

# LES BIENFAITS DU 7ème JOUR

## Le Sabbat de l'Éternel

Genèse 1:1 : « Au commencement, Dieu créa les cieux et la terre.»  
Genèse 2:2 «Dieu acheva au septième jour son œuvre, qu'il avait faite: et il se reposa au septième jour de toute son œuvre, qu'il avait faite. 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.»

# LES BIENFAITS DU 7<sup>ème</sup> JOUR

Le Sabbat de l'Éternel

## SOMMAIRE

Préambule

Introduction

- 1 SUR LE PLAN SPIRITUEL
- 2 SUR LE PLAN PHYSIQUE
- 3 SUR LE PLAN FINANCIER
- 4 SUR LE PLAN TEMPOREL
- 5 SUR LE PLAN RELATIONNEL
- 6 SUR LE PLAN EMOTIONNEL
- 7 SUR LE PLAN INTELLECTUEL  
ET PSYCHOLOGIQUE

Conclusion

Deutéronome

30:6-10

*«L'Éternel, ton Dieu, circondera ton cœur et le cœur de ta postérité, et tu aimeras l'Éternel, ton Dieu, de tout ton cœur et de toute ton âme, afin que tu vives. L'Éternel, ton Dieu, fera tomber toutes ces malédictions sur tes ennemis, sur ceux qui t'auront haï et persécuté. Et toi, tu reviendras à l'Éternel, tu obéiras à sa voix, et tu mettras en pratique tous ces commandements que je te prescris aujourd'hui. L'Éternel, ton Dieu, te comblera de biens en faisant prospérer tout le travail de tes mains, le fruit de tes entrailles, le fruit de tes troupeaux et le fruit de ton sol; car l'Éternel prendra de nouveau plaisir à ton bonheur, comme il prenait plaisir à celui de tes pères, lorsque tu obéiras à la voix de l'Éternel, ton Dieu, en observant ses commandements et ses ordres écrits dans ce livre de la loi, lorsque tu reviendras à l'Éternel, ton Dieu, de tout ton cœur et de toute ton âme.»*

## Préambule

Il a été établi dans le document intitulé « Le jour du Sabbat » qu'il convient de respecter le 7<sup>ème</sup> jour de la semaine (du coucher de soleil du vendredi soir au coucher de soleil le samedi). Le Sabbat est le seul jour saint, béni et sanctifié par le Dieu Saint d'Israël. Il l'a lui-même observé après la réalisation de toute son œuvre et a ordonné qu'il en soit de même pour son peuple, les Israélites.



Dieu a mis ce jour à part pour qu'il soit un jour de repos, un jour pour le culte, un jour pour faire honneur et rendre gloire au Dieu d'Abraham en esprit et en vérité, un jour de bonnes actions, pour l'humilité et la pénitence.

Toutefois, l'observance du jour du sabbat est devenue chose étrange à moins de fréquenter une communauté adventiste ou toute autre dénomination qui observerait ce jour. Pourtant, le commandement: «*Souviens-toi du jour de repos, pour le sanctifier*», est tout autant d'application aujourd'hui que lorsqu'il a été donné à Israël sur le mont Sinaï. voir **Exode 20:8**

Le Sabbat est un jour de repos et de culte désigné et mis à part par commandement spécial du Dieu de l'Univers. Il est de notre devoir d'observer ce dernier en obéissant à ses commandements. **Ainsi nous marquons ce lien qui nous unit à lui et nous nous rappelons ainsi qu'Il est notre Dieu. Ezéchiel 20:20.** Nous devons aussi enseigner ce principe à nos enfants. **Proverbes 22 :6**

Un jour sur sept a été mis à part et sanctifié pour être un jour de repos, un jour de communion, un jour de pensée solennelle, un jour de prière et d'actions de grâce. Enseignons à nos enfants qu'ils doivent respecter le Sabbat et le sanctifier, et qu'ils le doivent parce Dieu l'a commandé. **Ésaïe 56 :2** nous dit : « *Heureux l'homme qui fait cela, Et le fils de l'homme qui y demeure ferme, gardant le Sabbat, pour ne point le profaner, Et veillant sur sa main, pour ne commettre aucun mal* »

L'observance du 7<sup>ème</sup> jour, est le devoir de l'homme manifestant son obéissance, son respect, la preuve de son amour envers Dieu mais également la preuve physique que nous sommes les enfants du Dieu vivant. Le Sabbat est pour les Israélites et ceux qui l'observent, une marque d'appartenance, un sceau faisant ainsi d'eux des gens non ordinaires sur Terre.

Ne profanons **pas** le jour du Sabbat !

