

# **Au fil de l'Évangile : Je ne suis pas digne de délier la courroie de sa sandale**

Évangile du 3ème dimanche de  
l'Avent (cycle B), commentaire  
et questions pour guider  
l'examen de conscience.

## **Évangile (Jn 1, 6-8. 19-28)**

Il y eut un homme envoyé par Dieu ;  
son nom était Jean. Il est venu  
comme témoin, pour rendre  
témoignage à la Lumière, afin que  
tous croient par lui. Cet homme  
n'était pas la Lumière, mais il était là

pour rendre témoignage à la  
Lumière.

Voici le témoignage de Jean, quand  
les Juifs lui envoyèrent de Jérusalem  
des prêtres et des lévites pour lui  
demander :

« Qui es-tu ? »

Il ne refusa pas de répondre, il  
déclara ouvertement :

« Je ne suis pas le Christ. »

Ils lui demandèrent :

« Alors qu'en est-il ? Es-tu le prophète  
Élie ? »

Il répondit :

« Je ne le suis pas.

– Es-tu le Prophète annoncé ? »

Il répondit :

« Non. »

Alors ils lui dirent :

« Qui es-tu ? Il faut que nous donnions une réponse à ceux qui nous ont envoyés. Que dis-tu sur toi-même ? »

Il répondit :

*« Je suis la voix de celui qui crie dans le désert : Redressez le chemin du Seigneur, comme a dit le prophète Isaïe. »*

Or, ils avaient été envoyés de la part des pharisiens. Ils lui posèrent encore cette question :

« Pourquoi donc baptises-tu, si tu n'es ni le Christ, ni Élie, ni le Prophète ? »

Jean leur répondit :

« Moi, je baptise dans l'eau. Mais au milieu de vous se tient celui que vous ne connaissez pas ; c'est lui qui vient derrière moi, et je ne suis pas digne de délier la courroie de sa sandale. »

Cela s'est passé à Béthanie, de l'autre côté du Jourdain, à l'endroit où Jean baptisait.

---

## **Commentaire**

L'Évangile du troisième dimanche de l'Avent nous parle du témoignage donné par Jean-Baptiste aux prêtres et aux lévites envoyés de Jérusalem. À l'époque de Jésus, il existait une attente messianique forte et généralisée, au point que, comme le décrit l'historien Flavius Josèphe, un certain nombre de personnes se proclamaient le Messie promis par Dieu pour libérer le peuple. La réputation de sainteté du Baptiste devait être si grande que les autorités religieuses ont voulu l'interroger directement sur son identité et son activité.

L'évangéliste nous a déjà précisé dans son prologue qui est Jean afin que nous puissions comprendre la portée de son témoignage : il était "un homme envoyé par Dieu" qui "est venu comme témoin, pour rendre témoignage à la Lumière, afin que tous croient par lui". Derrière les questions que les autorités posent à Jean - "qui es-tu ?"; "es-tu Élie ?"; "es-tu le prophète ?" – se trouvaient certains courants religieux à cette époque, parmi lesquels la croyance qu'Élie arriverait juste avant la venue du Messie, ainsi que la croyance en l'arrivée d'un autre prophète précurseur avec une identité indéterminée. Plus tard, Jésus fera comprendre à ses disciples qu'en réalité, Jean pouvait être identifié à Élie (cf. Mt 17, 12).

En tout cas, malgré son prestige, Saint-Jean met immédiatement fin à toute tentative d'exaltation de sa personne ou de toute ombre de

grandeur. Le Baptiste prêchait ainsi par son exemple l'humble disposition intérieure qu'il exigeait de son public et qui est toujours une exigence actuelle pour nous. Comme le disait saint Josémaria, "nous avons besoin, sans aucun doute, d'une nouvelle conversion, d'une loyauté plus entière, d'une humilité plus profonde, pour que le Christ croisse en nous et que notre égoïsme diminue, puisque *illum oportet crescere, me autem minui*, il faut que Lui grandisse et que moi je diminue "[1].

