

Je suis dans un tunnel et tout est noir!



Ma chère Anne,

Ta tristesse transparait tant dans ta lettre. Rien ne semble t'intéresser, tu te sens enchaînée par tes idées noires. Tu as l'impression d'être dans un long tunnel qui n'a pas de fin et un sentiment angoissant t'envahit malgré la présence de ton mari et de tes enfants qui t'aiment. Comme tu le dis, ma chère Anne, n'oublie pas que c'est une traversée et une sortie existe. Dieu t'accompagne même là, il te tient la main, il ne t'abandonne pas même dans le tunnel.

Je te propose la lecture de Esaïe 50 :10

Je souhaite que tu puisses ressentir cet amour que Dieu a pour toi. Prends le temps de rester seule pour le laisser venir vers toi. Tu verras !

Tu me demandes pourquoi tu as si mal.

Il y a plusieurs raisons pour lesquelles nous passons par ces moments de déprime. Aujourd'hui tu as 40 ans. C'est un âge où nous nous rendons compte que certains de nos rêves ne se sont pas réalisés. C'est une réalité à laquelle nous devons faire face.

Les blessures subies et nos choix du passé doivent être confrontés et ce n'est pas toujours une démarche facile.

Ton interprétation des événements passés joue aussi un rôle sur la manière avec laquelle tu vis le présent.

Avant de chercher une cause psychologique, je te suggère de consulter un médecin. Une cause médicale peut provoquer cet état : problème de thyroïde, pré-ménopause, surcharge de travail... une grosse fatigue.

Personnellement je t'encourage à discuter de ce qui te trouble avec une personne de confiance. Comme je te l'ai dit auparavant, le passé peut venir perturber le présent. Parler de tes souffrances, parler de tes interrogations est primordiale pour regarder l'avenir d'un autre oeil. Certains événements demandent donc à être réglés. Pardonner est alors nécessaire. Il y a le pardon vis à vis d'une tierce personne, le pardon face à soi-même, et même le pardon à l'encontre de Dieu. Ce n'est pas facile mais je t'encourage à réfléchir à ce pardon.

Tu ne peux pas changer ton passé, mais tu peux changer ton regard pour vivre aujourd'hui et envisager l'avenir.

Merci de me faire confiance, pour ton partage. Je t'aime et je suis toujours là pour toi.

Ta tante qui t'aime.

en partenariat avec : www.famillejetaime.com

Patricia Stuart S'ABONNER

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2023 -
www.topchretien.com