



TU SANCTIFIERAS LE JOUR DU SEIGNEUR

Dieu défend :

- par le premier commandement, d'adorer les dieux étrangers,
- par le second, de manquer de respect à son Nom.

Il écarte ainsi les obstacles à la fidélité et au respect qui Lui sont dus.

Dieu détermine ensuite de quelle manière il veut que nous L'honorions.

Par ce troisième commandement, Il nous prescrit de Lui réserver, de Lui "consacrer", un jour de la semaine.

*Souviens-toi du jour du sabbat pour le sanctifier.
Pendant six jours tu travailleras et tu feras tout ton ouvrage ;
mais le septième jour est un sabbat pour le Seigneur ton Dieu.
Tu n'y feras aucun ouvrage, ni toi, ni ton fils, ni ton serviteur(Ex 20, 8-10)*

Le mot "sabbat" signifie "REPOS" et, plus précisément encore, un chômage (cessation du travail) effectué dans une intention religieuse. Dieu nous prescrit "un jour de repos", pas seulement pour nous reposer, mais principalement pour Le "sanctifier" : pour Lui être plus attentifs ce jour-là que les autres jours de la semaine où nous sommes absorbés par les nécessités de la vie quotidienne.

Donc le sabbat ne consiste pas simplement à cesser le travail, mais à consacrer nos forces à célébrer dans la joie notre Créateur et Rédempteur.

Ce repos est une fête en l'honneur du Seigneur.

Plan de ce document

I - Pourquoi un repos ?

II - Pourquoi Dieu a-t-il consacré un jour à son service ?

III - Le jour du Seigneur

IV - L'obligation de la messe du dimanche

V - Les occupations du dimanche

I - Pourquoi un repos ?

Déjà sur un simple plan naturel, le repos est une nécessité de notre nature humaine. Nous le voyons bien dans notre vie quotidienne, où nous avons besoin, pour refaire nos forces, d'une alternance entre repos et activité (nourriture, sommeil ...). Cela nous est imposé par notre nature et détermine fondamentalement le rythme de toutes nos journées.

Mais l'homme n'a pas seulement une vie physique, une vie matérielle. Corps et esprit, il ne lui suffit pas de refaire les forces de son corps. Ce même besoin de "repos" s'applique aussi à son esprit : il lui est tout aussi nécessaire d'assurer, avec au moins autant de soin, l'entretien de sa vie spirituelle.

| "L'homme ne se nourrit pas seulement de pain ... " (Mt 4, 4).



Mais où l'esprit humain pourrait-il puiser la force dont il a besoin et trouver sa plénitude ?
En Dieu. En Dieu seulement.

C'est par Lui, et pour Lui, que l'homme a été créé ; il se doit donc tout entier à Lui et devrait même continuellement l'adorer et Lui rendre des actions de grâces. Mais pareille exigence n'est pas compatible avec les nécessités de la vie humaine (même chez les religieux...). Aussi bien ce n'est pas cela que Dieu nous demande.

Du moins devons-nous réserver dans notre vie assez de temps pour Dieu et pour la prière. La contemplation des choses divines nourrit notre âme et refait ses forces dans le but maintenir dans nos journées cette vie de *relation à Dieu* ("religion").

Réserver dans notre vie assez de temps pour Dieu et pour la prière... ?
Ce temps, Dieu l'a fixé Lui-même : un jour sur sept.

Ainsi, des sept jours de la semaine, il y en a six qu'on peut appeler, en un sens, "**les jours de l'homme**", parce qu'ils lui sont donnés pour ses affaires temporelles.

Mais le septième jour est **pour Dieu** :

| *Le septième jour est un sabbat, un repos complet consacré au Seigneur. (Ex 31, 15)*

Ce jour est à proprement parler "**le jour de Dieu**" : un jour SAINT, réservé au Seigneur, parce que Dieu l'a *sanctifié*, l'a fait *saint* (c'est-à-dire séparé de tout usage profane).

II - Pourquoi Dieu a-t-il consacré un jour à son service ?

