

Guide d'Étude  
Biblique pour Adultes  
de l'École du Sabbat  
Avril | Mai | Juin 2026

# GRANDIR

## DANS SA RELATION AVEC DIEU



## L'ORGUEIL ET L'HUMILITÉ

Notes d'Étude de la Leçon 3 [ABSG-2-2026]

11 - 17 Avril



# Avertissement

Ces notes sont préparées pour soutenir l'étude biblique personnelle et en groupe. Bien qu'elles soient rédigées avec soin et en harmonie avec les Écritures, le Guide trimestriel de l'École du Sabbat et l'Esprit de prophétie, elles ne constituent pas une publication officielle du Département de l'École du Sabbat de la Conférence Générale de l'Église adventiste du septième jour. Le lecteur est encouragé à s'appuyer d'abord sur la Bible, ainsi que sur le Guide trimestriel de l'École du Sabbat et les écrits de l'Esprit de prophétie.

# Leçon 3 [Avril 11 - 17]: Comprendre le verset à mémoriser

« Car quiconque **s'élève** sera **abaissé**, et quiconque **s'abaisse** sera **élevé** » (Luc 14:11, LSG)

- Cette leçon porte sur deux **attitudes opposées** : l'**orgueil** et l'**humilité**.
- L'**orgueil** a commencé avec **Lucifer** dans le ciel.
- Il a conduit au **grand conflit** et continue d'affecter nos **vies** aujourd'hui.
- **Jésus** nous montre un autre chemin — le chemin de l'**humilité**.
- Ce texte nous enseigne une **règle simple** mais **puissante** du **royaume de Dieu**.

## « Car quiconque s'élève sera abaissé... »

- S'élever signifie se **mettre en avant** et penser que l'on est **meilleur** que les autres.
- Nous le voyons chez :
  - le **pharisien orgueilleux** (Luc 18:11–12)
  - les **disciples** qui discutaient pour savoir qui était le **plus grand** (Luc 22:24)
  - **Lucifer**, qui voulait prendre la place de **Dieu** (Ésaïe 14:12–14)
- L'**orgueil** est **dangereux** parce qu'il nous donne l'impression que nous n'avons **pas** besoin de **Dieu**.
- Mais la **Bible** est **claire** : **Dieu résiste** aux orgueilleux (1 Pierre 5:5).
- Tous ceux qui **s'élèvent** seront finalement **abaissés**.

## « ...et quiconque s'abaisse sera élevé. »

- S'humilier signifie se **voir** tel que l'on est réellement — un **pécheur** ayant besoin de la **grâce de Dieu**.
- Cela implique :
  - **dépendre** de **Dieu**
  - **Lui donner** la **gloire**
  - **prendre** la **dernière place**
- **Moïse** est un exemple. Il était très **humble**, pourtant **Dieu** l'a puissamment **utilisé** (Nombres 12:3).
- **Jésus** est le **plus grand exemple**.
- Bien qu'Il fût **Dieu**, Il s'est **humilié** pour **servir** et **mourir** pour nous (Philippiens 2:5–8).
- À cause de Son **humilité**, **Dieu** l'a **élevé**.

## Ce que cela signifie pour vous

- **Examinez** votre **cœur**. L'**orgueil** peut se cacher de plusieurs manières — même dans de **bonnes choses** comme la connaissance ou le service. Demandez à **Dieu** de le **révéler**.
- **Regardez** à **Jésus**. Plus vous contemplez Son **humilité**, plus vous verrez votre **besoin** de Lui.
- **Choisissez** l'**humilité** chaque jour. Votre **valeur** vient de **Dieu**, et **non** du fait d'être **meilleur** que les autres.

Ce texte enseigne une **vérité claire** : L'**orgueil** nous **abaisse**, mais l'**humilité** nous **élève** — car **Dieu** Lui-même honore les **humbles**.

