

---

date: 2017-07-02 title: "Des Vacances Qui Font du Bien : Se Reposer en Dieu" description: Un thème pour des vacances centrées sur le repos spirituel et physique en Dieu, avec des activités pour toute la famille.  
tags: - vacances - repos - sabbat - foi - famille - ressourcement - spirituel category: "Vie Chrétienne"

---

## Vacances

“Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés, et je vous donnerai du repos.” (Matthieu 11:28)

Prière d'ouverture :

Seigneur, nous te remercions pour ce temps que tu nous accordes, un temps de pause dans nos vies souvent chargées. Aide-nous à saisir cette opportunité pour nous ressourcer en Toi, pour redécouvrir la joie de Ton repos et pour grandir dans notre relation avec Toi. Que ces moments soient une bénédiction pour chacun de nous et pour nos familles. Amen.

Brise-glace : La Carte Postale des Vacances Idéales

Chacun reçoit une feuille et des crayons de couleur. Demandez à chacun de dessiner ou d'écrire une carte postale décrivant ses vacances idéales. Que souhaiterait-il y trouver ? Ensuite, partagez brièvement ces cartes postales et découvrez les désirs de repos, d'aventure, de partage, etc.

## **Le Repos : Un Don de Dieu, Une Nécessité Vitale**

L'idée de "vacances" évoque la pause, la cessation des activités habituelles, le temps libre. Dans la Bible, ce concept trouve son origine dans le Sabbat, un jour de "repos" et de "cessation d'activité". Dès la Genèse, Dieu lui-même s'est reposé après sa création, instaurant un rythme sacré pour l'humanité. Le Sabbat n'était pas une simple journée sans travail, mais un moment dédié à la sanctification, un rappel de la délivrance d'Égypte et une invitation à se confier en Dieu.

Aujourd'hui, alors que le rythme effréné de la vie moderne nous épuise, le message du repos offert par Jésus résonne avec une pertinence particulière : « Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés, et je vous donnerai du repos. » (Matthieu 11:28). Le repos, loin d'être une paresse, est une invitation à se reconnecter à Dieu, notre source de force, et à retrouver un équilibre physique et spirituel. L'exemple d'Élie, épuisé malgré ses exploits, nous montre que même les plus fidèles ont besoin de ce ressourcement divin. Le repos en Dieu nous permet de nous appuyer sur sa puissance dans nos épreuves, sachant que « Si l'Éternel ne bâtit la maison, ceux qui la bâtissent travaillent en vain » (Psaume 127:1). Entrer dans le repos de Dieu, c'est se reposer de nos œuvres pour laisser Dieu agir en nous et à travers nous.

---

Répartition des groupes :

Nous allons maintenant nous diviser en deux groupes pour explorer plus en profondeur ce thème précieux.

Groupe 1 : Le Repos Physique et Spirituel – La Recharge Divine Ce groupe se concentrera sur l'importance du repos pour notre corps et notre âme, et comment Dieu nous invite à ce repos.

Groupe 2 : Vivre des Vacances selon Dieu – L'Application Pratique Ce groupe explorera les "10 paroles" pour des vacances réussies selon Dieu, en se concentrant sur la manière de vivre sa foi pendant cette période.