Il y a à cela deux raisons :

Repos, participation au repos du Créateur

En créant les hommes à son image, Dieu a voulu qu'ils L'imitent aussi dans son activité.

C'est pourquoi Il leur a commandé ce repos du septième jour, pour célébrer la mémoire de la création de l'univers et de ce repos mystérieux où, après avoir terminé son ouvrage, Lui-même est entré le septième jour :

| *En six jours le Seigneur a fait le ciel et la terre, la mer et tout ce qui s'y trouve, mais Il s'est **reposé** le septième jour. Voilà pourquoi le Seigneur a béni le jour du Sabbat, Il l'a sanctifié. (Ex 20, 11)*

Se reposer un jour sur sept, c'est donc se conformer à Lui, suivre son exemple.

Cependant, ce temps dont nous disposons en ce jour de repos, ne nous en sentons-nous pas, bien souvent, les maîtres, libres d'en disposer à notre guise ?

En réalité, ce jour ne nous appartient pas, il nous est "donné" par Dieu, tout autant que les autres jours, mais il nous est donné :

- pour L'honorer et davantage penser à Lui ce jour-là,
- pour nourrir notre esprit des réalités spirituelles, ce que nous n'avons pas, ou pas assez, le temps de faire dans la semaine.



Repos, signe de libération

En ordonnant aux Israélites de respecter le sabbat, Dieu voulait qu'ils conservent le souvenir des miracles qu'Il avait faits pour les délivrer de la servitude d'Égypte : ce jour du sabbat était destiné à le leur rappeler plus particulièrement.

Tu te souviendras que tu as été esclave au pays d'Égypte et que le Seigneur ton Dieu t'en a fait sortir à main forte et à bras étendu. Voilà pourquoi le Seigneur ton Dieu te commande de pratiquer le jour du sabbat. (Dt 5, 15)

Ces mots, pourtant, ne s'adressent pas uniquement aux Hébreux que Dieu a fait "sortir d'Égypte" à un certain moment de l'histoire.

Pour nous aussi, ces mots ont un sens :

L'Égypte représente le monde : c'est là cette maison de servitude (Ex 20, 2), où l'homme vit sous la tyrannie de la chair, sous le harcèlement continu des affaires du siècle. Le Christ nous en a fait sortir par le mystère de la Rédemption, Il nous a rendus à la liberté des enfants de Dieu. Après avoir détruit nos ennemis dans la mer Rouge, c'est-à-dire dans les eaux du baptême, il nous conduit, à travers le désert du renoncement, au pied de la montagne de la perfection chrétienne ..."

(Dom Jean de MONLÉON osb. Histoire Sainte Tome II Moïse. Ed. de la Source)

Dans le cadre de ce troisième commandement, le "repos" qui nous est prescrit est donc aussi signe de liberté : il signifie que nous ne devons pas nous laisser asservir par les nécessités sans fin de la vie matérielle, moins encore par la recherche d'un gain par notre travail ce jour-là.

III - Le jour du Seigneur

Dans l'Ancienne Loi...

Le jour du sabbat était le samedi (en italien, samedi se dit "sabbato").

Dieu a confié à Israël le sabbat pour qu'il le garde en signe de son alliance.

Quiconque fera un travail le jour du sabbat sera puni de mort. Les enfants d'Israël observeront le sabbat et le célébreront, eux et leurs descendants, comme une alliance éternelle. Ce sera, entre Moi et eux, un signe à perpétuité. (Ex 31, 16)

Le sabbat est pour le Seigneur, saintement réservé à la louange de Dieu, de son œuvre de création et de ses actions salvifiques en faveur d'Israël. (CEC 2171)

Dans la Loi nouvelle... Du sabbat au dimanche

Le "septième jour" a été remplacé par "le premier jour de la semaine" : le DIMANCHE, en l'honneur du jour de la Résurrection du Christ Jésus Notre Seigneur.

