



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 1

« *Celui qui fréquente les sages devient sage, mais celui qui se plaît avec les insensés s'en trouve mal.* » (Proverbes 13,20)

Nous vivons à une époque où l'on parle constamment de liberté, d'autonomie et d'indépendance. On nous répète qu'il faut être nous-mêmes, que personne n'a le droit d'influencer nos décisions et que nous sommes entièrement maîtres de notre destin. Pourtant, la Sainte Écriture nous rappelle une vérité aussi simple qu'inconfortable : les personnes qui nous entourent façonnent profondément ce que nous devenons.

Proverbes 13,20 contient l'un des enseignements les plus pratiques, profonds et transformateurs de toute la Bible. En une seule phrase, l'Esprit Saint nous révèle une loi spirituelle qui agit silencieusement dans la vie humaine : nous finissons par ressembler à ce que nous admirons, fréquentons et écoutons.

Ce proverbe n'est pas simplement un conseil de bonne conduite. C'est un enseignement théologique, moral et spirituel qui touche à notre salut, à notre sainteté et à notre croissance en tant qu'enfants de Dieu.

Dans un monde où les amitiés se comptent par milliers sur les réseaux sociaux, où les influenceurs façonnent les opinions et où les idéologies se diffusent à une vitesse sans précédent, ce verset est plus actuel que jamais.

---

## Le Livre des Proverbes : une école divine de sagesse

Avant d'approfondir ce verset, il est important de comprendre le contexte dans lequel il apparaît.

Le Livre des Proverbes fait partie des livres sapientiaux de l'Ancien Testament. Traditionnellement, une grande partie de son contenu est attribuée au roi Salomon, célèbre pour la sagesse extraordinaire qu'il reçut de Dieu.

Le but de ce livre n'est pas simplement d'enseigner des règles morales. Son objectif est de



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 2

former des personnes sages selon Dieu.

La sagesse biblique ne consiste pas à accumuler des connaissances. Elle n'est pas non plus synonyme d'intelligence supérieure.

Pour la Bible, être sage signifie vivre conformément à la volonté de Dieu.

C'est pourquoi nous lisons :

« *La crainte du Seigneur est le commencement de la sagesse.* »  
(Proverbes 9,10)

Toute véritable sagesse commence lorsque l'homme reconnaît Dieu comme Seigneur et oriente sa vie vers Lui.

---

## Une loi spirituelle à laquelle personne n'échappe

Proverbes 13,20 déclare :

« *Celui qui fréquente les sages devient sage.* »

L'expression « fréquenter » implique la proximité, la compagnie, l'amitié et les relations habituelles.

L'Écriture ne dit pas simplement que nous apprendrons quelque chose des sages. Elle affirme quelque chose de bien plus profond : nous deviendrons sages.

Autrement dit, les personnes avec lesquelles nous vivons n'influencent pas seulement nos idées. Elles transforment aussi notre manière de penser, d'agir et de vivre.



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 3

Dieu nous a créés comme des êtres sociaux.

Personne ne vit isolé.

Personne ne grandit seul.

Personne ne développe sa personnalité sans recevoir d'influences.

Même ceux qui se considèrent indépendants ont été façonnés par leur environnement.

Par conséquent, la question importante n'est pas de savoir si nous sommes influencés.

La véritable question est : **par qui sommes-nous influencés ?**

---

## L'influence silencieuse de l'exemple

L'une des erreurs les plus courantes consiste à penser que les paroles sont le principal moyen de formation.

L'expérience prouve le contraire.

Nous apprenons beaucoup plus par imitation que par instruction.

Les enfants imitent leurs parents.

Les élèves imitent leurs enseignants.

Les fidèles imitent leurs pasteurs.

Les jeunes imitent leurs modèles.

Les chrétiens finissent par ressembler à ce qu'ils admirent.

C'est pourquoi le Christ n'a pas seulement enseigné des doctrines.

Il a aussi donné un exemple.



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 4

Il a déclaré :

« Car je vous ai donné un exemple, afin que vous fassiez, vous aussi, comme moi j'ai fait pour vous. » (Jean 13,15)

La sainteté est contagieuse.

Mais le péché l'est aussi.

---

## « Celui qui se plaît avec les insensés s'en trouve mal »

La seconde partie du verset est encore plus frappante.

« Mais celui qui se plaît avec les insensés s'en trouve mal. »

Dans la Bible, le mot « insensé » ne désigne pas une personne peu intelligente.

