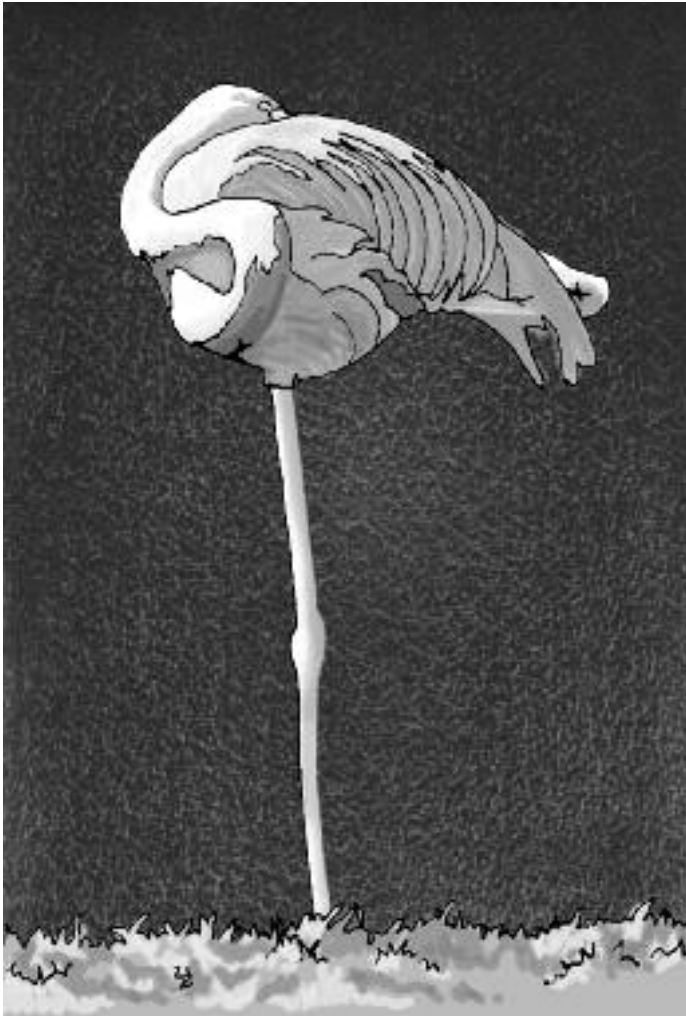


# Le repos



---

« Jésus leur dit encore : Le sabbat a été fait pour l'homme ; l'homme n'a pas été fait pour le sabbat. Voilà pourquoi le Fils de l'homme est maître même du sabbat. »

(Marc 2.27, 28)

## INTRODUCTION

Es 58.13,14 ; Jr 29.11 ;  
Ez 20.12 ; Mc 2.28

Le stress constituant un facteur commun de nombreuses maladies, le médecin ajoute souvent le repos aux médicaments prescrits afin d'assurer la guérison de son patient ou de contrôler la maladie. Le repos, une panacée pour le stress et les fardeaux de la vie, nous redonne la vigueur physique et réveille nos énergies spirituelles. Il constitue l'ordonnance divine pour notre bien-être. Parce que Dieu souhaite que nous prospérions et que nous soyons en bonne santé, il nous a donné le repos du sabbat après six jours de labeur. Quel amour !

Le cantique « Notre labeur est accompli » résume le don qui nous est fait :

Notre labeur est accompli,  
Le saint sabbat va commencer.  
Profite de ce jour béni,  
Mon âme, pour te reposer.  
Rends grâce à Dieu dont l'amour  
Te procure un repos si doux  
Ce jour plus que tout autre jour,  
Bénis ton Sauveur à genoux.  
Le sabbat est pour ton enfant,  
Seigneur, le gage du repos  
Qui sera pour chaque croyant  
La fin des luttes et des maux.  
(*Hymnes et louanges*, n° 173)

Ce monde en constant mouvement nous bombarde de son matérialisme et des maux de la société. Cependant, « le sabbat dirige les pensées vers la nature et nous

introduit dans la communion du Créateur. Dans le chant des oiseaux, dans le murmure des arbres, et dans le bruit de la mer, nous continuons d'entendre la voix de celui qui s'entretenait avec Adam en Éden, vers le soir. La contemplation de sa puissance dans la nature a un effet consolant, car la Parole qui a créé toutes choses promet la vie à nos âmes\*.