---

# Groupe 1 : Le Repos Physique et Spirituel – La Recharge Divine

## Fiche 1 : La Source du Repos

- Titre : Un Souffle Divin pour l'Âme
  - Verset clé : « Le Seigneur donne de la force à son peuple, il bénit son peuple et le rend heureux. » (Psaume 29:11)
  - Explication ou objectif : Comprendre que le repos véritable vient de Dieu et est une source de force renouvelée.
  - Réflexion : Dans quels moments de votre vie avez-vous ressenti un repos profond et régénérateur ? Était-ce lié à un moment de déconnexion de vos préoccupations ? Comment pouvons-nous apprendre à nous déconnecter de nos soucis pour nous connecter plus pleinement à Dieu, notre source de repos ?
  - Dans quels moments de votre vie avez-vous ressenti un repos profond et régénérateur ? Était-ce lié à un moment de déconnexion de vos préoccupations ?
  - Comment pouvons-nous apprendre à nous déconnecter de nos soucis pour nous connecter plus pleinement à Dieu, notre source de repos ?
  - Citation d'un héros de la foi : « Le repos n'est pas une perte de temps, mais un investissement dans l'efficacité. » – D.L. Moody
  - Activité créative ou illustration collaborative : Dessinez ou écrivez sur un grand papier les choses qui vous empêchent de vous reposer (stress, inquiétudes, listes de choses à faire). Puis, à côté, dessinez ou écrivez ce qui vous apporte du repos (prière, nature, temps en famille, musique...).
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Identifiez une activité simple qui vous apporte du repos (lire, écouter de la musique douce, méditer sur un Psaume) et engagez-vous à la faire chaque jour pendant votre temps de vacances ou votre temps de repos.
- 

## Fiche 2 : Le Sabbat, un Cadeau pour le Bien-être

- Titre : Le Sabbat : Un Rythme Béni
- Verset clé : « Le jour du repos est fait pour l'homme, et non l'homme pour le jour du repos. » (Marc 2:27)
- Explication ou objectif : Découvrir que le Sabbat est un don de Dieu pour notre bien-être physique, mental et spirituel.
- Réflexion : Quelles sont les activités qui vous font le plus vous sentir "vivant" et non simplement occupé ? Comment pourrions-nous intégrer un rythme de "Sabbat" dans nos vies, même en dehors du dimanche, pour nous permettre de nous ressourcer ?
- Quelles sont les activités qui vous font le plus vous sentir "vivant" et non simplement occupé ?
- Comment pourrions-nous intégrer un rythme de "Sabbat" dans nos vies, même en dehors du dimanche, pour nous permettre de nous ressourcer ?
- Citation d'un héros de la foi : « Le sabbat est un remède divin pour les maux du monde moderne. » – Abraham Joshua Heschel
- Activité créative ou illustration collaborative : Créez une "boîte à repos" ensemble. Chaque membre de la famille peut y ajouter des idées d'activités qui favorisent le repos et la déconnexion : un livre, une recette simple, une liste de jeux de société, des cartes pour écrire des encouragements, une playlist de musique douce.

- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Choisissez une journée par semaine pour expérimenter un "mini-Sabbat" où vous réduisez volontairement les activités stressantes et vous concentrez sur le repos, la famille et Dieu.
- 

### **Fiche 3 : Quand la Fatigue nous Frappe : L'Exemple d'Élie**

- Titre : La Force dans la Vulnérabilité
  - Verset clé : « Le Seigneur le relève et lui redonne des forces. » (1 Rois 19:11)
  - Explication ou objectif : Reconnaître que la fatigue et la vulnérabilité font partie de notre humanité et que Dieu pourvoit à nos besoins.
  - Réflexion : Quelles sont les situations qui vous ont le plus marqué par la fatigue, tant physique que spirituelle ? Comment avez-vous réagi ? Comment pouvons-nous apprendre à reconnaître nos limites et à demander l'aide de Dieu, comme Élie l'a fait (implicitement par sa fuite et sa lassitude) et comme l'ange l'a secouru ?
  - Quelles sont les situations qui vous ont le plus marqué par la fatigue, tant physique que spirituelle ? Comment avez-vous réagi ?
  - Comment pouvons-nous apprendre à reconnaître nos limites et à demander l'aide de Dieu, comme Élie l'a fait (implicitement par sa fuite et sa lassitude) et comme l'ange l'a secouru ?
  - Citation d'un héros de la foi : « Les grandes choses pour Dieu sont faites par des personnes ordinaires qui ont appris à se reposer sur Lui. » – Hudson Taylor
  - Activité créative ou illustration collaborative : Dessinez un arbre. Sur les racines, écrivez les sources de votre fatigue. Sur le tronc, écrivez ce que Dieu vous donne pour vous soutenir (sa Parole, la prière, le soutien des frères et sœurs). Sur les branches et les feuilles, écrivez les bénédictions et les fruits de ce repos.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : La prochaine fois que vous vous sentez épuisé, au lieu de culpabiliser ou de vous épuiser davantage, prenez un moment pour prier et demander à Dieu de vous renouveler.
- 

