

LE REPOS

*“Moi,
j’aime le repos,
dit Dieu.”*



FICHE RESSOURCE N°17 - JANVIER 2021

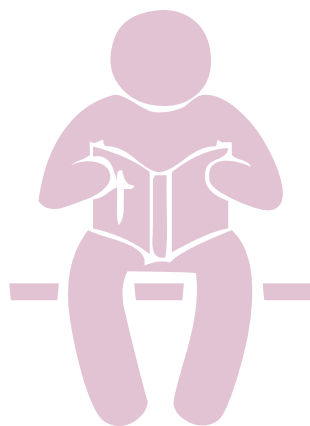
TEXTE BIBLIQUE

Évangile selon saint Matthieu, 11, 25-30

En ce temps-là, Jésus prit la parole et dit :
 “Père, Seigneur du ciel et de la terre, je proclame ta louange : ce que tu as caché aux sages et aux savants, tu l’as révélé aux tout-petits.”

Oui, Père, tu l’as voulu ainsi dans ta bienveillance. Tout m’a été remis par mon Père ; personne ne connaît le Fils, sinon le Père, et personne ne connaît le Père, sinon le Fils, et celui à qui le Fils veut le révéler.

“Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et moi, je vous procurerai le repos. Prenez sur vous mon joug, devenez mes disciples, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos pour votre âme. Oui, mon joug est facile à porter, et mon fardeau, léger.”



COMMENTAIRE

par le père Michel Marie de Conchy

Le repos fait partie de la beauté et de l’harmonie de la Création. Il est en quelque sorte son aboutissement : la Bible commence par nous révéler que le septième jour, après avoir accompli son œuvre de la Création où “tout était bon”, Dieu “se reposa” et accorda une bénédiction spéciale qui sanctifiait le jour de son repos (Livre de la Genèse 2, 3).

Ainsi le Créateur se repose dans la bonté et dans la beauté de ses créatures. Et malgré l’infidélité de l’homme qui entraîna toute la création dans sa chute, Dieu a voulu qu’il puisse retrouver le chemin de la bonté qu’il avait perdu et parvenir à la joie du repos de son Créateur.

Or ce chemin d’amour, c’est le Fils de Dieu lui-même qui est venu l’ouvrir par sa mort et sa Résurrection, et nous invite à venir à Lui, quelles que soient nos peines et nos fatigues.

L’amour du Christ nous permet de goûter pleinement le repos du corps et de l’esprit dont nous avons besoin pour servir avec joie Dieu et nos frères.

TEXTE PROFANE

“J’aime le repos, dit Dieu” - André Beauchamp (Théologien québécois)

Vous vous faites mourir à travailler.
 Vous faites du surtemps pour prendre des vacances.
 Vous vous agitez, vous ruinez vos santés.
 Vous vous surmenez à travailler 35 heures par semaine, quand vos pères tenaient mieux le coup à 60 heures.
 Vous vous déprimez tant pour un surplus d’argent et de confort.
 Vous vous tuez pour des babioles...
 Dites-moi donc ce qui vous prend !

Moi, j’aime le repos, dit Dieu.
 Je n’aime pas le paresseux ! Je le trouve simplement égoïste, car il vit aux dépens des autres.
 Mais j’aime le repos, quand il vient après un grand effort et une tension forte de tout l’être, j’aime les soirs tranquilles après les journées dures, j’aime les dimanches épanouis après les 6 jours fébriles, j’aime les vacances après les saisons d’ouvrage. J’aime la retraite quand la saison est terminée. J’aime le soleil de l’enfant après ses courses folles.

J’aime le repos, dit Dieu. C’est ça qui refait les hommes.
 Le travail, c’est leur devoir, leur défi, leur tâche, leur effort pour donner du pain et vaincre les obstacles.
 Je bénis le travail, mais à vous voir si nerveux, si tendus, je ne comprends pas toujours quelle mouche vous a piqués.
 Vous oubliez de rire, d’aimer, de chanter. Vous ne vous entendez plus, à force de crier.
 Arrêtez donc un peu, prenez le temps de perdre votre temps.
 Prenez le temps de prier, changez de rythme, changez de cœur.

J’aime le repos, dit Dieu.
 Et au seuil du bel été, je vous le dis à l’oreille ; quand vous vous détendez dans la paix du monde, je suis là, près de vous... et je me repose avec vous.



UN OBJET : LA MONTRE

par le père Michel Marie de Conchy

Cette petite horloge de poignet que nous appelons une montre a bien des choses à nous raconter. Si elle pouvait parler que nous dirait-elle ?