En ce qui concerne ce temps de l'Avent et de l'Évangile d'aujourd'hui, il convient de mentionner l'ancienne coutume des empereurs de Rome de réaliser des avents, c'est-à-dire des arrivées triomphales dans la ville, avec toute une suite de serviteurs, l'armée et même un défilé d'ennemis vaincus. L'arrivée de l'empereur est devenue un symbole de victoire et de

grandeur. En revanche, l'avènement du Seigneur à Bethléem a été discret et simple, comme lorsqu'il est apparu sur les rives du Jourdain, ou sur le dos d'un âne à Jérusalem.

Cette même arrivée discrète a maintenant lieu dans l'Eucharistie, dans notre travail quotidien et dans les nécessités des autres. Face à ces avènements successifs du Seigneur, nous courons le risque de nous grandir, ne lui laissant aucune place dans nos journées et nos centres d'intérêt. Et le temps liturgique de l'Avent nous invite, par la voix de Jean qui crie dans le désert, à une nouvelle conversion et à une préparation exigeante pour la venue du Seigneur.

En même temps, la liturgie nous rappelle que permettre au Christ de grandir ne nous rend pas tristes, mais bien au contraire, comme ce fut le cas pour le Baptiste, qui fut rempli

de joie lorsqu'il vit le Messie venir.  
Comme l'a rappelé Benoît XVI, "

"la liturgie de ce dimanche, appelé « *Gaudete* », nous invite à la joie, à une vigilance qui n'est pas triste, mais heureuse (...) La vraie joie n'est pas un simple état d'âme passager, ni quelque chose que l'on atteint de ses propres forces, mais elle est un don, elle naît de la rencontre avec la personne vivante de Jésus, de la place que nous lui accordons en nous, de l'accueil que nous réservons à l'Esprit Saint qui guide notre vie (...) En ce temps de l'Avent, fortifions cette certitude que le Seigneur est venu parmi nous et qu'il renouvelle continuellement cette présence de réconfort, d'amour et de joie. (...) Confions notre chemin à la Vierge Immaculée, dont l'esprit a exulté en Dieu notre Sauveur. Qu'elle guide nos cœurs dans l'heureuse attente de la venue de Jésus, une attente riche de prières et de bonnes actions"[2].



---

## **Examen de conscience**

1. Saint Jean Baptiste est venu comme témoin, pour rendre témoignage à la Lumière, afin que tous croient par lui. Est-ce que je m'efforce dans mon milieu naturel, familial, professionnel et social, de rendre témoignage à la Lumière en accomplissant délicatement les préceptes enseignés par la Sainte Église ?

2. Le Précurseur s'est donné une sorte de devise personnelle : « Lui, il faut qu'il grandisse ; et moi, que je diminue » (Jn 3, 30). Est-ce que je m'efforce de l'imiter dans son humilité, sachant que cette vertu constitue la meilleure préparation de notre cœur à accueillir la nouvelle naissance du Christ ?

3. Pour nous aider à vivre l'humilité, saint Josémariam nous a donné un

conseil dans son livre *Chemin* : « Tu n'es pas humble lorsque tu t'humilies, mais bien lorsqu'on t'humilie et que tu le supportes pour le Christ » (n° 594). Sais-je mettre à profit les occasions où je me sens humilié, même si personne n'a cherché à m'humilier, pour faire grandir cette vertu dans mon cœur ?

---

[1] Saint Josémaría, Quand le Christ passe, n. 58

[2] Benoît XVI, Angélus, 11 de décembre de 2011

Pablo M. Edo // Benjamin Hubert Getty images

---

[opusdei.org/fr-cm/gospel/au-fil-de-l-evangile-je-ne-suis-pas-digne-de-delier-la-courroie-de-sa-sandale/](https://opusdei.org/fr-cm/gospel/au-fil-de-l-evangile-je-ne-suis-pas-digne-de-delier-la-courroie-de-sa-sandale/) (13/01/2026)