Jour saint et béni, le sabbat est très important parce qu'il nous offre le repos. Chaque semaine, pendant vingt-quatre

---

---

### Le repos constitue l'ordonnance divine pour notre bien-être.

---

---

heures, nous pouvons tourner le dos à nos activités habituelles pour nous rafraîchir et nous renouveler. Double symbole, le sabbat montre d'une part que Dieu peut nous sauver de nos péchés et que d'autre part nous voulons être sauvés. C'est un jour spécial pour Dieu, un jour qui apporte des bénédictions spéciales à ses créatures. Dieu a sanctifié le sabbat pour enrichir nos relations mutuelles. Pour nous qui vivons dans un monde aussi perturbé, ces facteurs sont essentiels à notre bien-être.

Cette semaine, préparons-nous à découvrir ce que la Bible enseigne sur ce précieux élément de notre foi : le repos du sabbat.

---

\* Ellen G. White, *Jésus-Christ*, p. 268.

## Pourquoi, quoi, et qui ?

### IL EST ÉCRIT

Gn 2.2,3 ; Dt 5.12-15 ;  
Es 58.12-14 ; Ez 20.12 ; He 4.9-11

Le sabbat tire son origine de la création et du repos que Dieu s'est accordé après avoir terminé son œuvre. Le commandement donné au mont Sinaï (Ex 20.8), à savoir de nous souvenir du jour du sabbat, était simplement le rappel d'une vérité préexistante.

### Pourquoi Dieu a-t-il institué le sabbat ? (Gn 2.2,3 ; Dt 5.12-15 ; He 4.9-11)

Dans Genèse 2.3, le verbe hébreu pour « bénir » signifie « s'agenouiller » et le verbe « sanctifier », « louer ». Il s'agit donc de vingt-quatre heures mises à part pour que nous puissions réfléchir à la puissance extraordinaire de notre Créateur, nous agenouiller devant lui et le louer.

Souvent, nous sommes tellement accaparés par les affaires de la vie que nous négligeons notre relation avec Dieu. Il a donc institué le sabbat pour que nous rechargeons nos batteries, pour que nous nous souvenions qu'il est notre Dieu, et que sans lui, nous ne sommes rien.

Le sabbat, c'est aussi un mémorial de la création (Ex 20.11). C'est aussi un symbole de rédemption, de la libération des Israélites de l'esclavage. Aujourd'hui encore, nous devons échapper à l'esclavage dû à la cupidité, au pouvoir et aux inégalités sociales.

Le sabbat, c'est un symbole de la puissance sanctificatrice de Dieu, car lui seul peut nous sanctifier. Il symbolise notre

désir d'obéir à ses commandements. C'est aussi un temps de partage avec nos semblables dans l'amour fraternel. C'est un signe de la justice par la foi, ce fruit naturel de la justice impartie par Christ. Certes, nous n'observons pas le sabbat pour être justes, sinon, ce serait du légalisme. Le sabbat est plutôt un symbole du repos que nous trouvons dans la justice de Christ. Tous ceux qui entrent dans ce repos se reposent de cette tendance à se sauver eux-mêmes par leurs œuvres. C'est un véritable repos spirituel et le repos ultime auquel Dieu nous appelle.

Le sabbat nous rappelle que Dieu nous aime et nous donne la possibilité de lui montrer que nous l'aimons en retour.

