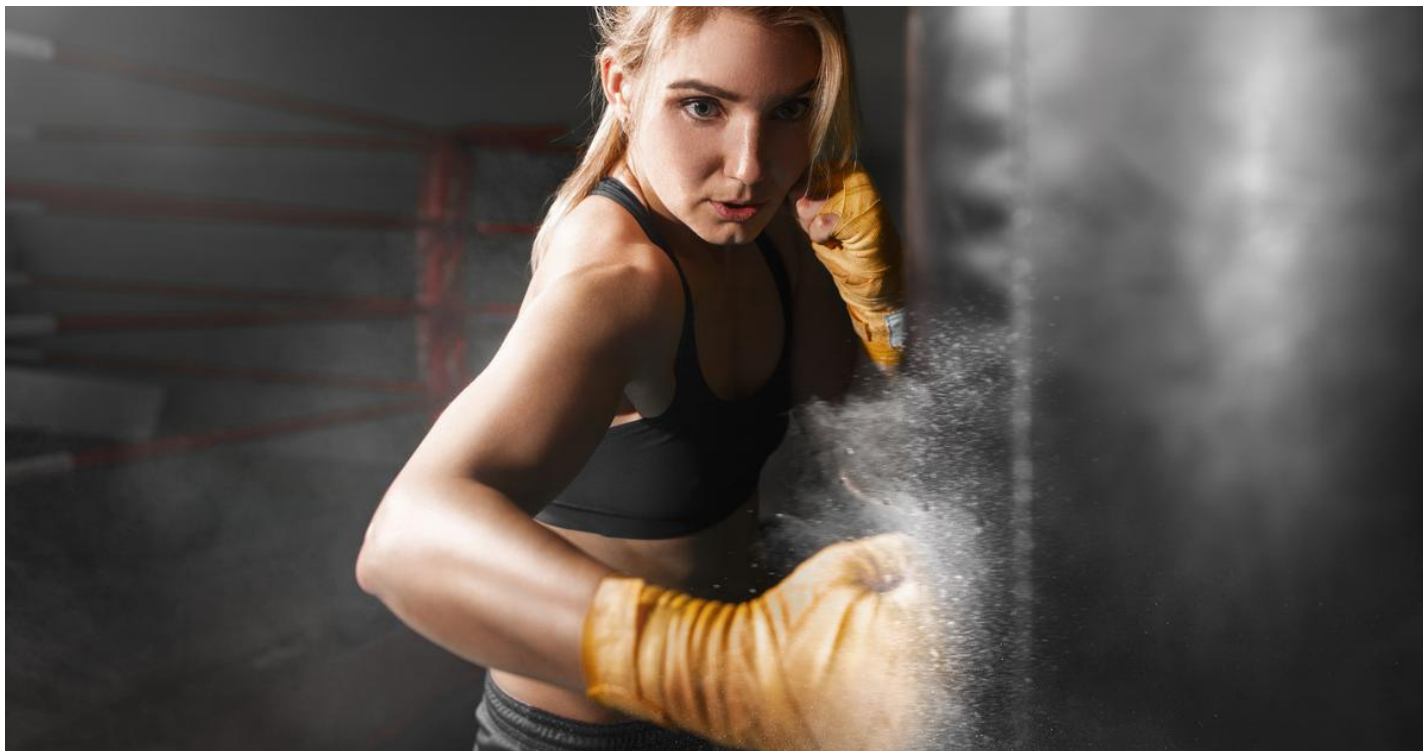


Aux grands maux, les grands remèdes !



[Précédemment](#), nous avons vu que si l'hiver n'est pas responsable de nos coups de déprime, c'est qu'il faut les aborder autrement.

Après six mois de lutte et à la limite de me transformer en marmotte, j'ai enfin pu noter "happy end" à cet épisode douloureux mais ô combien bénéfique : Dieu m'a affermie, et il nous promet de nous rendre inébranlables ! ([1 Pierre 5.10](#))

Je vous raconte la suite ?

La goutte de trop

En réalité, c'est ma charmante doctoresse qui m'a mise sur la piste. Elle m'a demandé si je n'étais pas en train de faire un burn-out. Un burn-out ? Euh ? Non... Je ne travaille pas tant que ça ! Et pour cause... Levée à 9h, douche à midi, prête à aller bosser... demain ! Pas possible, à ce rythme, de tomber dans l'épuisement ! Je bosse peu, ou pas du tout certains jours...

- Un traumatisme, peut-être ? me demande-t-elle.

Et là, ça a fait tilt. Oui, oui ! Un clash relationnel. Qui a fait des dégâts dans mon âme.

