

# L'espérance dans les périodes de désespoir

[Hope in Times of Hopelessness]

## Paroles de Jésus

« Pourquoi donc, ô mon âme, es-tu si abattue et gémis-tu sur moi ? Mets ton espoir en Dieu ! Je le louerai encore, car il est mon Sauveur. » —Psaume 42.6<sup>1</sup>

Le découragement peut avoir de nombreuses causes : on peut être découragé à cause d'échecs, d'erreurs ou d'une perte ; découragé par des circonstances ou par notre entourage ; découragé à cause de notre apparence, de notre caractère ou de problèmes relationnels. Les gens éprouvent du découragement pour de nombreuses raisons, et bien que ce soit généralement moins grave que la dépression, cela peut éventuellement y conduire.

La dépression s'accompagne souvent d'un sentiment de désespoir ainsi que d'une absence de volonté de s'en sortir, tant il est vrai que les nuages de l'oppression cachent le soleil de ma joie et de mon bonheur. Cela peut t'amener à te sentir envahi par la tristesse alors que Je désire ardemment te donner du bonheur ; cela t'amène à accepter le désespoir alors que Je désire te conduire à la victoire. Lorsque tu n'essaies pas délibérément de voir le bon côté des situations ou des choses, tu risques de perdre une perspective correcte de la vie.

Il est possible de surmonter et d'inverser le cercle vicieux du découragement et de la dépression grâce à ma puissance. L'espoir, la foi et la joie—qui viennent tous de Moi—ont un pouvoir régénérateur. Tout pouvoir M'est donné au ciel et sur la terre—pour sauver, délivrer, et secourir. Fais appel à Moi dans la prière pour que la force de mon Esprit t'aide à triompher.

Rien n'est trop difficile pour Moi ! Avec Moi, ce qui paraît impossible devient possible. Je peux transformer la défaite en victoire, les ténèbres en soleil radieux, des nuages menaçants en ciel paisible, la dépression en espoir, et le désespoir en foi et en joie.

Pour vaincre la dépression, il faut commencer par décider de te battre pour surmonter les obstacles inquiétants qui obstruent ton chemin, et il faut te tourner vers Moi et ma Parole pour trouver la force et un espoir pour l'avenir. Je sais que cela demande un effort considérable de surmonter la dépression quand tu as l'impression qu'il n'y a pas de solution à tes problèmes. Mais Je veux que tu saches que tu peux avoir la victoire—une victoire durable—sur la dépression.

## Accroche-toi à l'espérance

Je veux que tu fasses l'expérience de la richesse de ton salut : de la joie d'être aimé constamment et à la perfection. Tu as l'habitude de te juger, en fonction de ton apparence, de ton comportement, de tes émotions ou tes sentiments. Si tu aimes ce que tu vois dans le miroir, tu te sens un peu plus digne de mon Amour. Lorsque tout va bien et que tu es satisfait par ce que tu vois, il t'est plus facile de croire que tu es mon enfant bien-aimé. Lorsque tu te sens découragé, tu as tendance à faire de l'introspection et d'essayer de corriger ce qui ne va pas.

Au lieu d'essayer de te « corriger », fixe ton regard sur Moi, l'Amant de ton âme. Plutôt que de gaspiller ton énergie à te juger, redirige-la vers des louanges. Souviens-toi que Je te vois revêtu de ma justice et rayonnant de mon Amour parfait.

Que ta faiblesse soit une porte s'ouvrant sur ma Présence. Chaque fois que tu te sens insuffisant, dis-toi que Je suis ton éternel Secours. Espère en Moi, et tu seras protégé de la dépression et de l'apitoiement sur toi-même. L'espérance est comme un cordon d'or qui te relie au Ciel. Plus tu t'accroches à ce cordon, plus Je prends sur Moi tes fardeaux ; ainsi, tu es allégé. ... Accroche-toi à l'espoir, et les rayons de ma Lumière perceront les ténèbres pour t'atteindre. ...

[La dépression] est un puits aux parois visqueuses et sans fond. Une fois que tu es tombé dedans, tu as tendance à t'enfoncer de plus en plus profondément dans la fange. Tu glisses le long de ces parois, et te voilà sur le chemin de la dépression où l'obscurité est profonde. Ton seul espoir est de lever les yeux et de voir ma Présence t'inonder de Lumière. Bien que la lumière semble faible de ton point de vue, au fond du puits, ces rayons d'espoir peuvent t'atteindre à n'importe quelle profondeur. Si tu te concentres sur Moi avec confiance, tu pourras émerger lentement de l'abîme du désespoir.

Enfin, tu pourras lever les bras et me saisir la main. Je te tirerai de là et Je te ramènerai à la lumière. Je te nettoierai avec douceur pour te débarrasser de la boue qui te colle à la peau. Je te couvrirai de ma justice et Je marcherai à tes côtés sur le chemin de la vie.<sup>2</sup>

## **Créé d'une étrange et merveilleuse manière**

Lorsque tu es déprimé, ta perception de la vie et de tout ce qui t'entoure est faussée ; tu as l'impression qu'il n'y a plus d'espoir. Mais rien n'est jamais vraiment désespéré pour un enfant de Dieu, pour un de mes bien-aimés.

