

Capsule *En parlant de la Vie* par Dr Joseph Tkach

L'église est bonne pour la santé

[Même si une bonne alimentation et de l'exercice régulier sont importants, il s'avère que la fréquentation régulière d'une église est également un élément clé d'un mode de vie sain.]

Vous avez probablement entendu les statistiques suivantes :

- *Éviter les déplacements en automobile parce qu'ils sont responsables de 20 % des accidents mortels.*
- *Ne restez pas à la maison parce que 17 % des accidents mortels se produisent à la maison.*
- *Évitez de marcher dans les rues ou sur les trottoirs parce que 14 % des accidents impliquent des piétons.*
- *Et le plus important, restez éloignés des hôpitaux – ils représentent 32 % des décès !*

Vous serez heureux d'apprendre que seulement 0.001 % des décès surviennent lors des services de culte, et que ceux-ci sont généralement liés à des troubles physiques antérieurs. Par conséquent, la logique nous enseigne que l'endroit le plus sûr pour vous à n'importe quel moment dans le temps c'est d'être à l'église !

Je dis cela avec un peu d'ironie, car la logique indique également que vous avez à marcher, à conduire, ou à prendre les transports publics en direction ou en provenance de l'église et donc cela augmente le risque. Cependant, de nombreuses études ont validé que les personnes dévouées à la fréquentation régulière de l'église augmentent leurs chances de vivre une vie plus longue et en meilleure santé par rapport à ceux qui ne vont jamais à l'église. Je dirais qu'il y a plusieurs raisons à cela.

Assister régulièrement à l'église nous rappelle que nous faisons partie de quelque chose qui est beaucoup plus grand que nous-mêmes. Nous prenons du temps pour oublier nos problèmes personnels et profiter de notre relation avec Dieu, recevoir sa Parole et son Esprit lors de notre culte. Nous sommes renouvelés dans notre foi, notre espérance et notre amour pour Dieu et pour notre prochain. Nous sommes collectivement le corps du Christ, consacrés à partager son amour et sa vie avec les autres. Et enfin, nous sommes rappelés que nous avons un but – d'aimer notre prochain et de faire des disciples.

Selon moi, l'auteur du livre des Hébreux a compris cela lorsqu'il a écrit :

« Et veillons les uns sur les autres pour nous encourager mutuellement à l'amour et à la pratique du bien, sans délaissier nos assemblées, comme certains ont l'habitude de faire, mais nous encourageant les uns les autres - et d'autant plus que vous voyez s'approcher le jour du Seigneur » ([Hébreux 10:24-25](#)).

J'ai toujours entendu dire que l'exercice régulier, de saines habitudes alimentaires et la quantité appropriée de sommeil étaient les trois principales activités au maintien de la vie. À cela, je peux maintenant ajouter l'assistance à l'église.

Je suis Joseph Tkach, En parlant de la Vie.

Merci de votre soutien pour l'évangélisation. [Cliquez ici pour faire un don en ligne](#)