Dans la mentalité biblique, l'insensé est celui qui vit loin de Dieu.

Le Psaume 14 affirme :

« L'insensé dit en son cœur : "Il n'y a pas de Dieu." »

La folie biblique est fondamentalement une attitude spirituelle.

Un homme peut posséder plusieurs doctorats et pourtant être insensé devant Dieu.

Inversement, une personne simple peut être véritablement sage parce qu'elle vit selon la



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 5

volonté divine.

Le texte ne dit pas que celui qui fréquente les insensés rencontrera simplement des difficultés.

Il affirme qu'il en souffrira.

L'image est forte.

Elle parle de ruine.

De destruction.

De dommages moraux et spirituels.

L'Écriture enseigne que les mauvaises fréquentations produisent finalement des conséquences douloureuses.

---

## Saint Paul confirme cet enseignement

Le Nouveau Testament reprend exactement le même principe.

Saint Paul écrit :

« *Les mauvaises compagnies corrompent les bonnes mœurs.* » (1 Corinthiens 15,33)

Cette affirmation n'est pas une opinion humaine.

C'est une vérité révélée.

Les fréquentations exercent une influence constante sur notre vie spirituelle.

Peu à peu, elles modifient nos priorités.



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 6

Elles changent notre langage.

Elles transforment nos valeurs.

Elles altèrent notre compréhension du bien et du mal.

Ce qui nous paraissait autrefois mauvais finit par sembler normal.

Et ce que nous reconnaissons auparavant comme un péché finit par être justifié.

Voilà comment agit l'influence négative.

Elle détruit rarement d'un seul coup.

Le plus souvent, elle agit progressivement.

---

## Le défi des réseaux sociaux

Pendant des siècles, les amitiés étaient limitées aux personnes physiquement proches.

Aujourd'hui, la situation est différente.

Beaucoup passent plus de temps à écouter des influenceurs, des célébrités et des créateurs de contenu qu'à parler avec leur famille ou leurs amis.

C'est pourquoi ce proverbe prend une dimension nouvelle à notre époque.

La question n'est plus seulement :

### **Qui sont tes amis ?**

Nous devons aussi nous demander :

- Qui suis-tu ?
- Quel contenu consommes-tu ?
- Quelles voix écoutes-tu chaque jour ?
- Qui façonne ta manière de penser ?



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 7

- Qui forme ta conscience ?

Les compagnies modernes entrent souvent par un écran.

Pourtant, l'effet spirituel demeure exactement le même.

---

## Les saints ont parfaitement compris cette vérité

Les saints ont toujours cherché à s'entourer de personnes qui les aideraient à se rapprocher de Dieu.

Saint Augustin fit l'expérience de certaines amitiés qui l'éloignèrent de Dieu avant sa conversion.

Plus tard, il comprit que les véritables amitiés sont celles qui conduisent au Ciel.

Saint Philippe Néri disait souvent :

« *Celui qui n'évite pas les occasions dangereuses tombera facilement.* »

Non pas parce qu'il se méfiait de la grâce divine, mais parce qu'il connaissait la fragilité humaine.

La tradition catholique a toujours insisté sur l'importance de l'environnement spirituel.

Il ne suffit pas de vouloir devenir saint.

Nous devons aussi favoriser les conditions qui facilitent la sainteté.

---



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 8

## Le Christ Lui-même a soigneusement choisi Ses amis

Il est significatif que Notre Seigneur ait consacré une grande partie de Son ministère à former un petit groupe de disciples.

Il aurait pu prêcher uniquement aux foules.

Pourtant, Il a choisi de vivre quotidiennement avec les Douze.

Pourquoi ?

Parce que la formation spirituelle se réalise principalement dans la vie partagée.

Les Apôtres ont appris en observant le Christ.

En L'écoutant.

En L'accompagnant.

En partageant leur vie avec Lui.

Aujourd'hui encore, nous grandissons spirituellement lorsque nous demeurons proches du Christ à travers :

- La prière.
- Les sacrements.
- La lecture spirituelle.
- La direction spirituelle.
- Les amitiés chrétiennes.

---

## Les amitiés comme chemin vers le salut

Ce proverbe possède une dimension profondément théologique.



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 9

Le salut n'est jamais un projet individualiste.

Dieu nous sauve au sein d'une communauté.

L'Église n'est pas simplement une institution.

Elle est une famille spirituelle.

Elle est le Corps Mystique du Christ.

C'est pourquoi les chrétiens ont besoin les uns des autres.

