. Le jeûne dans l'histoire de l'Église .....</b>	<b>135</b>
1. La période intertestamentaire .....	136
2. Les débuts du christianisme .....	136
3. Le jeûne aux quatrième et cinquième siècles .....	139
4. L'Église orientale .....	143
5. Les Réformateurs.....	143
6. Les prédicateurs et hommes de réveil.....	149
<b>Annexe II. Le jeûne dans les grandes religions .....</b>	<b>153</b>
1. Le jeûne dans les religions primitives .....	154
2. Dans le judaïsme.....	154
3. Dans l'islam .....	158
4. Dans l'hindouisme .....	160
5. Dans le bouddhisme .....	163
<b>Bibliographie .....</b>	<b>167</b>
<b>Index.....</b>	<b>171</b>