## Introduction

La cessation de tout travail et le respect des autres exigences divines relatives au Sabbat non seulement permettaient de se reposer physiquement, mais donnaient surtout l'occasion à chacun de démontrer personnellement sa foi et son obéissance à Dieu par le respect du 4<sup>ème</sup> commandement. Les parents pouvaient en profiter pour imprimer les lois et les commandements de Dieu dans l'esprit et le cœur de leurs enfants. **Deutéronome 6:4-9 ; Proverbes 22 :6**

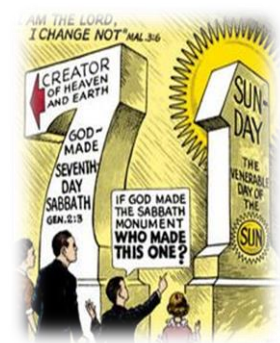
On avait coutume de consacrer le Sabbat à acquérir la connaissance de Dieu et à s'occuper de ses besoins spirituels. Par ailleurs, les Lévites qui étaient dispersés dans le pays profitaient sans aucun doute du Sabbat pour enseigner la Loi au peuple d'Israël. **Deutéronome 33:8, 10 ; Lévitique 10:11.**

**Vous êtes en droit de vous demander quels sont alors les bénéfices d'une telle ordonnance ?** Suivez les numéros ! Les réponses sont contenues dans ces pages.

## 1 SUR LE PLAN SPIRITUEL

L'observance du 7<sup>ème</sup> jour permet de :

- Nous rappeler quel Dieu nous louons, à quel Dieu nous faisons révérence
- Donner au Dieu Saint d'Israël l'occasion de rentrer en contact avec nous
- Remettre à Dieu une partie de nous sous forme de repos solennel
- Valoriser les pensées du Créateur merveilleuses et profondes et nous réjouir de ses grandes œuvres **Psaumes 92:5**
- Créer des fondations solides et demeurer fermes dans la foi
- Nous consacrer exclusivement à Dieu **Exode 16:23 ; 35:2**
- Commémorer la Création, l'œuvre magnifique de Dieu
- Renouveler notre obéissance et loyauté à Notre Père
- Célébrer en chantant, en psalmodiant l'Éternel
- Manifester la relation qui nous unit à Dieu
- Régénérer notre âme et notre esprit
- Rendre gloire et hommage à Dieu
- Méditer sur la Parole de Dieu



## 2 SUR LE PLAN PHYSIQUE

L'observance du 7<sup>ème</sup> jour nous accorde :

- Le droit officiel d'entrée dans le repos sanctifié et béni par l'Éternel

Il s'agit d'un jour de repos non banalisé créé pour nous afin que nous puissions nous reposer de nos œuvres comme Notre Père qui est aux Cieux s'est reposé des siennes. **Hébreux 2:9**

- Le droit de véritablement recharger nos batteries (repos des membres, organes...)



- Le droit de nous relaxer et de nous détendre aux sons du luth et de la harpe, aux accords de la lyre. **Psaumes 92:3**
- Le droit à des vacances tout au long de l'année de façon cyclique et automatique (52 jours de congés dans l'année)

### 3 SUR LE PLAN FINANCIER

L'observance du 7<sup>ème</sup> jour nous permet de :

- Réaliser des économies d'énergie notoires (gaz, petits appareils ménagers...) **Exode 35:3** « *Vous n'allumerez point de feu, dans aucune de vos demeures, le jour du sabbat.* » voir aussi **Exode 16:23**



**Notez Bien :** A l'époque, on coupait du bois. Aujourd'hui nous utilisons des gazinières, cuiseurs de riz, fours à micro-ondes, bouilloires, cafetières etc...)

- Réaliser des économies en termes d'entretien de voiture (usure de pièces, etc...)
- Réaliser des économies d'essence



### 4 SUR LE PLAN TEMPOREL

L'observance du 7<sup>ème</sup> jour correspond à :

- Une organisation de vie cyclique autour du Sabbat
- Un marqueur de temps hebdomadaire
- Un aboutissement, une récompense
- Un jour central limitant la semaine
- Un point de chute hebdomadaire
- Un moyen de rester connecté avec le temps (saisons) et les prophéties



### 5 SUR LE PLAN RELATIONNEL

L'observance du 7<sup>ème</sup> jour favorise :

- L'harmonie et le renfort des liens fraternels
- L'édification et l'exhortation fraternelles
- Le partage et les actions de grâce (faire du bien)

**Mathieu 12 :11-12 :** « *Il leur répondit: Lequel d'entre vous, s'il n'a qu'une brebis et qu'elle tombe dans une fosse le jour du sabbat, ne la saisira pour l'en retirer? Combien un homme ne vaut-il pas plus qu'une brebis! Il est donc permis de faire du bien les jours de sabbat.* »

- La communion fraternelle, la convivialité et l'échange, les bénédictions

## 6 SUR LE PLAN ÉMOTIONNEL

L'observance du 7<sup>ème</sup> jour contribue à :

- Remettre à niveaux nos états émotionnels (réflexion, prière...)
- Faire le point sur nous-mêmes
- L'expression de sentiments de joie et de bien-être
- Consolider notre relation avec Dieu
- Etre en phase avec Dieu et « son équipe »
- Demeurer veillatifs et conscients des événements qui nous entourent (news, prophéties en cours d'accomplissement...)
- La séparation d'avec le monde (introspection & rétrospection)



## 7 SUR LE PLAN INTELLECTUEL ET PSYCHOLOGIQUE

L'observance du 7<sup>ème</sup> jour conduit à :