### Qu'est-ce qu'un temps saint ? (Gn 2.2,3)

La définition de *saint* englobe une santé parfaite, le bonheur, et la complétude, c'est-à-dire un sentiment de plénitude et de perfection. Parce que Dieu venait d'achever la création, le sabbat symbolisait sa complétude et sa perfection. Les bénédictions du sabbat incluent la santé, le bonheur et la plénitude.

Le mot en hébreu pour saint est *kaheo-sha*, ou « mis à part ». Comme le suggère ce mot, le sabbat est un temps sacré, mis à part pour des choses saintes, un temps consacré et spécial.

### Par qui ou quoi le sabbat est-il sanctifié ? (Gn 2.3 ; Es 58.13,14)

Dieu est le seul qui puisse sanctifier le sabbat. Personne ne peut donc se per-

---

mettre de changer le jour de l'observation du sabbat. Lorsque les gens désobéissent à la Parole de Dieu à cet égard, ils se privent des véritables bienfaits du sabbat. Jésus pouvait ainsi déclarer : « Ne pensez pas que je sois venu supprimer la loi de Moïse et l'enseignement des prophètes. Je ne suis pas venu pour les supprimer mais pour leur donner tout leur sens. Je vous le déclare, c'est la vérité : aussi longtemps que le ciel et la terre dureront, ni la plus petite lettre ni le plus petit détail ne seront supprimés de la loi, et cela jusqu'à la fin de toutes choses. » (Mt 5.17,18)

Parce que Dieu a sanctifié le sabbat, il nous dit de reconnaître son autorité en observant ce jour. Comme nous l'avons vu, la Bible témoigne que dès la création, Dieu a demandé à l'humanité de garder ce jour. (Voir Apocalypse 14.6-12.)

Nous sanctifions le sabbat en tournant notre esprit vers des réalités spirituelles, oubliant les défis de notre vie professionnelle ou quotidienne. Ésaïe 58.13, 14 nous explique comment sanctifier le sabbat. En ce jour sacré du Seigneur, nous ne devons pas nous engager dans nos affaires habituelles, mais l'aimer et en parler comme

d'un jour de joie. Nous devrions honorer le Seigneur dans toutes nos activités du sabbat. Si nous agissons ainsi, il deviendra une source de joie et Dieu nous honorerait et partagera avec nous l'héritage promis à Jacob. « Les actes de miséricorde et de nécessité sont permis ce jour-là. En revanche, le travail non indispensable doit y être strictement évité\*. »

---

## **Dieu est le seul qui puisse sanctifier le sabbat.**

---

Ceux qui sanctifient le sabbat acceptent Christ comme leur Créateur et Sauveur, et la Bible comme vérité (Ez 20.20). Plus le sabbat occupera une place dans notre vie, mieux nous serons préparés pour le retour de Jésus-Christ.

### ***BRAINSTORMING***

1. Si le sabbat nous offre autant de bienfaits, si les preuves démontrent qu'il doit être observé, pourquoi est-il rejeté par un si grand nombre ?
2. Qu'arrivera-t-il à ceux qui se rebellent contre le sabbat, et pourquoi ? (Es 66.23,24)

---

\* Ellen G. White, *Patriarches et prophètes*, p. 280.

# Les observateurs du sabbat réparent la brèche

## ESPRIT DE PROPHÉTIE

Es 58.12-14 ; Ap 11.19 ; 14.9-12

« Dieu fit le monde en six jours et il s'est reposé le septième, sanctifiant ce jour, en le mettant à part comme saint et réservé pour lui-même, afin qu'il soit observé par son peuple à travers toutes les générations successives.

