

Cet été n'oubliez pas de vous reposer



“

"Car ainsi a parlé le Seigneur, l'Eternel, le Saint d'Israël : c'est dans la tranquillité et le repos que sera votre salut. C'est dans le calme et la confiance que sera votre force."

[Esaïe 30.15](#)

Lorsque j'étais en congé parental, surtout pour mon troisième enfant, il m'arrivait de dire cette phrase pendant les vacances scolaires :

"Pfiou, vivement la rentrée, que mes vacances commencent ! "

Peut-être avez-vous déjà eu cette impression que les vacances d'été vous demandent plus d'énergie que la routine habituelle école-travail (que le travail soit payé, ou parent au foyer, le métier le plus prenant et le moins bien payé 😊).

Peut-être avez-vous prononcé cette phrase vous-même ?

Je ne sais pas ce que vous en pensez, mais en les prononçant, ces mots me laissent un goût amer 😞. Et en plus, ils sont faux. C'est une fausse idée de penser que lorsque nos enfants retournent à l'école, on aura plus de temps pour se reposer. Pour ma part, je mets les bouchées doubles pour rattraper tout le retard des choses que je n'ai pas pu faire avant.

Se reposer ? Pas le temps !

- s'occuper de bébé / des enfants
- faire les machines
- ranger et nettoyer
- faire les courses
- prévoir les repas
- ...

J'ai une profonde admiration pour les parents qui travaillent tous les deux et qui arrivent à gérer tout cela en même temps !

Pas le temps de se reposer ?

Pourtant, nous pouvons lire dans le livre de l'Ecclésiaste au chapitre 3 qu'il y a un temps pour toute chose. Le repos en fait partie ! Il est même une clé pour notre vie :

“

"Car ainsi a parlé le Seigneur, l'Eternel, le Saint d'Israël : c'est dans la tranquillité et le repos que sera votre salut. C'est dans le calme et la confiance que sera votre force."

Esaïe 30.15

Alors je voulais simplement vous inviter en ce mois d'août à prendre du repos. Je ne sais pas si vous avez déjà eu vos vacances d'été. Peut-être que vous en êtes revenus, que vous les commencez à peine, ou qu'elles se font languir un peu (même beaucoup si elles ne sont qu'en septembre). Mais peu importe.

Entrez dans ce repos !

Est-ce que cela veut dire lézarder au soleil ✨, au bord d'une piscine, un livre et un cocktail bien frais à portée de main ? Pour certains peut-être, mais pas forcément pour tout le monde.

Personnellement, ma vision du repos est celle-ci :

- faire des choses qui changent de l'ordinaire, qui coupent la routine de l'année
- profiter autrement de mes enfants
- ne pas surveiller l'heure constamment, après tout, ce n'est pas si dramatique si on dépasse l'heure du dîner, que l'on revient du parc un peu tard, que l'on mange des sandwichs improvisés avec les restes dans le frigo
- nous laisser aller à des idées un peu farfelues ou inattendues, comme faire une bataille d'eau avec les enfants
- prendre la voiture uniquement pour aller manger une glace au bord de la mer et flâner dans les rues la nuit tombée...
- prendre un temps dans la prière avec mon mari pour faire le bilan de cette année scolaire écoulée. Remettre devant Dieu les nouveaux projets.

Je ferai bien des grasses matinées jusqu'à 10 heures. Mais dans notre saison de vie de parents de trois enfants de 6 à 10 ans, cela relève de la mission impossible.

Cependant tout ce que j'ai cité plus haut me ressource, m'aide à me sentir apaisée, reposée. Et non frustrée en attendant la rentrée.

Et vous, de quelle manière arrivez-vous à prendre du repos ?

“ En tous cas, cet été, n'oubliez pas de vous reposer ! ”

Inscrivez-le dans votre planning de vacances ! C' est tellement important !

Soyez bénis et bon repos !

Stéphanie Sarkis
Lifestyle

[S'ABONNER](#)

[S'ABONNER](#)

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !

