



**10/01/2026**

## **Sermon pour la Journée mondiale du sabbat consacrée à la santé**

### **La conscience de soi en matière de santé**

Dans la Bible, la conscience de soi est la capacité que Dieu a donnée à l'être humain pour se connaître, examiner ses pensées, ses attitudes et sa condition spirituelle devant Dieu et devant les autres. Les Écritures nous enseignent que l'homme a été créé à l'image de Dieu. Cette réalité nous distingue du reste de la création et nous confère une responsabilité particulière : vivre selon les normes de Dieu et marcher dans l'obéissance. La conscience de soi nous permet de discerner ce qui est conforme à la volonté de Dieu et ce qui doit être corrigé dans notre vie. Dieu a créé l'être humain avec un but précis, non seulement pour cette vie terrestre, mais aussi en vue de la vie éternelle. Développer une bonne conscience de soi, éclairée par la Parole de Dieu, nous aide à vivre une vie saine, responsable et alignée avec le plan divin.

Dès les premiers chapitres, la Bible montre des êtres humains engagés dans une introspection. Après avoir péché, Adam et Ève ont pris conscience de leur honte (Genèse 3 :7). Cette soudaine prise de conscience de soi et leur désir de se cacher de Dieu ont mis en l'importance de se comprendre soi-même en relation avec le Créateur. Ainsi, la conscience de soi, bien que présente dès la première génération, a toujours été étroitement liée à la relation de l'humanité avec Dieu.

### **Créés à l'image de Dieu**

« Puis Dieu dit : « Faisons l'homme à notre image, selon notre ressemblance... » (Genèse 1 :26 -27).

Ce passage souligne la nature distinctive de l'humanité qui porte l'image de Dieu. Être fait à la ressemblance de Dieu signifie entre autres, être doté de la raison, du discernement moral et la capacité de s'engager dans une réflexion sur soi-même. Ces attributs constituent le fondement de la conscience de soi dans une perspective biblique.

Être porteur de l'image de Dieu signifie que les croyants comme les non-croyants peuvent saisir la vérité spirituelle, bien que cette compréhension se manifeste à des degrés différents. Les découvertes archéologiques telles que les anciens codes de lois et les objets religieux du Proche-Orient montrent que les sociétés ont toujours été guidées par un sens de la moralité, de l'ordre et de l'identité. Cependant, le récit biblique fournit la raison la plus claire de cette conscience morale universelle : la création de l'humanité à l'image de Dieu.

## **Le mandat biblique de l'examen de conscience**

Les Écritures encouragent constamment les croyants à examiner leur cœur et leurs intentions :

**« Examinez-vous vous-mêmes, pour savoir si vous êtes dans la foi ; éprouvez-vous vous-mêmes...»**

*(2 Corinthiens 13:5)*

**« Que chacun donc s'éprouve soi-même, et qu'ainsi il mange du pain et boive de la coupe. »**

*(1 Corinthiens 11:28)*

Ces versets mettent en évidence l'importance essentielle de l'examen de soi dans la croissance spirituelle, plutôt que de se tourner vers soi-même pour des fins égoïstes, la bible nous appelle à évaluer notre vie à la lumière des standards de Dieu, pour aboutir à la maturité spirituelle et à une repentance sincère.

## **L'équilibre entre l'humilité et une saine conscience de soi**

La connaissance de soi est importante, mais la Bible nous met en garde contre l'orgueil ou le fait de ne penser qu'à soi. Romain 12:3 dit :

**« Par la grâce qui m'a été donnée, je dis à chacun de vous de n'avoir pas de lui-même une trop haute opinion, mais de revêtir des sentiments modestes, selon la mesure de foi que Dieu a départie à chacun ».**

Cela signifie que nous devons nous voir tels que nous sommes : précieux aux yeux de Dieu parce que nous portons Son image, tout en reconnaissant notre besoin constant de Sa grâce.

L'humilité ne consiste pas à nier nos capacités, mais à comprendre que tout ce que nous avons vient de Dieu. Ainsi, la connaissance de soi devient un moyen de cultiver **l'humilité**.