Nous avons besoin de frères et de sœurs dans la foi.

Nous avons besoin de personnes qui nous encouragent lorsque nous sommes faibles.

Nous avons besoin d'exemples concrets de vie chrétienne.

L'amitié authentique possède une dimension surnaturelle.

Elle ne consiste pas seulement à partager des intérêts communs.

Elle consiste à s'aider mutuellement à atteindre le Ciel.

---

## Comment reconnaître une amitié sage

Une amitié sage n'est pas nécessairement parfaite.

Elle n'exige pas non plus que l'autre personne soit un saint d'une vertu héroïque.

Cependant, elle possède certaines caractéristiques :

Elle te rapproche de Dieu

Après avoir parlé avec cette personne, tu ressens le désir de devenir un meilleur chrétien.



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 10

Elle te corrige lorsque tu te trompes

Elle n'approuve pas tout ce que tu fais.

Elle t'aide à grandir.

Elle respecte tes convictions

Elle ne se moque ni de ta foi ni de tes principes.

Elle t'inspire

Son exemple t'encourage à faire le bien.

Elle recherche la vérité

Elle n'adapte pas la morale aux modes du moment.

---

## Devons-nous nous éloigner de tous les pécheurs ?

À la lecture de ce verset, une question peut surgir.

Si les mauvaises compagnies sont dangereuses, devons-nous éviter tous les pécheurs ?

La réponse est non.

Le Christ mangeait avec les publicains et les pécheurs.

Cependant, il existe une différence fondamentale.

Jésus exerçait une influence sur eux.

Eux n'exerçaient pas d'influence sur Jésus.

La question n'est pas de se retirer du monde.



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 11

La question est de discerner qui transforme qui.

Chaque chrétien est appelé à évangéliser.

Mais chacun doit aussi reconnaître humblement ses propres faiblesses.

Nous ne pouvons pas nous exposer imprudemment à des influences dont nous savons qu'elles nous éloignent de Dieu.

---

## Un examen de conscience nécessaire

Proverbes 13,20 nous invite à faire un examen sincère.

Demandons-nous :

- Quelles sont mes principales influences ?
- Quelles personnes est-ce que j'admire ?
- Quel contenu est-ce que je consomme chaque jour ?
- Mes amitiés renforcent-elles ma foi ?
- Me rapprochent-elles du Christ ou m'en éloignent-elles ?
- Est-ce que j'aide les autres à grandir spirituellement ?

Répondre honnêtement à ces questions peut révéler des aspects importants de notre vie spirituelle.

---

## Le compagnon le plus important : Jésus-Christ

En fin de compte, toute la sagesse de ce proverbe nous conduit à une vérité plus grande.

Le compagnon qui transforme le plus profondément l'être humain est le Christ.

Plus nous marchons avec Lui, plus nous Lui ressemblons.



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 12

Plus nous écoutons Sa voix, plus nous devenons sages.

Plus nous demeurons unis à Lui, plus notre vie spirituelle se fortifie.

C'est pourquoi l'accomplissement véritable de Proverbes 13,20 se trouve dans la vie de disciple chrétien.

Le chrétien est avant tout quelqu'un qui marche avec le Christ.

Et celui qui marche avec le Christ ne perd jamais son chemin.

---

## Conclusion : Les personnes que tu choisis aujourd'hui construiront la personne que tu seras demain

Proverbes 13,20 contient une vérité éternelle qui traverse les siècles :

« *Celui qui fréquente les sages devient sage, mais celui qui se plaît avec les insensés s'en trouve mal.* »

Nos amitiés, nos modèles et nos influences ne sont pas des questions secondaires.

Ils contribuent à façonner notre caractère, notre vision du monde et notre relation avec Dieu.

Chaque conversation laisse une trace.

Chaque exemple exerce une influence.

Chaque compagnie nous rapproche ou nous éloigne de ce que nous sommes appelés à devenir.

Par conséquent, la question décisive n'est pas simplement avec qui nous passons notre



« Dis-moi avec qui tu marches et je te dirai qui tu deviendras » : Le puissant avertissement de Proverbes 13,20 qui peut changer ta vie et ton éternité | 13

temps.

La question véritablement importante est :

**Les personnes qui m'entourent m'aident-elles à devenir davantage semblable au Christ ?**

Car celui qui marche avec les sages grandit en sagesse.

Et celui qui marche chaque jour avec le Christ trouve non seulement la sagesse, mais aussi la vérité, la vie et le chemin sûr vers l'éternité.