### **Fiche 4 : Le Repos en Dieu : Une Assurance Divine**

- Titre : S'appuyer sur la Rochet
- Verset clé : « En tout temps, ayez confiance en lui, répandez votre cœur devant lui; Dieu est notre refuge. » (Psaume 62:9)
- Explication ou objectif : Confirmer que notre sécurité et notre repos résident en Dieu, pas dans nos propres forces ou nos circonstances.
- Réflexion : Qu'est-ce qui vous donne généralement un sentiment de sécurité ? Pouvez-vous identifier quand cette sécurité est menacée ? Comment pouvons-nous consciemment choisir de placer notre confiance en Dieu, même lorsque les circonstances semblent précaires ?
- Qu'est-ce qui vous donne généralement un sentiment de sécurité ? Pouvez-vous identifier quand cette sécurité est menacée ?
- Comment pouvons-nous consciemment choisir de placer notre confiance en Dieu, même lorsque les circonstances semblent précaires ?
- Citation d'un héros de la foi : « La foi, c'est faire confiance à Dieu quand on ne le voit pas. » – William Booth

- Activité créative ou illustration collaborative : Ensemble, créez une "chaîne de confiance". Chaque personne écrit une chose pour laquelle elle fait confiance à Dieu sur un petit morceau de papier, puis les relie avec du ruban adhésif ou une agrafeuse pour former une longue chaîne, symbolisant la continuité de la confiance.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Identifiez une inquiétude qui vous pèse et écrivez-la sur un bout de papier. Puis, priez pour cette inquiétude en la remettant entre les mains de Dieu, et jetez le papier, symbolisant le lâcher-prise.
- 

## Fiche 5 : Le Repos Éternel : L'Espérance Finale

- Titre : Le Repos sans Fin
  - Verset clé : « Car celui qui est entré dans le repos de Dieu se repose lui-même de ses œuvres, comme Dieu s'est reposé des siennes. » (Hébreux 4:10)
  - Explication ou objectif : Comprendre que notre repos actuel en Dieu est une anticipation du repos éternel que nous vivons avec Lui.
  - Réflexion : Qu'est-ce que le concept de "repos éternel" évoque pour vous ? Y a-t-il de la joie, de la paix, de la sécurité ? Comment le fait de vivre le repos de Dieu aujourd'hui peut-il influencer notre espérance et notre perspective du ciel ?
  - Qu'est-ce que le concept de "repos éternel" évoque pour vous ? Y a-t-il de la joie, de la paix, de la sécurité ?
  - Comment le fait de vivre le repos de Dieu aujourd'hui peut-il influencer notre espérance et notre perspective du ciel ?
  - Citation d'un héros de la foi : « Quand je suis mort, je veux qu'on se souvienne de moi comme de quelqu'un qui a aimé le monde et qui a fait confiance en Dieu. » – Corrie ten Boom
  - Activité créative ou illustration collaborative : Créez une fresque représentant le ciel, notre repos éternel. Utilisez des couleurs vives, des symboles de paix et de joie. Chaque personne peut ajouter un élément qui représente pour elle ce repos.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Prenez quelques minutes chaque jour pour méditer sur l'espérance du repos éternel et laissez cette perspective transformer votre façon de vivre les difficultés présentes.
-