Alors j'ai compris que cette procrastination - ce misérable fléau - avait envahi mon quotidien à la suite d'un "accident relationnel". Cette goutte de trop a fait déborder le vase. Il faut dire que cette année-là, il y a eu plein de gouttes, des averses, même, et les précédentes aussi. Et que c'est le moyen que le diable a utilisé pour m'éloigner de ma cible : servir Dieu. Et m'affaiblir ; alors que Jésus est venu pour nous donner la vie en abondance, lui n'a qu'un plan en tête : nous [tuer](#).

Après avoir parlé avec Dieu, puis mon amie, et médité ce passage dans Ephésiens, j'ai décidé de passer à la contre-attaque :

Car notre lutte n'est pas contre le sang et la chair, mais contre les principautés, contre les autorités, contre les dominateurs de ces ténèbres, contre la puissance spirituelle de méchanceté qui est dans les lieux célestes. ([Ephésiens 6.12](#))

Aux grands maux...

Un dimanche soir, j'ai touché le fond. Bien que "ravitaillée" par le culte du matin, sans plus aucune angoisse, le cafard est revenu, et sans raison, j'ai repris mon lourd manteau de tristesse. Mais bien plus lourd : du plomb. J'étais effrayée, car c'était bien plus grave que d'habitude. Je n'avais plus envie de me battre mais de couler et d'en finir. Terrible, n'est-ce pas ? Je n'ai pas honte de vous parler de cet épisode, car jusque-là, je n'avais pas bien réalisé que tout se jouait dans le monde spirituel.

J'ai alors crié à Dieu, vous savez, avec des larmes, des supplications, en m'appuyant sur le [psaume 42](#). C'est alors que le plan de Dieu s'est mis en place en trois étapes :

- J'ai eu la pensée soudaine que j'étais parfaitement équipée pour me débarrasser de cette oppression. ([Ephésiens 6.10-18](#))
- Puis, un nom a trotté dans ma tête toute la soirée : "Sylvie Thery" et comme à mon habitude, j'ai pensé : "Demain...". Le lendemain, en effet, j'ai écouté son témoignage "[Libre de l'oppression](#)" et je me suis retrouvée dans son histoire. Et j'ai été délivrée !
- Et enfin, j'ai eu dans mes pensées le mot "forteresse". Je me suis empressée de fouiller dans ma Bible... pour trouver ce verset : "les armes avec lesquelles nous combattons ne sont pas charnelles, mais elles sont puissantes devant Dieu, pour renverser des forteresses."

Et là, j'ai compris ! Oui ! À ce moment précis, Dieu m'a envoyé les bonnes armes pour combattre cette oppression plus forte que toutes les autres. Et pour m'apporter les bonnes explications que j'aurai le lendemain.

J'ai chassé cet esprit de dépression à la manière de Jésus dans le temple : énergique et efficace.

J'ai tout envoyé promener dans le nom de Jésus en invoquant la Parole de Dieu :

- Celui qui est en moi est plus [grand](#) que toi !

- Aucune [arme](#) forgée contre moi n'a d'effet !
- Ce n'est ni par mes forces, ni par mon courage, mais par l'[Esprit de Dieu](#) !

Allez oust, dehors !

... les grands remèdes !

Dans tous nos maux, sachons utiliser les mots de Dieu ! Sa Parole est puissante comme une [épée](#) tranchante.

Tout est parti. Cela a été immédiat le dimanche soir. Et le lendemain matin, après avoir écouté Sylvie Théry, j'ai pu m'asseoir à nouveau derrière mon écran et reprendre mon travail. J'ai eu enfin les explications suite à cet état qui m'effrayait : je ne comprenais pas ce qui m'arrivait.

Maintenant, je sais. Et je sais comment combattre ! Je sais que le diable rôde et je sais aussi comment lui résister : en me soumettant à Dieu. ([Jacques 4.7](#))

Pas de méthode, non, mais une clé à saisir, et c'est la plus importante, de la plus grande taille que j'ai trouvée : la Parole de Dieu, qui est l'épée de l'Esprit. Connaissez-vous une arme plus puissante que celle-ci ?

Si vous traversez une dépression, il peut être nécessaire de vous faire accompagner par un professionnel, ce que je recommande en toute simplicité dans cet article : "[Un chrétien peut-il faire appel à un psy ?](#)"... Ne restez pas seul(e). Parlez-en, à un proche, votre pasteur et surtout à Dieu !

Soyez béni(e) !

[Lisa Giordanela](#)
[Lifestyle](#)

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !

160 Partages

Partager par email

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2020 - www.topchretien.com