

La santé : un bon choix

Daniel 1.3-20 ; Prophètes et rois, p. 365-374.

Imagine que tu as très faim et que tu es invité à un banquet. Tu t'assois à table et voilà que l'on te sert des viandes impures et du vin. Que feras-tu ? Daniel et ses trois amis se sont trouvés confrontés à un tel problème. Voyons comment ils l'ont résolu.

L'armée du roi Nebucadnetsar avait envahi et conquis Juda. Tous les jeunes Hébreux de race royale ou de famille noble avaient été emmenés à Babylone, y compris Daniel, Hanania, Mischaël et Azaria.

Le royaume de Nebucadnetsar était très vaste. Le roi savait que ses captifs hébreux étaient très doués. Il décida donc de former certains d'entre eux afin qu'ils puissent travailler dans son gouvernement et l'aider à diriger son vaste empire. Mais d'abord, ils devaient apprendre la langue, les coutumes et les usages des Babyloniens.

Daniel et ses trois amis savaient qu'ils seraient appelés à travailler pour le roi, mais ils déterminèrent de servir Dieu d'abord et avant tout.

Il y avait beaucoup de choses intéressantes à voir à Babylone : de grands temples dédiés au culte des idoles, des parcs ornés d'arbres étranges et de plantes fleuries. Les villes de la Babylonie étaient très belles.

Après un long et exténuant voyage, chacun avait hâte de prendre son premier repas à Babylone. On leur avait promis des plats succulents ! Des plats servis à la table



du roi ! Les tables croulaient sous les viandes rôties, le vin doux, les desserts succulents.

Les captifs étaient ravis. En fait, tous étaient ravis, à l'exception de Daniel et de ses amis. Ils ne pouvaient manger de ces plats. Ils savaient que cette nourriture n'était pas bonne pour eux. Ils savaient également qu'une portion des aliments et du vin avait été offerte aux idoles.

Parce qu'ils avaient pris la décision de servir Dieu quoi qu'il arrive, Daniel demanda à l'officier en charge des captifs de leur servir un repas fait d'aliments très simples, et d'eau.

Le message :

Je sers Dieu quand je choisis d'être en bonne santé.

Verset à mémoriser :

*« Soit donc que vous mangiez, soit que vous buviez, soit que vous fassiez quelque autre chose, faites tout pour la gloire de Dieu. »
(1 Corinthiens 10.31)*

Même si l'officier respectait Daniel, il refusa. Il avait peur pour sa vie. Ce repas avait été préparé sur l'ordre du roi Nebucadnetsar lui-même. Daniel et ses amis pouvaient tomber malades s'ils ne s'alimentaient pas bien. Et si un tel malheur se produisait, le roi pouvait le condamner l'officier à mort.

Mais Daniel n'abandonna pas la partie. Il alla voir Melzar, l'intendant que l'officier avait attribué à Daniel et à ses amis. Daniel lui dit : « Mets-nous à l'épreuve. Permetts-nous de manger des légumes et de boire de l'eau pendant dix jours. Si au bout de dix jours notre santé n'est pas aussi bonne que celle des autres garçons, tu feras ce que tu voudras avec nous. »

Melzar accepta.

Au bout des dix jours, Daniel et ses trois amis étaient plus forts et plus alertes que tous les autres captifs. Avec l'aide de Dieu, ils avaient réussi le test. Durant leurs trois années de formation, on leur donna des légumes et de l'eau.

Dieu était content de Daniel et de ses amis. La Bible dit que le Seigneur les aida dans leurs études. Il leur donna de la sagesse et de

l'intelligence, et à Daniel, la capacité de comprendre les visions.

Daniel servit Dieu en premier. Il obéit aux commandements de l'Éternel concernant le manger et le boire, et fut récompensé. Le service que Daniel accomplit auprès de Nebucadnetsar permit à ce dernier de connaître le seul vrai Dieu.