## Groupe 2 : Vivre des Vacances selon Dieu – L'Application Pratique

### Fiche 1 : La Météo de la Charité et de l'Amour

- Titre : Vacances sous le Signe de l'Amour
  - Verset clé : « Que votre conduite soit exempte d'avarice; contentez-vous de ce que vous avez, car Dieu lui-même a dit : Je ne te délaisserai pas et je ne t'abandonnerai pas. » (Hébreux 13:5)
  - Explication ou objectif : S'assurer que nos vacances soient animées par l'amour et le partage, et non par l'égoïsme déguisé en détente.
  - Réflexion : Quels sont les signes d'égoïsme que nous pouvons involontairement laisser transparaître pendant nos vacances (par exemple, exiger que tout soit fait pour nous, se plaindre facilement) ? Comment pouvons-nous activement cultiver un esprit de générosité et de service envers les autres pendant nos vacances ?
  - Quels sont les signes d'égoïsme que nous pouvons involontairement laisser transparaître pendant nos vacances (par exemple, exiger que tout soit fait pour nous, se plaindre facilement) ?
  - Comment pouvons-nous activement cultiver un esprit de générosité et de service envers les autres pendant nos vacances ?
  - Citation d'un héros de la foi : « L'amour est le langage universel qui ne se fatigue jamais. » – C.S. Lewis
  - Activité créative ou illustration collaborative : Distribuez des cœurs en papier. Chacun écrit une manière concrète de manifester l'amour et la charité pendant les vacances (aider un membre de la famille, être patient, partager ses affaires, sourire à un inconnu). Accrochez ces cœurs sur un fil pour faire une guirlande.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Engagez-vous à faire au moins un acte de gentillesse désintéressée chaque jour pendant vos vacances, envers un membre de votre famille ou une autre personne.
- 

### Fiche 2 : Dieu dans nos Valises

- Titre : Emportez le Plus Précieux
- Verset clé : « Cherchez d'abord le royaume et la justice de Dieu, et toutes ces choses vous seront données par-dessus. » (Matthieu 6:33)
- Explication ou objectif : S'assurer que Dieu soit au cœur de nos vacances, pas une simple addition ou un accessoire.
- Réflexion : Comment pouvons-nous faire de Dieu une présence réelle et constante dans nos vacances, et pas seulement lors d'un court moment de prière matinale ? Quelles sont les "valises" que nous avons tendance à remplir en partant en vacances, et comment pouvons-nous y faire une place de choix pour Dieu ?
- Comment pouvons-nous faire de Dieu une présence réelle et constante dans nos vacances, et pas seulement lors d'un court moment de prière matinale ?
- Quelles sont les "valises" que nous avons tendance à remplir en partant en vacances, et comment pouvons-nous y faire une place de choix pour Dieu ?
- Citation d'un héros de la foi : « Si Dieu est votre bagage, vous aurez tout. » – George Müller
- Activité créative ou illustration collaborative : Préparez symboliquement une valise pour Dieu. Dessinez ou écrivez sur un carton ce que Dieu représente pour vous et ce que vous souhaitez qu'il expérimente avec vous pendant vos vacances (sa présence, sa joie, sa paix, sa direction).

- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Prenez votre Bible ou une application avec des versets chaque jour. Choisissez un verset et méditez-le pendant 5 minutes, en le laissant guider votre journée.
- 

### Fiche 3 : Une Route dans la Foi

- Titre : La Foi, Notre Boussole
  - Verset clé : « Les pas de l'homme juste sont assurés par l'Eternel, et il prend plaisir à le voir réussir. » (Psaume 37:23)
  - Explication ou objectif : Cultiver une foi vivante et active qui guide nos décisions et nos actions pendant les vacances.
  - Réflexion : Comment notre foi influence-t-elle nos choix en temps normal ? Comment peut-elle influencer nos choix pendant les vacances ? Dans quelles situations de vacances pouvons-nous être tentés de faire confiance à nos propres plans plutôt qu'à la direction de Dieu ?
  - Comment notre foi influence-t-elle nos choix en temps normal ? Comment peut-elle influencer nos choix pendant les vacances ?
  - Dans quelles situations de vacances pouvons-nous être tentés de faire confiance à nos propres plans plutôt qu'à la direction de Dieu ?
  - Citation d'un héros de la foi : « La foi, c'est se jeter à l'aveugle dans les bras de Dieu. » – John Wesley
  - Activité créative ou illustration collaborative : Dessinez une carte routière. Sur chaque "croisement" ou "direction", écrivez des décisions possibles pendant les vacances (aller à tel endroit, participer à telle activité, répondre à telle invitation). Puis, pour chaque croisement, discutez de ce que la foi nous indiquerait.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Avant de prendre une décision pendant vos vacances (même une petite décision comme choisir un restaurant), prenez un moment pour demander à Dieu sa direction et faites un acte de foi en suivant ce qu'Il vous inspire.
- 

### Fiche 4 : Fuir les Lieux Sans Dieu

- Titre : Choisir la Lumière
- Verset clé : « Éloigne-toi du mal et fais le bien; cherche la paix et poursuis-la. » (Psaume 34:15)
- Explication ou objectif : Avoir le courage et la sagesse de refuser les situations ou les lieux qui nous exposent à des influences négatives ou dangereuses.
- Réflexion : Qu'entendons-nous par "lieux sans Dieu" ou "situations ambiguës" dans le contexte de nos vacances ? (Cela peut inclure des lieux, des conversations, des divertissements). Comment pouvons-nous discerner ces situations et avoir le courage de dire non, sans nous sentir jugés ou exclus ?
- Qu'entendons-nous par "lieux sans Dieu" ou "situations ambiguës" dans le contexte de nos vacances ? (Cela peut inclure des lieux, des conversations, des divertissements).
- Comment pouvons-nous discerner ces situations et avoir le courage de dire non, sans nous sentir jugés ou exclus ?
- Citation d'un héros de la foi : « La sainteté n'est pas une option, c'est une obligation. » – David Wilkerson
- Activité créative ou illustration collaborative : Créez deux panneaux : "Lumière" et "Obscurité". Demandez aux participants d'écrire sur des petits papiers des exemples d'activités ou de situations qu'ils considèrent comme "lumière" (qui honorent Dieu) et d'autres comme "obscurité" (qui s'en éloignent). Placez les papiers sous le panneau correspondant.

- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Soyez attentif à votre entourage pendant les vacances. Si une situation vous semble inconfortable ou contraire à vos valeurs, ayez le courage de vous éloigner ou de proposer une alternative plus saine.
- 

## Fiche 5 : Des Moments pour Dieu Seul

- Titre : Le Rendez-vous avec l'Amour
  - Verset clé : « Mais toi, quand tu pries, entre dans ta chambre, ferme ta porte, et prie ton Père qui est là dans le lieu secret; et ton Père, qui voit dans le lieu secret, te le rendra. » (Matthieu 6:6)
  - Explication ou objectif : Accorder une importance primordiale à des temps de communion personnelle avec Dieu, comme une prolongation du repos dominical.
  - Réflexion : Comment ces moments de solitude avec Dieu nourrissent-ils notre relation avec Lui et notre force intérieure ? Quels sont les obstacles qui nous empêchent souvent de prendre ces moments privilégiés pendant nos vacances (ex: peur de l'ennui, pression sociale) ?
  - Comment ces moments de solitude avec Dieu nourrissent-ils notre relation avec Lui et notre force intérieure ?
  - Quels sont les obstacles qui nous empêchent souvent de prendre ces moments privilégiés pendant nos vacances (ex: peur de l'ennui, pression sociale) ?
  - Citation d'un héros de la foi : « Le temps passé en prière n'est jamais du temps perdu. » – Charles Spurgeon
  - Activité créative ou illustration collaborative : Dessinez une "retraite intérieure". Chaque personne peut dessiner ce qui représente pour elle un moment de paix et de communion avec Dieu (un fauteuil confortable, un paysage paisible, un livre ouvert). Assemblez ces dessins pour créer un collage de "lieux secrets" pour la prière.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Planifiez un moment chaque jour pour être seul avec Dieu : lisez un passage biblique, méditez, écrivez dans un journal spirituel, ou simplement soyez en silence.
- 

## Fiche 6 : Ne Pas Manquer de se Rassembler

- Titre : L'Élément Communautaire
- Verset clé : « N'abandonnons pas notre propre assemblée, comme certains en ont l'habitude, mais encourageons-nous mutuellement, et ce d'autant plus que vous voyez s'approcher le jour. » (Hébreux 10:25)
- Explication ou objectif : Rappeler l'importance de la communion fraternelle, même pendant les vacances, pour le soutien mutuel et l'encouragement.
- Réflexion : Quels sont les prétextes que nous utilisons souvent pour ne pas participer aux réunions d'église ou de groupes de croyants pendant les vacances ? Comment pouvons-nous faire de la communion fraternelle une priorité, même en voyage, et quel impact cela a-t-il sur notre foi ?
- Quels sont les prétextes que nous utilisons souvent pour ne pas participer aux réunions d'église ou de groupes de croyants pendant les vacances ?
- Comment pouvons-nous faire de la communion fraternelle une priorité, même en voyage, et quel impact cela a-t-il sur notre foi ?
- Citation d'un héros de la foi : « Nous sommes faits pour être ensemble. » – Andrew Murray

- Activité créative ou illustration collaborative : Créez un "arbre de communauté". Chaque personne écrit sur une feuille le nom d'une personne ou d'un groupe qu'elle souhaite encourager ou avec qui elle veut se connecter pendant ses vacances, puis attachez les feuilles à un support représentant un arbre.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Si possible, cherchez une église ou un groupe de prière là où vous êtes en vacances, ou prenez contact avec d'autres croyants que vous pourriez rencontrer pour partager un moment de culte ou d'encouragement.
- 

## Fiche 7 : Contempler la Beauté

- Titre : Le Miroir de la Création
  - Verset clé : « Les cieux racontent la gloire de Dieu, et le firmament proclamé l'œuvre de ses mains. » (Psaume 19:2)
  - Explication ou objectif : S'ouvrir à la beauté de la création, de l'art et des personnes comme reflets de la gloire de Dieu.
  - Réflexion : Comment la contemplation de la nature ou de l'art peut-elle nous rapprocher de Dieu ? Quelles sont les "beautés" que nous risquons de manquer si nous sommes trop absorbés par nos programmes de vacances ?
  - Comment la contemplation de la nature ou de l'art peut-elle nous rapprocher de Dieu ?
  - Quelles sont les "beautés" que nous risquons de manquer si nous sommes trop absorbés par nos programmes de vacances ?
  - Citation d'un héros de la foi : « La beauté est le sourire de Dieu dans la création. » – George Whitefield
  - Activité créative ou illustration collaborative : Créez un "tableau des merveilles". Chaque personne dessine ou écrit quelque chose de beau qu'elle a vu ou espère voir pendant ses vacances (un paysage, une œuvre d'art, un sourire, une fleur) et collez-le sur un grand panneau.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Prenez le temps d'observer attentivement une chose dans votre environnement (un arbre, un ciel étoilé, un détail d'une architecture) et remerciez Dieu pour sa beauté.
- 

## Fiche 8 : Témoigner de l'Amour de Dieu

- Titre : Partager la Bonne Nouvelle
- Verset clé : « Mais vous recevrez une puissance, le Saint-Esprit viendra sur vous, et vous serez mes témoins... » (Actes 1:8)
- Explication ou objectif : Comprendre que nos vacances sont aussi une opportunité de partager l'amour et la vérité de Dieu de manière naturelle et authentique.
- Réflexion : Comment pouvons-nous être des témoins de Christ sans être "agressifs" ou inconvenants ? Dans quelles situations de vacances pourrions-nous naturellement partager notre foi ou notre expérience avec Dieu ?
- Comment pouvons-nous être des témoins de Christ sans être "agressifs" ou inconvenants ?
- Dans quelles situations de vacances pourrions-nous naturellement partager notre foi ou notre expérience avec Dieu ?
- Citation d'un héros de la foi : « Le monde a besoin de voir l'amour de Dieu se manifester à travers nous. » – Billy Graham

- Activité créative ou illustration collaborative : Imaginez que vous deviez expliquer ce qu'est le christianisme à quelqu'un qui n'en a jamais entendu parler, en utilisant seulement des symboles ou des images. Créez une courte séquence visuelle ou mimée.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Soyez prêt à répondre à la question "Pourquoi ta foi est-elle importante pour toi ?" si l'occasion se présente de manière naturelle. Partagez une histoire simple de la manière dont Dieu a agi dans votre vie.
- 