---

---

**« Ce pouvoir ...  
changea le jour du repos. »**

---

---

« Mais l'homme de péché, s'exaltant lui-même au-dessus de Dieu, celui qui s'assoit dans le temple de Dieu et se prétend lui-même Dieu, pensa changer les temps et les lois. Ce pouvoir, prétendant prouver non seulement qu'il était l'égal de Dieu, mais qu'il était même au-dessus de lui, changea le jour du repos, mettant le premier jour à la place du septième. Et le monde protestant a accepté cet enfant de la papauté comme sacré. Dans la Parole de Dieu, c'est ce que l'on appelle son impudicité<sup>1</sup>. »

Qui « relèvera les anciennes ruines » et « rebâtera sur les fondations abandonnées depuis longtemps » (Es 58.12) ? Quel est ce peuple qui, ayant reçu une lumière du ciel, sait qu'une brèche a été faite dans

la loi de Dieu ? Dans Apocalypse, Jean dit : « Le temple de Dieu, dans le ciel, s'ouvrit alors et le coffre de l'alliance y apparut. » (Ap 11.19) Au moment où le temple de Dieu s'ouvrit devant son peuple, la lumière de la loi de Dieu, qui était dans l'arche, en jaillit. Ceux qui reçoivent cette lumière sont désignés dans la proclamation du message du troisième ange.

« Cet ange vole très haut dans le ciel et dit d'une voix forte : "Si quelqu'un se prosterne devant la bête et son image, et reçoit une marque sur le front ou sur la main, il boira, lui aussi, du vin de la fureur de Dieu, versé sans mélange dans la coupe de sa colère, et il sera tourmenté dans le feu et le soufre, devant les saints anges et devant l'Agneau. [...] C'est ici la persévérance des saints, qui gardent les commandements de Dieu et la foi en Jésus." »

« Voilà ceux qui réparent la brèche faite dans la loi de Dieu. Ils ont vu que le sabbat du quatrième commandement a été supplanté par un faux sabbat, un jour qui n'est pas sanctionné par la Parole de Dieu. Au milieu d'une grande opposition, ils demeurent loyaux à leur Dieu, et prennent position sous la bannière du troisième ange<sup>2</sup>. »

1. Ellen G. White, *Événements des derniers jours*, p. 127.

2. *Id.*, *Manuscript Releases*, p. 48.

# Le sabbat, un temps pour se reconforter

Mardi  
19 mai

## PREUVE A L'APPUI

Gn 2.3 ; Ex 31.16,17

Exode 31.17 nous apprend que Dieu s'est arrêté pour se reposer le jour du sabbat après avoir créé la terre. Le verbe « se reposer », *shabbath*, signifie littéralement « interrompre » un travail ou une activité.\* Le sabbat devait être un temps de renouvellement.

Le sabbat n'est pas uniquement un repos du travail physique et mental. Il marque également une rupture avec les réalités mondaines de la vie. C'est un antidote aux problèmes de la vie parce qu'il nous donne un aperçu du repos éternel avec Jésus.

Lorsque la vie devient pénible, les gens se jettent dans des activités futiles et parfois dangereuses pour oublier : alcoolisme, usage de drogues euphorisantes, sexe avant le mariage ou extraconjugal, etc. Cependant, la seule source du véritable repos se trouve en Dieu, le Créateur du repos. Il nous a donné les vingt-quatre heures du sabbat pour que nous puissions entrer en communion avec lui et refaire nos forces physiques et mentales. Il est écrit que Dieu « fit de ce septième jour un jour béni, un jour qui lui est réservé, car il s'y reposa de tout son travail de Créateur » (Gn 2.3), un exemple pour nous.

Au cours des XVIII<sup>e</sup> et XIX<sup>e</sup> siècles, avec l'industrialisation et l'allègement de la

charge de travail, il a été prédit que beaucoup se détourneraient de la religion au profit de la science, de la raison et de la logique. Aujourd'hui, cette théorie a subi un revers, car de plus en plus de gens reconnaissent que le repos ne se trouve

---

---

## Le sabbat est un don de Dieu.

---

---

qu'en Jésus. Parce que nous trouvons espérance et assurance dans la Parole de Dieu, nous pouvons enfin nous reposer et cesser de nous tracasser au sujet de nos factures.

Dieu nous a fait ce cadeau afin que nous puissions nous reposer de tous nos travaux en nous appuyant sur les promesses et la puissance de Dieu. Le diable cherche désespérément à détruire le sabbat, mais de notre côté, efforçons-nous de sanctifier ce jour et récoltons les bénéfices de ce don divin.

## BRAINSTORMING

1. Pourquoi notre Créateur s'est-il reposé le jour du sabbat après avoir créé la terre et tout ce qu'elle contient ?
2. Lorsque la vie devient pénible, vers qui vous tournez-vous et pourquoi ?

---

\* *Ce que croient les adventistes...*, Éditions Vie et Santé, Damarie les Lys, France, 1990, p. 253, 254.

# Comment tirer le meilleur parti du sabbat

## POUR PASSER À L'ACTION

Es 58.13,14

Le sabbat, jour de repos, nous apporte de l'espérance, de la joie ; il donne du sens à notre vie ; il nous remplit de courage et nous permet de nous détendre. Il nous donne du temps pour communier avec Dieu (une pleine journée) par l'adoration, la prière, le chant, l'étude et la méditation de sa Parole. Il nous donne également du temps pour aider les moins fortunés.

Voici trois suggestions pour faire du sabbat un jour de repos et de joie :

- *Un mémorial perpétuel à la création.* Le sabbat nous rappelle la création (Ex 20.11,12). Ceux qui l'observent en cette qualité reconnaissent Dieu comme leur Créateur et Seigneur. Ils admettent être l'œuvre de ses mains et sujets à son autorité. Aussi longtemps que nous adorons Dieu à titre de Créateur, le sabbat demeurera un signe et un mémorial de la création.
- *Un temps voué à la fraternisation.* Dieu a donné à l'homme les animaux pour qu'ils soient ses compagnons. Puis, il lui a donné la femme, une compagne à son égal. En ce qui a trait au sabbat, Dieu a donné à

l'homme la possibilité de fraterniser à un degré encore plus élevé, c'est-à-dire avec le Créateur même\*.

- *Un temps de repos.* Sans le sabbat, les jours s'écouleraient uniformément, tous voués aux affaires séculières. Le sabbat ne doit

---

---

### Sans le sabbat, les jours s'écouleraient uniformément.

---

---

pas seulement nous enrichir spirituellement et nous permettre de communier avec Dieu, mais encore de nous reposer physiquement de nos labeurs et de nos stress, car il dit : « Venez à moi vous tous qui êtes fatigués de porter un lourd fardeau et je vous donnerai le repos. » (Mt 11.28)

### BRAINSTORMING

1. Voyez-vous un lien entre les trois aspects du sabbat présentés ci-dessus ? Lequel ?
2. Par quels autres moyens pouvons-nous faire du sabbat un jour de repos et de délices ?

---

\* Voir *Ce que croient les adventistes...*, Éditions Vie et Santé, Dammarie les Lys, France, 1990, p. 253-269.

# Un niveau supérieur de repos

## OPINION

Mt 11.28-30 ; He 4.9-11

Le repos est une composante vitale d'une bonne santé. En restaurant notre énergie, il nous permet d'affronter une nouvelle journée. Cependant, la compétition effrénée de ce monde ne nous permet pas un repos suffisant. À tort ou à raison, beaucoup font des heures supplé-

---

### « La maladie de la précipitation est caractéristique du monde moderne. »

---

mentaires et sacrifient leurs jours de congé. Certains d'entre nous occupent plusieurs emplois simultanés tout en poursuivant leurs études de manière à atteindre leur plein potentiel. Notre société accorde beaucoup d'importance au statut et parfois, les membres de nos églises et l'Église en tant que telle ne font pas exception.

« La maladie de la précipitation est caractéristique du monde moderne. Nous courons d'un rendez-vous à l'autre, d'une tâche à l'autre. Le monde occidental est préoccupé par le matérialisme et l'argent tandis qu'il gravit les échelons de l'échelle du succès<sup>1</sup>. » Il n'est pas étonnant que tant de personnes se plaignent d'être fatiguées.