Jésus est ressuscité d'entre les morts "le premier jour de la semaine" (mentionné dans les quatre évangélistes : Mt 28, 1 - Mc 16, 2 - Lc 24, 1 - Jn 20,1).

En tant que "premier jour", le jour de la Résurrection du Christ rappelle la première création.

En tant que "huitième jour" qui suit le sabbat, il signifie la nouvelle création inaugurée avec la Résurrection du Christ. Il est devenu pour les chrétiens le premier de tous les jours, la première de toutes les fêtes, le JOUR du SEIGNEUR, le "dimanche".

Le dimanche se distingue expressément du sabbat auquel il succède chronologiquement, chaque semaine, et dont il remplace pour les chrétiens la prescription cérémonielle.



Il accomplit, dans la Pâque du Christ, la vérité spirituelle du sabbat juif et annonce le repos éternel de l'homme en Dieu. Car le culte de la loi préparait le mystère du Christ, et ce qui s'y pratiquait figurait quelque trait relatif au Christ :

Ceux qui vivaient selon l'ancien ordre des choses sont venus à la nouvelle espérance, n'observant plus le sabbat, mais le Jour du Seigneur, en lequel notre vie est bénie par Lui et par sa mort. (Saint Ignace d'Antioche).

*La célébration du dimanche observe la prescription morale naturellement inscrite au cœur de l'homme de "**rendre à Dieu un culte extérieur, visible, public et régulier** sous le signe de son bienfait universel envers les hommes" (Saint Thomas d'Aquin).*

Le culte dominical accomplit le précepte moral de l'Ancienne Alliance dont il reprend le rythme et l'esprit en célébrant chaque semaine le Créateur et le Rédempteur de son peuple. (CEC 2174-2176)

Honneur rendu à la Sainte Trinité

En sanctifiant le premier jour de la semaine, L'Église chrétienne honore :

- le **Père** Tout-Puissant, comme Créateur et conservateur de toutes choses ;
- Jésus-Christ, son **Fils** unique, comme notre Sauveur, qui nous a affranchis de la servitude du démon et du péché et qui, après les travaux de sa vie mortelle, est entré par sa Résurrection dans son repos éternel, figuré par le repos de Dieu après l'ouvrage de la création ;
- et le **Saint-Esprit**, comme le principe de notre nouvelle création, plus merveilleuse encore que la première, par laquelle, ayant été tirés du néant du péché, nous avons reçu un être nouveau et une vie nouvelle.

IV - L'obligation de la messe du dimanche

La célébration dominicale du Jour et de l'Eucharistie du Seigneur est au cœur de la vie de l'Église.

Cette pratique de l'assemblée chrétienne date des débuts de l'âge apostolique. Ils se montraient assidus aux instructions des Apôtres, fidèles à la communion fraternelle, à la fraction du pain et aux prières. (Ac 2, 42) (CEC 2177-2178)

Cette obligation nous vient, non pas directement du troisième commandement de Dieu, mais du premier COMMANDEMENT de l'ÉGLISE.

En bonne Mère et pour notre bien, c'est l'Église qui nous fait un **DEVOIR GRAVE d'assister à la Messe le dimanche** (voir CEC 2041-2042).

Le commandement de l'Église détermine et précise la Loi du Seigneur : "Le dimanche et les autres jours de fête de précepte, les fidèles sont tenus par l'obligation de participer à la Messe" (Droit Canon).

Les jours de précepte ou d'obligation sont :

- tous les dimanches,
- au nombre de quatre en France : le jeudi de l'Ascension, ainsi que Noël, le 15 août et la Toussaint (1^{er} novembre) qui ne tombent qu'exceptionnellement un dimanche.



L'Eucharistie du dimanche fonde et sanctionne toute la pratique chrétienne. C'est pourquoi les fidèles sont obligés de participer à l'Eucharistie les jours de précepte, à moins d'en être excusés pour une raison sérieuse (par exemple la maladie, le soin des nourrissons) ...

| *Ceux qui délibérément manquent à cette obligation commettent un péché grave.*
| (CEC 2180-2181)

Le dimanche, il n'y a pas que la Messe

Le commandement de l'Église "détermine et précise" le commandement de Dieu : Tu sanctifieras le Jour du Seigneur.