## **Exemples de connaissance de soi dans la Bible**

- 1. Les Psaumes de David** : David pratiquait souvent l'introspection. Notez son cri dans le Psaume 139:23-24 :  
**« Sonde-moi, ô Dieu, et connais mon cœur ! Eprouve-moi, et connais mes pensées ! Regarde si je suis sur une mauvaise voie, Et conduis-moi sur la voie de l'éternité ! »**  
L'appel de David à l'épreuve divine résonne avec le thème biblique selon lequel la véritable connaissance de soi se manifeste surtout sous la lumière de Dieu.
- 2. Le Fils Prodigue** : Luc 15 rapporte un moment profond de prise de conscience. Quand le fils prodigue « revint à lui », il reconnut son tort et retourna vers son père (Luc 15:17-19). Ce moment montre comment une honnête connaissance de soi peut déclencher le repentir et nous remettre sur le chemin de la réconciliation.
- 3. La vision d'Ésaïe** : Dans Ésaïe 6:5, le prophète s'exclama : « Malheur à moi ! Je suis perdu ! » en rencontrant la sainteté de Dieu. Cela révèle que la connaissance de soi s'accompagne souvent d'une conscience aiguë du péché et de nos manquements face à la perfection divine — et c'est dans cette prise de conscience que nous découvrons la véritable grâce.
- 4. Le rôle du Saint-Esprit**

Le Saint-Esprit occupe une place centrale dans la connaissance de soi selon la Bible. Dans Jean 16:8, Jésus dit : « Il convaincra le monde en ce qui concerne le péché, la justice et le jugement. »

Par cette conviction, le Saint-Esprit révèle la véritable condition de nos cœurs. Lorsque nous répondons à cette guidance divine, nous grandissons dans une connaissance de soi conforme à la volonté de Dieu.

La fiabilité des Écritures sur l'œuvre transformatrice du Saint-Esprit est soutenue par les anciens manuscrits du Nouveau Testament, notamment les **Chester Beatty Papyri** et le *Codex Sinaiticus* qui confirme l'importance des Écritures et met en évidence le rôle actif du Saint-Esprit dans le raffinement et la maturation spirituelle des croyants.

### **Fiabilité des enseignements bibliques sur la connaissance de soi**

La Bible nous enseigne sur la nature humaine et la connaissance de soi, et ces enseignements sont confirmés par des sources externes.

- Les **manuscrits de la mer Morte** préservent de nombreux écrits de l'Ancien Testament et montrent que les passages sur l'introspection et l'union avec Dieu sont cohérents.

Les premiers écrits chrétiens (par exemple, les lettres de Clément, Ignace et Polycarpe), qui font écho à l'appel biblique à la réflexion personnelle et à l'introspection.

Ces preuves renforcent notre confiance que la Bible transmet fidèlement des enseignements fiables sur la connaissance de soi.

### **Dimensions pratiques de la connaissance de soi**

1. **Réflexion quotidienne** : Les croyants sont encouragés à « examiner » régulièrement leurs actions, motivations et pensées. La tenue d'un journal ou l'introspection dans la prière peuvent être un outil pratique.
2. **Repentance et croissance** : La connaissance de soi n'est jamais uniquement théorique. Elle doit conduire à la transformation : se détourner du péché et grandir dans la justice.
3. **Responsabilité communautaire** : La Bible enseigne que la connaissance de soi est souvent affinée dans le cadre de la communion fraternelle (Hébreux 10:24-25), où l'encouragement et la correction permettent une compréhension plus profonde de notre état spirituel.

### **Objectif ultime : glorifier Dieu**

La connaissance de soi n'est pas une fin en soi. Elle sert un but supérieur : aligner notre cœur et notre vie sur la volonté de Dieu afin de remplir notre rôle de glorifier notre Créateur

(1 Corinthiens 10 :31). Reconnaître notre place nous permet de servir avec amour et humilité, et de faire en sorte que notre introspection nous rapproche de Dieu plutôt que de nous isoler.

En effet, la connaissance de soi mène à reconnaître le besoin de rédemption. Bien que nous puissions percevoir ce besoin naturellement, la Bible montre que l'œuvre sacrificielle et la

résurrection du Christ en sont la réponse définitive (1 Pierre 2:24-25). Comprendre correctement nous-mêmes nous positionne pour accueillir la grâce transformatrice de la foi.

### **Conclusion**

La Bible, dans l'Ancien et le Nouveau Testament, nous enseigne l'importance de bien nous connaître. Elle montre que l'être humain est à la fois digne et humble. Digne, parce que nous avons été créés à l'image de Dieu, porteurs de sa ressemblance et de ses qualités. Humble, parce que notre condition est marquée par le péché et que nous dépendons entièrement de la grâce de Dieu pour être restaurés et grandir spirituellement. La connaissance de soi, guidée par le Saint-Esprit, motive une évaluation honnête de notre état spirituel et nous pousse à la repentance, menant ultimement à la croissance dans la sainteté.

En alignant notre quête de compréhension de soi avec les Écritures, les croyants cultivent une perspective saine et qui honore Dieu, apportant gloire à celui qui nous a créés, rachetés et appelés à une communion éternelle avec Lui.