Lorsque nous accordons à Dieu la première place, il peut nous employer pour montrer aux autres les grandes choses qu'il peut faire.



SABBAT

FAIRE Si possible, va faire une promenade avec ta famille pour profiter du bon air. Parlez ensemble de l'exercice. Pourquoi est-ce important ? Que faut-il faire chaque jour et pendant combien de temps ?

PRIER Remercie Dieu pour l'air pur.

DIMANCHE

FAIRE Copie ton verset à mémoriser sur un bout de papier que tu colleras sur une tasse. Place la tasse bien en vue dans ta chambre. Tout au long de la semaine, répète le verset à mémoriser. Enseigne-le à ta famille pendant le culte aujourd'hui.

FABRIQUER Si tu as fait un tableau sur la santé à l'école du sabbat, n'oublie pas de le remplir chaque jour. Sinon, fais un tableau et notes-y chaque jour ce que tu bois, ce que tu manges, à quelle heure tu te couches et tu te lèves, et si tu fais de l'exercice. Demande à Dieu de t'aider.

LUNDI

LIRE Lis et commente Daniel 1.3-20 avec les tiens pendant le culte de famille.

DEMANDER Demande à tes parents de te parler d'un choix difficile qu'ils ont dû faire.

PRIER Demande à Dieu le courage de toujours faire le bon choix.

MARDI

FAIRE Lis et commente Apocalypse 22.1,2 avec les tiens pendant le culte de famille. Où se trouve ce fleuve ?

DESSINER Dessine et découpe un cercle en carton ou sers-toi d'une assiette en papier. Sur un côté, dessine un visage joyeux ; sur l'autre, un visage triste. Quel visage présentes-tu lorsque tu es en bonne santé ?

FAIRE Les médecins disent qu'il faut boire 6 à 8 verres d'eau par jour. Sais-tu pourquoi l'eau a tant d'importance ? Renseigne-toi.

FAIRE Sais-tu où se trouve le réservoir d'eau de ta ville ? Si possible, va le visiter.

FAIRE Découvre comment on purifie l'eau.

PRIER Remercie Dieu pour l'eau et le fleuve d'eau de vie.

Daniel et ses amis mangèrent probablement des légumes, des céréales, des haricots, des dates et des baies.



MERCREDI

LIRE Pendant le culte, lis et commente 1 Corinthiens 6.19,20. Que signifie être le temple de Dieu ?

FAIRE Cherche quel est le pourcentage d'eau que contient le corps.

FAIRE Plie en accordéon une feuille de papier. Dessine sur le dessus la moitié d'un bon homme. Découpe le tout, sans toucher au pli qui rejoint les mains et les pieds. Ouvre ta guirlande et dessine un aliment sain sur chaque bonhomme.

PRIER Demande à Dieu de t'aider à faire de ton corps son temple.

J E U D I

FAIRE Participe à la préparation du menu de sabbat.

FAIRE Essaie de composer un poème ou une chanson sur les bons et les mauvais aliments.

FABRIQUER Fais un poster montrant des aliments sains.

PRIER Remercie Dieu pour les bons aliments qu'il nous donne.

V E N D R E D I

FAIRE Aide ta mère à préparer la maison pour sabbat en nettoyant ta chambre.

DEMANDER Demande à ta mère si tu peux choisir un jus de fruit pour le souper.

FAIRE Pendant le culte, mime l'histoire de Daniel avec les tiens.

FAIRE Montre et explique ton tableau sur la santé à ta famille. As-tu fait de bons choix cette semaine ?

PRIER Répète ton verset à mémoriser avec les tiens. Demande à Dieu de t'aider à être courageux comme Daniel.

**La santé :
Un bon choix**

JEU

Instructions :

Regarde les photos pour trouver ce dont nous avons besoin pour maintenir notre corps et notre esprit en bonne santé. Ecris les réponses sur les lignes.


