

## Le biorythme de Dieu! Un cadeau précieux de Dieu, le Sabbat

(Psaumes 46:10) *Arrêtez, et sachez que je suis Dieu...*

### Qu'est-ce que le Sabbat?

Le mot Hébreux = *cessation d'activité, arrêter de travailler*. un arrêt d'une période de 24 hrs chaque semaine, séparé des autres 6 jours ( Gen 2 :2-3)

*Le Sabbat c'est comme recevoir le cadeau d'une journée de grosse tempête chaque semaine. Les magasins sont fermés, la route impraticable, tout semble s'arrêter...*

**Cycles sabbatiques.** En plus du 7e jour, des périodes régulières étaient consacrées au repos, à l'adoration de l'Éternel, à la proclamation de la liberté. Plusieurs journées d'octobre (Lev 23.24-41) incluant le jour de l'Expiation et une semaine sous les tentes, célébrant en l'honneur de l'Éternel. Puis une année sabbatique chaque 7e année (Ex 23.10-11; Lev 25.2-7, 20-22; De 15.1-4; 31.10 ). Enfin le jubilé une année sabbatiques complète ; la trompette proclamait l'année de grâce.

**Dans le N.T., cette promesse de repos se trouve accomplie.** Ceux qui ont foi en Jésus-Christ, entrent dans le repos ( Heb 4 :3). Il donne du repos à ceux qui le suivent (Mt 11.29). **Le repos offert par Christ n'est pas une cessation d'activité, mais un repos intérieur dans l'activité** (Mt 6.25)

NB : **Respecter le commandement du Sabbat est autant radical que difficile.** Cela pointe directement le noyau de notre spiritualité, de nos convictions, de notre foi, et de notre style de vie.

Quand Dieu a libéré Israël de l'esclavage d'Égypte, il a affirmé qu'ils étaient des personnes humaines sacrés faites à son image. Il leur a ensuite montré comment vivre en accord avec cette caractéristique. NB : Le plus long des 10 commandements (Ex 20 :8-11) *Souviens-toi du jour du repos, pour le sanctifier...* Moïse a proclamé que tout acte de cesser de travailler au beau milieu de toute les nations était un signe de leur libération ( Deut 5 :15) *Tu te souviendras que tu as été esclave ... pourquoi le SEIGNEUR, ton Dieu, t'a ordonné de célébrer le jour du sabbat.*

Nous aussi nous servons comme un signe d'un peuple libre. On a été appelé hors de ce monde qui essaie de prouver sa valeur par ce qu'il fait ou possède. *Nous sommes profondément aimés de Dieu pour qui nous sommes et non ce que l'on fait.*

### Les 4 principes du Sabbat Biblique

Danger : le légalisme. Paul semble penser qu'une journée ou une autre peut faire aussi bien (Ro 14 :4-6) ... *Tel fait une distinction entre les jours ; tel autre les estime tous égaux. Que chacun ait en son esprit une pleine conviction...*

#### 1. Arrêter

Souvent, on ne peut pas s'arrêter avant d'avoir fini ce que nous pensons que nous avons besoin de faire. La vie de ce côté-ci du ciel est une symphonie inachevée. **Assi Dieu nous a commandé de relaxer, de jouir du fait que nous ne sommes pas en**

**charge de ce monde.** (Mt 6 : 31-33) *Ne vous inquiétez donc pas...* Le point central de s'arrêter concerne la CONFIANCE. Le Sabbat me fait embrasser mes limites

#### 2. Repos

( Gen 2 :3) *Dieu bénit le septième jour, et il le sanctifia, parce qu'en ce jour il se reposa de toute son œuvre qu'il avait créée en la faisant.*

Quoi faire en remplacement? : *tout ce qui vous donne du plaisir et de la joie tout en vous rafraîchissant.* Le vivre en couple... profiter du plein air, lire, écouter un bon film, aller au restaurant, faire des siestes... (éviter le tél. et l'ordinateur et on prend une autre journée pour les travaux d'entretien, nettoyage, cuisine, finances, etc... 10 choses à remplacer par le repos : *Travail, Fatigue, Urgences, Multi-tâches, Compétitions, Inquiétudes, Décisions, Courses, Rencontres, Technologies.*

**Quand on s'arrête et se repose, nous respectons notre humanité et l'image de Dieu en nous.** Nous ne sommes pas des machines. Tristement, il nous faut souvent une maladie physique comme le cancer, une crise de cœur, des ulcères, des crises d'anxiété ou une sévère dépression pour nous amener au repos forcé.

**Nous ne servons pas le Sabbat, le Sabbat nous sert.**

#### 3. Se réjouir; joie et plaisirs.

( Gen 1 :31) *Cela était très bon.* Dieu s'est réjoui de sa création. Ces mots en Hébr. a un sens de joie, de complétude, d'émerveillement, et de plaisir. Parce que la façon dont le plaisir et les réjouissances ont été déformé dans notre culture, plusieurs parmi nous luttent avec cette confusion et goûte peu la véritable joie.

Nous sommes appelé à nous réjouir et profiter de la création et ses cadeaux, à porter attention et se réjouir avec les gens ( Jésus a donné un modèle de préciosité des gens : Samaritaine, la veuve de Naïm, le jeune homme riche, ou Nicodème...). Qu'il s'agisse de sport, dance, jeux de société, regarder les photos ou visiter un musée, cela nourrit notre sens pur du plaisir en Dieu.

#### 4. Contemplation

(Ex 31:15) *consacré au Seigneur. Se centrer sur l'amour et la présence de Dieu demeure le point central. Quels sont les préparatifs que vous avez besoin de régler de manière à avoir un Sabbat épuré et centré sur Dieu.*

#### Conclusion

**Dieu vous donne ce « jour sans obligation ».**

Si vous commencez à pratiquer de vous arrêter, de vous reposer, de vous réjouir et de contempler pour une période de 24 hrs chaque semaine, vous allez vivre vos autres 6 jours, conscient de Sa présence, sensible à Sa voix, goûtant davantage de la plénitude de l'Esprit, de la joie et de la paix d'une vie plus profonde avec Jésus. Je crois que cela a toujours été le plan de Dieu.

**Nous ne servons pas le Sabbat, le Sabbat nous sert.**