

Un chrétien "peut-il" être dépressif ?



Tout va-t-il toujours "TRES BIEN par la grâce de Dieu" ?

Ou bien y aurait-il des périodes sombres dans notre vie chrétienne ?

En d'autres termes : un chrétien né de nouveau, consacré au Seigneur et peut-être même à son service, peut-il par périodes aller mal, être triste, dépressif, avoir des soucis psychologiques, voire même des pensées suicidaires ?

Des exemples bibliques :

- **Le roi David**

*Jusques à quand, ô Eternel ? M'oublieras-tu sans cesse ?
Jusques à quand seras-tu loin de moi ?
Jusques à quand aurai-je des soucis
et des chagrins au cœur à longueur de journée ?
Jusques à quand mon ennemi aura-t-il le dessus ?
Regarde, Eternel mon Dieu, réponds-moi,
viens réparer mes forces,
sinon je m'endors dans la mort.*

[Psaume 13.2-4](#)

- **Le prophète Jérémie :**

*J'ai beau crier et implorer :
il n'écoute pas ma prière.
Tu m'as banni loin de la paix,
je ne sais plus quel goût a le bonheur.
Alors j'ai dit : C'en est fini de tout mon avenir :
je n'espère plus rien de l'Eternel.*

[Lamentations de Jérémie 3.8](#) et [17-18](#)

Et beaucoup d'autres : Job, Timothée dans le Nouveau Testament ...

Des paroles et des attitudes inadaptées, voire malsaines

Nous (les gens qui vont bien) portons souvent des jugements à l'emporte-pièce sur ces personnes qui ne vont pas bien :

Quelques pensées "populaires" :

- *c'est un(e) fainéant(e), qu'il se mette au boulot, et il(elle) verra qu'il(elle) n'aura plus le temps de penser à tout ce qui ne va pas*
- *il(elle) se fait des idées, il(elle) a tout pour être heureux(se)*

Des pensées "chrétiennes" :

- *il y a forcément un péché caché dans sa vie*
- *il(elle) n'a qu'à prier plus et donner sa dîme ...*

Les conséquences de nos paroles inadaptées :

Un comportement et des paroles adaptés ne sont pas forcément innés. Nos paroles sont souvent teintées de nos pensées (de jugement). Nos actes peuvent avoir des motivations pas très fraternelles ...

Plaindre la personne, lui demander plus de détails, ou la fuir ne sont pas forcément des solutions ... L'assommer de bons conseils ou de versets bibliques, non plus.

Elle risque de se sentir encore plus incomprise et isolée, voire même jugée.

Alors quoi dire et quoi faire ?

Vouloir aider efficacement et durablement quelqu'un qui va mal ne s'improvise pas. Il faut, soit être toujours profondément à l'écoute du Saint-Esprit (qui l'est ?), soit "savoir comment s'y prendre" (avoir appris et continuer de se former), ou mieux encore : un mix des deux.

[Des pommes en or décorées d'argent, voilà ce que sont des paroles dites à propos.](#)

Proverbes 25.11

Il existe d'excellents thérapeutes chrétiens, sachant qu'il n'est pas toujours aisé d'en trouver localement. Tout se fait souvent de bouche à oreille. Je connais telle personne, et je vous la recommande ...

Il existe aussi de très bons livres. Je vous propose en particulier celui de Pascal Denault qui est disponible sur cette page : [Le côté obscur de la vie chrétienne.](#)

Pascal travaille entre autres avec [Guillaume Bourin](#), qui est l'un de nos auteurs.

Le prophète Jérémie nous encourage :

*Mais voici la pensée que je me rappelle à moi-même,
la raison pour laquelle j'aurai de l'espérance :
car les bontés de l'Eternel ne sont pas à leur terme
et ses tendresses ne sont pas épuisées.
Chaque matin, elles se renouvellent.
Oui, ta fidélité est grande !*
[Lamentations 3.21-23](#)

Retrouvez l'article complet ici :

[Un chrétien peut-il être touché par la dépression ?](#)

[La question taboue](#)
[Elisabeth Dugas](#)

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !

102 Partages

Partager par email