Le septième jour, Dieu s'est reposé et a fait le plein d'énergie. Cela ne veut pas dire qu'il était fatigué. Il s'est reposé de sa dernière occupation, à savoir créer le

monde, et s'attend à ce que les humains se reposent à son exemple (Ex 20.11). Si nous avons fait le vœu de le suivre, il nous faut donc également nous reposer le septième jour<sup>2</sup>.

Nous devons également considérer le repos sous un autre angle. Après avoir terminé son œuvre, Dieu ne souffrait pas d'exténuation ou de fatigue. De même, Dieu ne veut pas que nous travaillions jusqu'à ce que nous soyons arrivés au bout de nos forces, particulièrement si nous travaillons uniquement pour nous procurer des biens matériels.

Je crois que le sabbat a été conçu pour être un symbole du repos dans un sens physique autant que spirituel. Il n'est pas seulement nécessaire de se reposer le septième jour, mais également chaque jour de notre vie. Parce que Dieu n'était pas exténué à la fin de ses labeurs, il nous appelle à travailler et à nous reposer comme il l'a fait.

## BRAINSTORMING

1. Qu'est-ce que le repos ? Est-il plus physique que spirituel ? Expliquez.
2. Comment pouvons-nous trouver le temps de nous reposer physiquement et spirituellement en dépit de notre charge de travail ?

---

1. John Ross Schroeder, *The Good News: A Magazine of Understanding*, "Why We Need a Weekly Day of Rest". Tiré le 4 avril 2008 de <http://www.gnmagazine.org/issues/gn49/restday.htm>.

2. Voir *Ce que croient les adventistes...*, Éditions Vie et Santé, Dammarie les Lys, France, 1990, p. 254.

Vendredi  
22 mai

## Le repos au niveau le plus élevé

### EXPLORATION

Mc 2.27,28

### POUR CONCLURE

La création de Dieu, d'une sublime beauté, était un véritable délice. Cependant, il n'y a rien de plus délicieux que le jour de repos qui a couronné le tout, cette ultime démonstration de l'amour de Dieu. Le Seigneur aurait pu continuer à créer pendant l'éternité sans jamais se fatiguer, mais il s'est reposé en pensant à nous. Il nous est très facile d'oublier ce cadeau et ce, pour diverses raisons. L'ennemi de nos âmes a convaincu le monde que le sabbat n'a pas d'importance, qu'il est si insignifiant qu'il peut être remplacé par n'importe quel autre jour. Jésus a pourtant démontré par ses paroles et ses actions que les commandements, y compris l'observation du sabbat, ne doivent pas être négligés. Sa mission était justement d'accomplir les lois de Dieu, faisant ainsi du sabbat un rappel constant de notre communion avec Dieu. Le pacte que Dieu a fait avec Adam et Ève concernant le sabbat devait avoir un effet permanent et ce, pour notre plus grand bien.

### COFFRE AUX IDÉES

- Faites une promenade sur les chemins pédestres de votre région et voyez combien c'est relaxant.
- Composez un poème ou une chanson sur le repos du sabbat.
- Priez avec un voisin ou un ami au sujet de ses questions sur la Bible et le sabbat.
- Faites une recherche sur les heures du coucher du soleil pour le reste de l'année. Faites-en un graphique en couleur.
- Dirigez une étude biblique avec votre groupe de jeunesse au moment du coucher du soleil dans un environnement naturel tel que la plage, la montagne ou un parc.
- Visitez un centre de convalescence ou un foyer pour sans-abri un jour de sabbat et offrez de diriger un moment d'adoration ou d'y participer.

### POUR ALLER PLUS LOIN

- ✓ *Ellen G. White, Counsels on Sabbath School Work.*
- ✓ *Ned S. Ashton, The Bible Sabbath ; Karen Holford, 100 Creative Activities for Sabbath.*