# 11 Avril: Sabbat après-midi - Vue d'ensemble

## Résumé

- Cette semaine met l'accent sur deux **attitudes opposées** : l'**orgueil** et l'**humilité**.
- L'**orgueil** est quelque chose que nous voyons souvent chez les autres — mais nous devons aussi **examiner** nos propres **cœurs**.
- Il apparaît lorsque nous voulons paraître **meilleurs, plus importants** ou **plus justes** que les autres.
- L'**orgueil** a commencé avec **Lucifer** et a conduit au **grand conflit** qui affecte encore notre **monde** aujourd'hui.
- Il a également joué un rôle dans la **chute** de l'humanité lorsque la **confiance** s'est déplacée de **Dieu** vers **soi-même**.
- Au cœur de l'**orgueil**, il y a le choix de **soi** au lieu de **Dieu**.
- Nous pouvons penser que notre **valeur** vient de nos **réalisations**, de nos **capacités** ou de notre **statut**.
- Mais la **vérité** est que notre **valeur** vient de **Dieu** — Il nous a **créés** et **Christ** est mort pour nous.
- L'**orgueil endommage** notre **relation** avec **Dieu** et avec les autres.
- Il conduit à la **comparaison**, aux **conflits** et à la **dépendance de soi** au lieu de la **confiance** en **Dieu**.
- En revanche, **Jésus** nous montre un **autre chemin** — le chemin de l'**humilité**.
- Sa **vie** nous enseigne à **dépendre** de **Dieu**, à **servir** les autres et à mettre de côté le **moi**.
- Cette semaine nous invite à **examiner** honnêtement nos **cœurs**.
- Elle nous appelle à **abandonner** l'**orgueil** et à choisir l'**humilité**, comme **Christ** l'a fait.

## Points principaux à retenir cette semaine

**Dimanche** : Nous apprendrons ce qu'est l'**orgueil** et comment il a commencé.

- L'**orgueil** vient de l'**auto-exaltation** et nous éloigne de **Dieu**.

**Lundi** : Nous comprendrons l'importance de **nous connaître nous-mêmes**.

- La véritable **humilité** commence lorsque nous reconnaissons notre **péché** et notre besoin de la **grâce** de Dieu.

**Mardi** : Nous apprendrons de l'exemple de **Moïse**.

- Il a choisi l'**humilité** plutôt que le **succès terrestre** et a fait confiance à la **direction** de Dieu.

**Mercredi** : Nous verrons comment l'**orgueil** affecte même les **croyants**.

- Même les **disciples** ont lutté avec l'**orgueil**, montrant à quel point cela est **sérieux**.

**Jeudi** : Nous considérerons **Jésus** comme notre **exemple parfait**.

- Sa **vie de service** et de **sacrifice** nous montre à quoi ressemble la véritable **humilité**.

Cette leçon montre que choisir l'**humilité** est **essentiel** pour une véritable **relation** avec **Dieu**. Lorsque nous nous détournons de **nous-mêmes** et suivons l'exemple de **Christ**, nous nous **rapprochons** de Lui et **reflétons** Son caractère dans nos vies.

# 12 Avril : Dimanche - Les doigts serrés de l'orgueil

Lire: 1 Jean 2:15–17; Ésaïe 14:12–14; Philippiens 2:5–11

## Résumé

- L'**orgueil** est le **sentiment** que nous sommes **meilleurs** ou **plus importants** que les autres.
- Il commence dans le **cœur** et grandit souvent en **silence**.
- L'**orgueil** a commencé avec **Lucifer** dans le ciel.
- Il a choisi de **s'élever** au lieu d'**honorer Dieu**.
- Cela a conduit au **grand conflit**.
- L'**orgueil** est entré dans la **famille humaine** par le **péché**.
- **Adam et Ève** ont choisi de faire confiance à **eux-mêmes** plutôt qu'à **Dieu**.
- **1 Jean 2:15–17** montre **trois formes** d'orgueil :
  - La **convoitise** de la **chair**
  - La **convoitise** des **yeux**
  - L'**orgueil** de la **vie**
- Ces **désirs** éloignent le **cœur** de **Dieu**.
- Ils nous poussent à nous concentrer sur **nous-mêmes** et sur le **monde**.
- Utiliser correctement nos **capacités** n'est **pas** de l'orgueil.
- L'**orgueil** apparaît lorsque nous nous attribuons le **mérite** au lieu de rendre **gloire à Dieu**.
- Tout ce que nous avons vient de **Dieu**.
- Notre **valeur** repose sur **Lui**, et **non** sur nos **réalisations**.
- La véritable **vie chrétienne** est fondée sur l'**humilité**.
- Nous devons **examiner** nos propres **cœurs** et nos **défauts**.
- Nous devons traiter les autres avec **amour** et **justice**.
- **Jésus** est notre **exemple parfait** d'**humilité**.
- Il a choisi de **s'humilier complètement**.
- C'est l'**opposé** de l'**orgueil de Lucifer**.

**Question** : Que nous enseigne **1 Jean 2:15–17** au sujet de l'**orgueil** ?

**Réponse** : Il enseigne que l'**orgueil** vient des **désirs du monde** et nous **éloigne** de **Dieu**.

**Réflexion** : Dans quel **domaine** de votre vie luttez-vous le plus contre l'**orgueil** ?

**À retenir** : L'**orgueil** élève le **moi**, mais l'**humilité** élève **Dieu** — choisissez de Lui rendre **toute la gloire**.

# 13 Avril: Lundi - Connais-toi toi-même

**Lire:** Luc 18:9–14; 1 Jean 1:9; 1 Pierre 5:5

## Résumé

- **Jésus** a raconté l'**histoire** de **deux hommes** qui sont allés **prier**.
- Un homme était **orgueilleux** et comptait sur sa propre **bonté**.
- L'autre homme était **humble** et confessait son **péché**.
- L'homme **orgueilleux** se concentrait sur **lui-même** et ses **œuvres**.
- L'homme **humble** demandait à **Dieu** **miséricorde**.
- **Jésus** a dit que l'homme **humble** a été accepté par **Dieu**.
- Le **royaume de Dieu** fonctionne **différemment** du **monde**.
- Ceux qui s'**élèvent** seront **abaissés**.
- Ceux qui s'**humilient** seront **élevés**.
- Il est facile de parler de nos **accomplissements**.
- Mais ceux-ci ne nous donnent **aucune valeur** devant **Dieu**.
- **Dieu** regarde à l'état du **cœur**.
- Le véritable **changement** commence lorsque nous voyons clairement notre **péché**.
- Nous devons reconnaître notre **besoin** de **Christ**.
- Alors nous pouvons venir à Lui pour recevoir le **pardon**.
- **Dieu** promet de **pardoner** à ceux qui **confessent**.
- Il nous **purifie** aussi de tout **péché**.
- Nous nous connaissons **mieux** lorsque nous regardons à **Jésus**.
- Plus nous nous **approchons** de Lui, plus nous voyons notre **besoin**.
- **Dieu** résiste aux **orgueilleux**, mais Il fait **grâce** aux **humbles**.
- L'**humilité** ouvre la **porte** pour recevoir la **grâce de Dieu**.

**Question** : Quelle **leçon Jésus** a-t-Il enseignée à travers les **deux hommes** qui priaient ?

**Réponse** : Il a enseigné que **Dieu** accepte le **pécheur humble** qui dépend de Lui, et **non** celui qui se confie en sa propre **bonté**.

**Réflexion** : Lorsque vous **priez**, vous concentrez-vous davantage sur votre **bonté** ou sur votre **besoin** de **Dieu** ?

**À retenir** : La véritable **connaissance de soi** conduit à l'**humilité**, et l'**humilité** ouvre la voie à la **grâce de Dieu**.

## 14 Avril: **Mardi** - **Moïse, humble serviteur**

**Lire:** Hébreux 11:24–26; Exode 2:12; Nombres 12:3

### Résumé

- **Moïse** a vécu une vie de **privilège** en Égypte.
- Il avait l'**éducation**, le **pouvoir** et la **richesse**.
- Il a choisi de **laisser** cette vie derrière lui.
- Il a choisi de **souffrir** avec le **peuple de Dieu**.
- Il a **valorisé** les choses **éternelles** plutôt que les **plaisirs temporaires**.
- **Hébreux 11** montre clairement sa **décision**.
- Il a regardé **au-delà** de cette vie vers la **récompense de Dieu**.
- **Moïse** a commis une **grave erreur** au début de sa vie.
- Il a agi avec **colère** et a tué un homme.
- Cela montrait que l'**orgueil** et la **confiance en soi** étaient encore en lui.
- Il a ensuite passé **40 ans** dans le **désert**.
- **Dieu** a utilisé ce temps pour lui enseigner l'**humilité**.
- **Moïse** a dû désapprendre l'**orgueil** et la **dépendance de soi**.
- Dans le **désert**, **Moïse** a appris à dépendre de **Dieu**.
- Il est devenu **patient**, **calme** et **disposé à apprendre**.
- La **Bible** décrit **Moïse** comme très **humble**.
- Il est devenu l'un des hommes les plus **doux** sur la terre.
- **Dieu** l'a utilisé pour **conduire** Israël hors d'Égypte.
- Son **humilité** l'a rendu **apte** à diriger.
- Sa vie aurait été **différente** s'il avait été **orgueilleux**.
- L'**orgueil** aurait **détruit** sa **mission**.
- La véritable **humilité** ne vient **pas** de nous-mêmes.
- Elle vient de notre **marche** avec **Dieu**.
- Elle **grandit** lorsque nous dépendons de Lui **entièrement**.

**Question** : Pourquoi **Moïse** a-t-il choisi une vie de **souffrance** plutôt que de **confort** ?

**Réponse** : Il a choisi la **voie de Dieu** parce qu'il accordait plus de **valeur** aux **récompenses éternelles** qu'aux **plaisirs temporaires**.

**Réflexion** : Les autres vous décriraient-ils comme **humble**, et qu'est-ce qui le montre dans votre **vie** ?

**À retenir** : **Dieu** prépare Ses **serviteurs** par l'**humilité** — lorsque nous dépendons de Lui, Il peut nous utiliser **puissamment**.

# 15 Avril: Mercredi - La plus grande offense

Lire: Luc 22:24–27; Psaume 51:10

## Résumé

- Les **disciples** discutaient pour savoir qui était le **plus grand**.
- Ils étaient proches de **Jésus**, pourtant l'**orgueil** grandissait encore dans leurs **cœurs**.
- L'**orgueil** peut surgir même chez des **personnes spirituelles**.
- Il vient souvent **discrètement** et est difficile à **remarquer**.
- **Jésus** a corrigé leur conception de la **grandeur**.
- Il a dit que le **plus grand** est celui qui **sert**.
- La véritable **grandeur** ne dépend **pas** de la **position**, mais du **service**.
- Le **royaume de Dieu** est **différent** du **monde**.
- Le **monde** recherche le **pouvoir** et la **reconnaissance**.
- **Dieu** valorise l'**humilité** et le **service désintéressé**.
- L'**orgueil** est très **offensant** pour **Dieu**.
- C'est l'un des **péchés les plus dangereux**.
- Il est difficile à surmonter parce que nous ne le voyons souvent **pas**.
- L'**orgueil** conduit à l'**autosuffisance**.
- Il nous pousse à dépendre de **nous-mêmes** au lieu de **Dieu**.
- Cela **affaiblit** notre **relation** avec Lui.
- Le véritable **changement** vient uniquement par le **Saint-Esprit**.
- Nous devons demander à **Dieu** de révéler notre **véritable condition**.
- Nous devons Lui permettre d'**ôter** l'**orgueil** de nos **cœurs**.
- L'**humilité** commence lorsque nous nous **abandonnons** entièrement à **Dieu**.
- Elle **grandit** lorsque nous dépendons de Lui **chaque jour**.

**Question** : Qu'a enseigné **Jésus** au sujet de la véritable **grandeur** ?

**Réponse** : Il a enseigné que la véritable **grandeur** se trouve dans l'**humilité** et le **service des autres**, et **non** dans la recherche de **position** ou d'**honneur**.

**Réflexion** : Cherchez-vous à être **reconnu**, ou êtes-vous prêt à **servir** humblement comme **Jésus** ?

**À retenir** : L'**orgueil** cherche à être le **premier**, mais la véritable **grandeur** se trouve dans le **service humble**.