Il y a néanmoins entre les deux une **sensible différence** :

- d'abord, une différence de durée : le temps de la messe nous prend entre une heure et une heure et demie, tandis que le commandement de Dieu nous oblige à sanctifier **toute la journée** du dimanche.

- ensuite, il peut se faire, occasionnellement, que nous soyons dispensés de l'assistance à la messe "pour une raison sérieuse"...

Mais il n'y a **jamais de dispense** pour la sanctification du dimanche, telle qu'elle nous est prescrite par le commandement de Dieu.

Donc, même si nous sommes empêchés d'assister à la Messe, nous ne sommes pas pour autant dispensés de sanctifier notre journée du dimanche. Ce que nous pourrions faire en remplaçant le temps de la Messe par un temps de prière plus long, la méditation d'une lecture spirituelle, et le désir de tout faire dans notre journée dans cet esprit du "Jour du Seigneur", en Lui offrant tout ce que nous faisons.

Ainsi, les chrétiens qui pensent en avoir fait assez quand ils ont assisté à la messe du dimanche confondent le commandement de Dieu avec celui de l'Église.

En nous faisant l'obligation de participer à la Messe, l'Église nous donne un moyen, et le meilleur, de sanctifier le dimanche, mais elle n'a jamais pensé que ce moyen puisse tenir lieu du "tout".

À propos des raisons sérieuses

Disons quelques mots au sujet de ces motifs qui peuvent légitimement nous dispenser de participer à la Messe du dimanche :

la garde d'un malade, le soin d'un bébé, certaines obligations professionnelles, comme celles d'une infirmière, d'un médecin, des conducteurs de trains, d'autobus ... sont de réelles "raisons sérieuses".

Ne sont pas des "raisons sérieuses" toutes les activités de loisir, dans la mesure où nous nous croyons pour cela dispensés de la Messe. Il n'est pas défendu, le dimanche, de faire du ski ou d'aller à la piscine, de participer à une course de vélo ou à une représentation de théâtre ... mais cela passe APRÈS la messe !

Exemple : un garçon de 15 ans, le meilleur de son équipe de football, a le courage de dire à son entraîneur : "Non, dimanche, l'entraînement, pas à 9 heures... à 10 heures. Avant, je vais à la messe. Ou sinon, je ne viens pas."

Et la messe du samedi soir

Elle a été établie en 1983 précisément pour faciliter l'assistance à la messe des personnes ayant des "raisons sérieuses" de ne pas assister à la messe le dimanche.

Mais très vite, les abus se sont introduits.



Elle n'a été pas établie pour faciliter notre agrément personnel (comme partir au ski ou au bord de la mer toute la journée du dimanche), Sinon, c'est tout l'esprit de la "sanctification du dimanche" qui s'évapore ...

Il est vrai que, dans la société très laïcisée dans laquelle nous vivons, nous avons vite fait de perdre de vue cette vision chrétienne du dimanche.

Libres des servitudes du travail quotidien, nous aurions facilement tendance à "annexer" à notre profit cette journée plus libre que les jours de semaine. Ne perdons pas de vue que c'est le JOUR du SEIGNEUR : "sanctifions-le" comme Dieu nous le demande.

Commandement pas seulement personnel, mais familial et social

L'observation du dimanche est une loi divine qui s'applique à la fois à chacun mais aussi aux familles et à la société tout entière.

Il s'ensuit qu'une famille, une société, si elles ne respectent pas la loi de Dieu sur ce point, repoussent d'elles la bénédiction de Dieu et s'attirent infailliblement de grands malheurs. Elles perdent la notion de Dieu, Créateur et Rédempteur du monde. Elles perdent la notion du travail bien compris ; elles perdent de vue le but de leur existence terrestre et s'éloignent de plus en plus de la vie éternelle pour laquelle Dieu nous a créés.