- La satisfaction d'avoir un programme tout prêt pour la fin de semaine  
**Marc 2 :27** : « *Puis il leur dit: Le sabbat a été fait pour l'homme, et non l'homme pour le sabbat, de sorte que le Fils de l'homme est maître même du sabbat.* »
- L'acquisition d'une conscience spirituelle (faire ce qui est juste et bon aux yeux de Dieu)
- L'acquisition de la connaissance perdue
- La réjouissance d'un jour sans labeur et ses effets sur le moral
- La récompense due à notre obéissance

**Esaïe 58:13** « *Si tu retiens ton pied pendant le sabbat, Pour ne pas faire ta volonté en mon saint jour, Si tu fais du sabbat tes délices, Pour sanctifier l'Éternel en le glorifiant, Et si tu l'honores en ne suivant point tes voies, En ne te livrant pas à tes penchants et à de vains discours, Alors tu mettras ton plaisir en l'Éternel, Et je te ferai monter sur les hauteurs du pays, Je te ferai jouir de l'héritage de Jacob, ton père; Car la bouche de l'Éternel a parlé. »*

- L'acquisition de la Sagesse
- L'acquisition de l'intelligence

**Proverbes 2:6** « *Car l'Éternel donne la sagesse; De sa bouche sortent la connaissance et l'intelligence; [...]* »

- La tranquillité d'esprit
- L'apaisement de l'esprit
- La paix du cœur
- L'enrichissement spirituel (lecture de la parole)
- Gain en vertus (bonté, fidélité, humilité, joie, maîtrise de soi, patience...)



## Conclusion

Les hommes ne se reposent pas de leurs travaux ni lorsqu'ils travaillent dans les champs, labourent, plantent, tirent et bêchent ni de leurs travaux au bureau etc...Dieu est juste. Il a établi un mode d'emploi pour cette vie qu'il nous donne à vivre. **Qui sommes-nous donc pour discuter de la pertinence de celle-ci ?** **Psaumes 119 :142** : « *Ta justice est une justice éternelle, Et ta loi est la vérité.* » Le Dieu de Jacob est le Créateur de la Création dont nous faisons partie. Des règles précises ont été définies afin de maintenir un ordre ici-bas. « *Heureux ceux qui sont intègres dans leur voie, Qui marchent selon la loi de l'Éternel! Heureux ceux qui gardent ses préceptes [...]* Tu as prescrit tes ordonnances, Pour qu'on les observe avec soin. »

Dieu nous invite à prendre nos responsabilités car, en effet, il est écrit :

**Ecclésiaste 12:13-14** « *Écoutons la fin du discours: Crains Dieu et observe ses commandements. C'est là ce que doit faire tout homme. Car Dieu amènera toute œuvre en jugement, au sujet de tout ce qui est caché, soit bien, soit mal.* »



### LES 10 COMMANDEMENTS : Exode 20 :3-17

**I-** *Tu n'auras pas d'autres dieux devant ma face. Tu ne te feras point d'image taillée, ni de représentation quelconque des choses qui sont en haut dans les cieux, qui sont en bas sur la terre, et qui sont dans les eaux plus bas que la terre.*

**II-** *Tu ne te prosterner point devant elles, et tu ne les serviras point; car moi, l'Éternel, ton Dieu, je suis un Dieu jaloux, qui punis l'iniquité des pères sur les enfants jusqu'à la troisième et la quatrième génération de ceux qui me haïssent, et qui fais miséricorde jusqu'en mille générations à ceux qui m'aiment et qui gardent mes commandements.*

**III-** *Tu ne prendras point le nom de l'Éternel, ton Dieu, en vain; car l'Éternel ne laissera point impuni celui qui prendra son nom en vain.*

**IV-** *Souviens-toi du jour du repos, pour le sanctifier. Tu travailleras six jours, et tu feras tout ton ouvrage. Mais le septième jour est le jour du repos de l'Éternel, ton Dieu: tu ne feras aucun ouvrage, ni toi, ni ton fils, ni ta fille, ni ton serviteur, ni ta servante, ni ton bétail, ni l'étranger qui est dans tes portes. Car en six jours l'Éternel a fait les cieux, la terre et la mer, et tout ce qui y est contenu, et il s'est reposé le septième jour: c'est pourquoi l'Éternel a béni le jour du repos et l'a sanctifié.*

**V-** *Honore ton père et ta mère, afin que tes jours se prolongent dans le pays que l'Éternel, ton Dieu, te donne.*

**VI-** *Tu ne tueras point.*

**VII-** *Tu ne commettras point d'adultère.*

**VIII-** *Tu ne déroberas point.*

**IX-** *Tu ne porteras point de faux témoignage contre ton prochain.*

**X-** *Tu ne convoiteras point la maison de ton prochain; tu ne convoiteras point la femme de ton prochain, ni son serviteur, ni sa servante, ni son bœuf, ni son âne, ni aucune chose qui appartienne à ton prochain.* »

Ne profanons **plus** le jour du Sabbat !