# 16 Avril: Jeudi - Contemplez-Le

**Lire:** Luc 22:27; Philippiens 2:3–8; Psaume 138

## Résumé

- **Jésus** est l'**exemple parfait** d'**humilité**.
- Il a dit qu'Il est venu pour **servir** et **non** pour être **servi**.
- Il aidait les gens **chaque jour** avec **amour** et **compassion**.
- Il voyait leurs **besoins profonds**, même lorsqu'ils ne les voyaient **pas** eux-mêmes.
- **Jésus** a quitté le **ciel** et a donné Sa **vie** pour nous.
- Son **sacrifice** révèle la **profondeur** de l'**amour de Dieu**.
- La **croix** nous montre comment **vivre**.
- Nous sommes appelés à être **humiles** et à **servir** les autres.
- Nous ne devons **pas** chercher à être **au-dessus** des autres.
- Nous devons **valoriser** les autres et les mettre en **premier**.
- Regarder à **Jésus** change la manière dont nous nous voyons.
- Nous commençons à voir notre **faiblesse** et notre **besoin** de Lui.
- L'**orgueil** disparaît lorsque nous nous concentrons sur **Christ**.
- Sa **vie** rend notre **importance personnelle insignifiante**.
- Beaucoup luttent parce qu'ils regardent à **eux-mêmes**.
- La **force** vient lorsque nous regardons à **Jésus**.
- **Jésus** nous aide par le **Saint-Esprit**.
- Il nous donne la **force**, la **paix** et la **victoire** sur le **péché**.
- Nous **grandissons** lorsque nous passons du **temps** avec Lui **chaque jour**.
- Le **temps calme** avec **Dieu** nous aide à entendre Sa **voix**.

**Question** : Quelle est la **leçon clé** tirée de l'**exemple de Jésus** ?

**Réponse** : La **leçon clé** est de **vivre** une vie d'**humilité** et de **service** en regardant à **Jésus** et en suivant Son **exemple**.

**Réflexion** : Êtes-vous davantage centré sur **vous-même**, ou regardez-vous à **Jésus chaque jour** ?

**À retenir** : Lorsque vous **contemplez Jésus**, l'**orgueil** disparaît et une vie de **service humble** commence.

# 17 Avril: Vendredi - Réflexion avancée

Lire: Christ's Object Lessons, p. 160 par Ellen G. White

## Résumé

- Plus nous nous **approchons** de **Jésus**, plus nous voyons Sa **pureté**.
- Plus nous voyons Sa **pureté**, plus nous voyons notre **péché**.
- La véritable **sainteté** ne se **vante pas**.
- Ceux qui sont les plus **proches** de **Dieu** ne s'**élèvent pas** eux-mêmes.
- Le **ciel** valorise l'**humilité**, **non** le **statut** ou les **capacités**.
- **Dieu** honore ceux qui prennent une **place humble** devant Lui.
- La véritable **grandeur** ressemble à l'**esprit d'un enfant**.
- Elle est **simple**, **confiante** et **désintéressée**.
- L'**orgueil** pousse les hommes à s'**élever**.
- **Dieu** permet que ces personnes soient **abaissées**.
- L'**humilité** nous prépare pour l'**œuvre de Dieu**.
- Elle permet au **ciel** d'agir à travers **nous**.
- **Dieu** ne mesure **pas** selon la **richesse** ou le **rang**.
- Il cherche un **cœur** uni à **Christ**.
- L'**orgueil** bloque la **croissance spirituelle**.
- Il nous fait croire que nous n'avons **pas** besoin de **Dieu**.
- L'**humilité** ouvre la voie à la **grâce**.
- **Dieu** fait **grâce** aux **humbles**.
- **Jésus** est l'**exemple parfait** d'**humilité**.
- Sa **vie** montre le chemin d'une **marche étroite** avec **Dieu**.

**Question** : Pourquoi l'**humilité** est-elle si importante dans la **vie chrétienne** ?

**Réponse** : L'**humilité** nous aide à voir notre **besoin** de **Dieu**, à recevoir Sa **grâce** et à grandir dans une véritable **relation** avec Lui.

**Réflexion** : Y a-t-il un **domaine** dans votre vie où l'**orgueil** vous empêche encore de vous **abandonner** pleinement à **Dieu** ?

**À retenir** : L'**orgueil** ferme le **cœur**, mais l'**humilité** ouvre la voie pour que **Dieu** agisse dans votre **vie**.