La dépression peut entraîner une perte générale d'estime de soi, et t'amener à ressentir des émotions négatives vis-à-vis de toi-même ou de la façon dont je t'ai façonné, et même à douter de ta valeur personnelle. La dépression s'accompagne d'une envie de fuir les problèmes et de baisser les bras, de renoncer à espérer. Mais durant les heures sombres, il est important de se rappeler que mes voies sont des voies d'amour, de vérité, de liberté et de vie.

Je veux que tu aies la certitude, même si tu ne t'en rends pas toujours compte, que tu as été créé d'une étrange et merveilleuse manière, exactement comme Je l'ai voulu et ordonné. Tu es formidable, et même tes imperfections sont totalement en phase avec ce que J'avais prévu que tu sois, pour que tu Me recherches et que tu recherches ma présence tout au long de ta vie.

Le plus grand don que Je t'ai fait, c'est mon amour que J'ai démontré en mourant sur la croix. Aucun amour n'est comparable au mien et Je te donne cet amour généreusement et en abondance.

Tu es spécial et unique, et ma lumière en toi resplendit. L'amour que Je te porte ne peut se décrire par de simples mots, car comment une mère ou un père humains pourraient-ils décrire l'amour qu'ils portent à leur enfant ? Mon amour pour toi est infiniment plus merveilleux et inconditionnel, et il englobe tout.

## **Toujours à tes côtés**

Pense à la dépression comme à un nuage sombre qui obscurcit ta vision. Lorsque tu es dans ce nuage, tu as peut-être l'impression qu'il n'y a aucun espoir, aucune raison de tenir bon, et tu n'as pas la force de persévérer par la foi. Lorsque tu es emprisonné dans ce nuage, force-toi à lire des choses positives dans ma Parole pour pouvoir le chasser. Avance à travers l'obscurité, et aies confiance que tu surmonteras l'épreuve et que tu retrouveras la lumière, le bonheur et la joie que J'ai promis. Choisis de t'oublier toi-même, de mettre de côté ton bonheur et tes désirs personnels, et efforce-toi de te tourner vers les autres pour leur apporter ma joie et mon amour.

Je sais à quel point ce nuage de tristesse et de dépression peut être sombre et éprouvant. Je sais combien il est difficile de continuer à vivre quand on a l'impression d'avoir perdu tout espoir. Mais même si tu te dis : « À quoi bon ? », même si tu as à peine la force d'exprimer ta foi, et que venir à Moi est un combat de chaque instant, fais-le quand même. Et si tu t'accroches à ma Parole et à mes promesses, tu verras la victoire, et mon Esprit finira par dissiper le nuage.

Souviens-toi que Je suis toujours avec toi, même lorsque tu as l'impression que Je suis distant. Je te promets que si tu t'approches de Moi, Je serai toujours à tes côtés.<sup>3</sup> Réjouis-toi, mon amour, car même lorsque tu te sens tourmenté, mon Esprit en toi est plus fort et Je t'aiderai toujours à triompher.

Concentre-toi sur l'amour que Je te porte et garde constamment les promesses de ma Parole à l'esprit, en me louant et en me faisant confiance pour tout ce que tu traverses. Rappelle-toi que Je ferai tout concourir au bien dans ta vie parce que tu M'aimes et que Je t'ai appelé conformément à mon plan divin.

## **Parce que Je t'aime**

Parce que Je t'aime, Je te promets d'utiliser chaque circonstance de ta vie de manière constructive en sorte que tu t'épanouisses. Parce que Je t'aime, Je ne garde pas le compte de tous tes péchés et de tes erreurs. Parce que Je t'aime, Je continuerai à travailler patiemment en toi, même lorsque tu as envie de baisser les bras et que tu ne vois pas pourquoi Je ne t'abandonne pas à ton sort. Je ne te laisserai jamais tomber, mon cher enfant.

Parce que Je t'aime, Je ne t'abandonnerai jamais. Je me tiendrai à tes côtés chaque fois que tu subiras une épreuve et un revers, et même lorsque tu sombreras dans le désespoir. Dans ces moments-là, si tu t'accroches à Moi, tu ne tarderas pas à voir l'amour que Je te porte, ainsi que la beauté et les bénédictions que Je déverse dans ta vie.

Quand tu passeras par les eaux, je serai avec toi, quand tu traverseras les fleuves, ils ne te submergeront pas, quand tu marcheras dans le feu, il ne te fera pas de mal et tu ne seras pas brûlé.<sup>4</sup> Car c'est moi, l'Éternel, qui suis ton Dieu, je saisis ta main droite, je te dis : « Sois sans crainte, je suis là pour t'aider. »<sup>5</sup>

*Première publication : avril 2003, sauf indication contraire. Adapté et réédité le 23 mai 2022.  
Traduit de l'original par Clotilde Marie.*

---

<sup>1</sup> SEM.

<sup>2</sup> Sarah Young, *Jésus appelle* (Thomas Nelson, 2010).

<sup>3</sup> Jacques 4.8.

<sup>4</sup> Esaïe 43.2.

<sup>5</sup> Esaïe 41.13.