“J’aimerais te parler des hommes qui m’ont inventée pour mesurer le temps qui s’écoule, jour après jour, heure par heure, alors que les animaux n’ont pas besoin d’instrument pour mesurer le temps. Ils savent se régler instinctivement. Mais à vous les hommes, Dieu a donné l’intelligence qui vous permet de calculer et mesurer le temps qui passe selon un rythme inscrit dans la nature et le firmament, lié aux mouvements des astres. Il ne vous est pas donné de changer le temps, mais de le remplir. De quoi remplis-tu les heures que je t’indique ?”

LECTURE D’IMAGE

voir sur la page 1 de la fiche

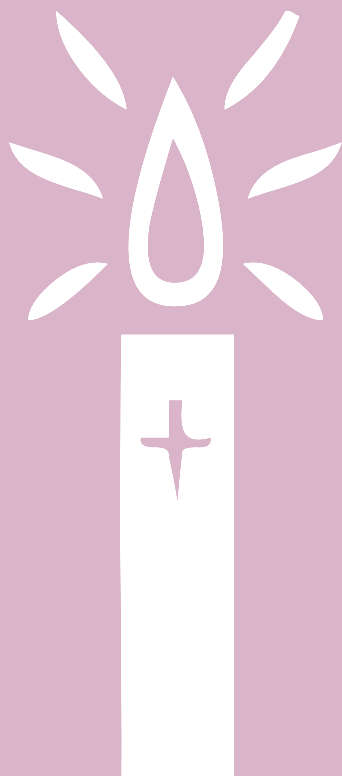
Comment se reposer quand on court après la montre !

La montre donne l’heure, c’est sa fonction. Mais malgré elle, elle montre le temps qui passe, le temps qui court. Le temps passé.

Le repos implique de faire un arrêt pour soi mais sans arrêter le temps. Le temps ne va pas s’arrêter et nous ne devons pas chercher à le ralentir ou le restreindre pendant notre repos.

Nous devons l’accepter ! Notre temps de repos est partie intégrante du temps qui avance... sans nous.

Le temps passé en repos n’est pas du temps perdu mais du temps vécu.



PRIÈRE

Seigneur, je viens vers toi chargé de fatigue.

Vois comme il m’est difficile de porter
tout ce qui fait mon quotidien et entends ma prière.
Tu as dit que tu soulagerais tous ceux qui viennent à toi avec leur fardeau.

Je crois en ta promesse.
Tout ce qui me pèse je te le confie.

Seigneur, accorde-moi un vrai repos, la paix intérieure,
que je puisse vivre avec joie et sérénité.
Je te prie aussi pour tous ceux qui sont face à leurs limites.

Accompagne-les dans leurs épreuves,
afin qu’eux aussi puissent goûter à la joie que tu promets.
Seigneur, donne-nous ton fardeau léger,
montre-nous le chemin que tu veux pour nous aujourd’hui.

DES PISTES DE RÉFLEXION



- Est-ce que je me repose ? Comment je me repose ?
- Qu'est-ce que le repos ? Ne rien faire ? Faire "autre chose" ?
- Se reposer signifie-t-il tout oublier ? Ou penser différemment ?
- Et la prière ? Est-ce qu'on se repose en priant ?
- En repos ? J'oublie la prière ? Pourquoi ?

UNE ACTION POSSIBLE

En équipe, organiser une journée ou un après-midi de détente.

Durant ce temps, chaque membre de l'équipe devra pouvoir "se reposer", c'est-à-dire profiter pleinement du temps de détente et partager des moments de plaisir avec chaque membre du groupe. Ainsi, toutes les tâches devront être partagées, le programme devra tenir compte de toutes les suggestions et correspondre à toutes les attentes (lieux, activités, repas, etc.).

POUR ALLER PLUS LOIN

- **Exhortation apostolique "Evangelii Gaudium"** : n° 266, 279.
- **Exhortation apostolique "Laudato si"** : n° 68, 71, 234, 237.
- **Site de la conférence des évêques de France** : <https://eglise.catholique.fr/actualites/dossiers/dossiersde-2010/ete-2010/370468-vacances-loisirs-repos-le-regard-de-mgr-marcel-perrier/>
- **Revue diocésaine Église dans l'Yonne** : édytorial "Se reposer intégralement", EDY de juillet/août 2019 - lire en ligne
- **Site internet du diocèse de Montauban** : <https://catholique-montauban.ccf.fr/rubriques/gauche/leglise-catholique-en-tarn-et-garonne/textes-de-leveque/annee-2012/le-repos-une-necessite-et-un-bienfait>
- **Site internet Ze Bible** : <https://www.zebible.com/7-trouver-le-repos-grce-lessentiel?rq=repos>

NOTES PERSONNELLES