Mais les familles - et les sociétés - qui respectent la loi divine y gagnent l'ordre, la paix, la conservation des vrais principes domestiques et sociaux, et demeurent sur la route du bonheur éternel.

L'encyclique de Jean-Paul II "[Dies Domini](#)" (31 mai 1998) a rappelé la grande importance du respect du Jour du Seigneur

V - Les occupations du dimanche

*Le dimanche est un temps de réflexion, de silence, de culture et de méditation qui favorisent la croissance de la vie intérieure et chrétienne.
(CEC 2186)*

La dominante du dimanche, c'est d'arrêter pour un jour les activités habituelles, au bénéfice de ce que nous n'avons pas assez le temps de faire dans la semaine : activités de l'esprit et de détente.

Défendu ? Permis ?

L'Église a toujours interdit ce jour-là les "œuvres serviles", c'est-à-dire les gros travaux matériels où le corps a plus de part que l'esprit : tout ce qui occasionne une fatigue telle que l'homme "s'abrutit". Il en arrive à ne plus pouvoir élever sa pensée vers les choses spirituelles et vers Dieu. Le saint Curé d'Ars disait : "le travail du dimanche ne profite jamais !"

Pendant le dimanche et les autres jours de fête de précepte, les fidèles s'abstiendront de se livrer à des travaux ou à des activités qui empêchent le culte dû à Dieu, la joie propre au Jour du Seigneur, la pratique des œuvres de miséricorde et la détente convenable de l'esprit et du corps.

Les nécessités familiales ou une grande utilité sociale constituent des excuses légitimes vis-à-vis du précepte du repos dominical. Les fidèles veilleront à ce que de légitimes excuses n'introduisent pas des habitudes préjudiciables à la religion, à la vie de famille et à la santé. (CEC 2185)

Un travail inhabituel, à condition de ne pas gêner le recueillement et la prière, peut très bien être fait dans un but de détente, voire de repos par rapport au travail de la semaine. Ainsi, faire



du jardinage sera une détente pour celui qui "s'abrutit" toute la semaine devant un ordinateur, ou pour un intellectuel. Et cela lui permettra de "prendre l'air" !
D'autre part, si le travail ne dure que peu de temps, ou s'il est indispensable à divers égards sérieux : là il n'y a pas de faute.
Sinon, travailler les dimanches et jours de fête d'obligation est réellement une faute grave.

Plus de prière...

La journée du dimanche nous donne l'opportunité de prendre le temps de prier plus, de relire les lectures de la messe... (penser aussi à ces lectures à la prière du samedi soir).

Favoriser la vie de famille

Consacrer notre temps libre à nos enfants. C'est l'occasion pour les enfants d'avoir leurs parents, et surtout leur père, pour eux : jeux, promenades tous ensemble, histoires ... ou discussions, avec les plus grands.

Dans le contexte social actuel, c'est là une tâche prioritaire et elle a une très grande valeur. Ne la sous-estimons pas !

┌ *Les chrétiens sanctifieront encore le dimanche en donnant à leur famille et à leurs proches le temps et les soins, difficiles à accorder les autres jours de la semaine. (CEC 2186)*

Pensons aux autres...

Enfin, il est une autre activité dominicale que nous avons bien souvent complètement perdue de vue, immergés comme nous le sommes dans une société "laïcisée" où l'intérêt personnel et l'égoïsme sont rois, ce sont les visites aux isolés : malades, personnes âgées (la vieille tante seule chez elle ou en EHPAD...), personnes dans l'épreuve ... si heureux d'une visite "rayon de soleil" dans la grisaille d'une existence trop triste ou difficile.

Pensons encore à ces jeunes qui se dévouent auprès des handicapés pour les sortir tout le temps d'un week-end et leur consacrent une bonne part de leurs temps libres.

┌ *Le dimanche est traditionnellement consacré par la piété chrétienne aux bonnes œuvres et aux humbles services des malades, des infirmes, des vieillards. (CEC 2186)*