## Fiche 9 : Servir dans la Joie

- Titre : Le Bonheur dans le Service
  - Verset clé : « Il y a plus de bonheur à donner qu'à recevoir. » (Actes 20:35)
  - Explication ou objectif : Adopter une attitude de service désintéressé, en imitant Jésus qui est venu pour servir.
  - Réflexion : Quelles sont les habitudes que nous prenons pendant les vacances qui vont à l'encontre d'une attitude de service (par exemple, attendre que tout soit fait pour nous, être exigeants) ? Comment pouvons-nous transformer des moments potentiellement égoïstes en opportunités de servir les autres ?
  - Quelles sont les habitudes que nous prenons pendant les vacances qui vont à l'encontre d'une attitude de service (par exemple, attendre que tout soit fait pour nous, être exigeants) ?
  - Comment pouvons-nous transformer des moments potentiellement égoïstes en opportunités de servir les autres ?
  - Citation d'un héros de la foi : « Le service n'est pas un fardeau, c'est un privilège. » – Kenneth E. Hagin
  - Activité créative ou illustration collaborative : Créez une "boîte à bonnes actions". Chacun écrit une idée de service à faire pendant les vacances (aider à la vaisselle, proposer une promenade, écouter attentivement, jouer avec les enfants) sur un petit bout de papier et les dépose dans la boîte. À tour de rôle, piochez une idée pour la réaliser.
  - Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : Identifiez une personne dans votre entourage de vacances qui pourrait avoir besoin d'aide ou d'un geste de service, et agissez sans qu'elle vous le demande.
- 

## Fiche 10 : Se Réjouir en Dieu

- Titre : La Joie qui Vient d'En Haut
- Verset clé : « Réjouissez-vous toujours dans le Seigneur; je le répète, réjouissez-vous. » (Philippiens 4:4)
- Explication ou objectif : Cultiver une joie profonde qui ne dépend pas des circonstances extérieures, mais de notre relation avec Dieu.
- Réflexion : Qu'est-ce qui distingue la joie chrétienne de la simple satisfaction ou du plaisir éphémère ? Comment pouvons-nous choisir la joie en Dieu, même lorsque nos vacances ne se déroulent pas comme prévu ou que nous restons au travail ?
- Qu'est-ce qui distingue la joie chrétienne de la simple satisfaction ou du plaisir éphémère ?
- Comment pouvons-nous choisir la joie en Dieu, même lorsque nos vacances ne se déroulent pas comme prévu ou que nous restons au travail ?
- Citation d'un héros de la foi : « La joie est le signe de la présence de Dieu. » – Frère Yun
- Activité créative ou illustration collaborative : Créez une "cascade de joie". Dessinez une cascade. Sur chaque goutte d'eau, écrivez une raison pour laquelle vous êtes joyeux en Dieu, même pendant les vacances.

- Défi pratique à mettre en œuvre après le partage : À la fin de chaque journée de vacances, prenez un moment pour identifier trois choses pour lesquelles vous êtes reconnaissant et pour lesquelles vous vous réjouissez en Dieu.
-

## Conclusion et Prière Finale

Ces temps de repos, qu'il s'agisse de vacances ou de pauses régulières, sont des dons précieux de Dieu. Ils sont une invitation à nous détourner de nos propres œuvres pour nous reposer en Lui, à nous ressourcer physiquement et spirituellement, et à nous reconnecter à ce qui est essentiel. Que ce soit en choisissant la simplicité, en gardant Dieu au centre de nos vies, en cultivant notre foi, en fuyant le mal, en prenant des moments pour Lui, en recherchant la communion fraternelle, en contemplant sa création, en témoignant de son amour ou en servant les autres, chaque aspect de nos vacances peut devenir une occasion de glorifier Dieu.

Prière finale :

Père Céleste, nous te remercions pour ce temps d'étude et de partage. Aide-nous à intégrer ces vérités dans nos vies, à vivre un repos véritable en Toi, et à faire de nos vacances des moments bénis où Ta présence se fait sentir. Accorde-nous la grâce de te faire confiance, de te chercher et de te servir en toutes choses. Que Ta joie soit notre force. Amen.