

La dépression spirituelle

ses causes et ses remèdes

D. Martyn Lloyd-Jones



EUROPRESSE

1 Généralités

«Pourquoi t'abats-tu, mon âme, et gémis-tu au-dedans de moi ? Espère en Dieu, car je le louerai encore ; il est mon salut et mon Dieu.»

Psaume 42:6,12

Les Psaumes servaient de livre inspiré de louanges et de prières à Israël. Ce recueil ne révèle pas la vérité sous une forme abstraite mais par le biais d'expériences humaines. La vérité révélée s'y imbrique dans les émotions, les désirs et les souffrances du peuple de Dieu au travers de ses circonstances.

Pour cette raison, les Psaumes ont toujours été une grande source de consolation et d'encouragement pour les croyants - en Israël et dans l'Église.

Dans les Psaumes, nous assistons aux luttes d'âmes nobles en proie à leurs problèmes et à leur propre nature. Ces hommes s'adressent à leur âme, mettent leur cœur à nu, analysent leurs problèmes, se condamnent ou s'encouragent. Tantôt enthousiastes, tantôt déprimés, ils restent toujours honnêtes envers eux-mêmes et d'une valeur inestimable pour nous si nous faisons aussi preuve d'honnêteté.

Dans le Psaume 42 en particulier, le psalmiste apparaît malheureux et affligé. «Pourquoi t'abats-tu, mon âme, et gémis-tu au-dedans de moi ? Espère en Dieu, car je le louerai encore ; il est mon salut et mon Dieu», s'exclame-t-il de façon poignante à plusieurs reprises.

Le psalmiste expose la tristesse de son âme au moment où il rédige ces lignes et révèle pourquoi il se sent malheureux. À cette époque, il semble qu'il ne pouvait pas se rendre à la maison de Dieu pour se joindre à l'adoration de ses frères. Pire encore, il faisait l'objet d'attaques de la part de ses ennemis. Certains s'efforçaient même de le décourager. Le plus intéressant pour nous ici consiste en sa manière de faire face à la situation et de se prendre en main.

En d'autres termes, «la dépression spirituelle», ses origines (les causes) et son remède (le traitement), forment le thème de ce Psaume. L'Écriture aborde ce sujet à maintes reprises car cette condition semble affecter le peuple de Dieu de tout temps. L'Ancien et le Nouveau Testaments la mentionnent tous deux et elle demeure apparemment le problème particulier d'un grand nombre de croyants à l'heure actuelle.

De nombreuses raisons expliquent cette situation. La principale réside sans aucun doute dans les événements terribles de notre siècle : deux guerres mondiales et des bouleversements constants.¹ Il ne s'agit certes pas là de la seule et unique raison mais elle joue un grand rôle. En fait, sans s'arrêter à la cause, il faut reconnaître qu'un nombre considérable de chrétiens donne l'impression d'être malheureux et de céder à l'abattement et au désarroi. C'est pourquoi je désire attirer l'attention sur ce sujet.

1. Rédigé juste après le milieu du vingtième siècle, le livre porte, comme ici, la marque de son époque. Le lecteur verra que, si les détails changent, le tableau général demeure le même. *Note de l'éditeur*

L'enseignement d'abord, puis les exemples

Notre analyse doit d'abord examiner l'enseignement biblique avant de considérer certains exemples notoires de cet état dans la Bible. Nous étudierons comment ces personnes se conduisirent et surtout la façon dont Dieu s'y prend avec elles.

En affrontant les problèmes de la vie spirituelle, il convient toujours de commencer par l'enseignement explicite de l'Écriture pour ensuite considérer avec soin les exemples et les illustrations bibliques en rapport.

Ce procédé apporte une aide précieuse et je ne saurais trop vous encourager à adopter ces deux approches.

Beaucoup de gens s'intéressent seulement aux illustrations et aux récits. Cependant, si nous ne veillons pas à en extraire les principes, nous réussirons à coup sûr à aggraver notre propre condition.

Même si ces exemples et illustrations renferment des riches instructions, il est vital de considérer l'enseignement biblique d'abord. De nombreux croyants s'enfoncent dans la confusion car ils vivent de l'expérience des autres, ou ils la convoitent sans saisir l'enseignement général. Par suite, ils en tirent souvent des déductions fausses. La Bible devrait nous garder de ce danger car elle offre toujours un enseignement doctrinal clair et simple auquel Dieu, dans sa grâce, ajoute des illustrations pratiques de ces grands principes.

L'importance du problème

Je considère très important de traiter la dépression spirituelle, d'abord dans l'intérêt des victimes de cette condition, afin de les en délivrer. De nombreux chrétiens passent malheureusement la majeure partie de leur vie dans l'abattement. Chrétiens à part

entière, ils se privent de bienfaits si grands que, par amour pour eux, il s'avère primordial de se pencher sur ce sujet.

En outre, il faut faire face à ce problème dans l'intérêt de la gloire de Dieu. C'est le motif de loin le plus important. En un sens, un chrétien en proie à ce triste état représente une contradiction vivante et une bien piètre recommandation de l'Évangile. Nous vivons à l'âge du pragmatisme : personne ne s'intéresse aujourd'hui à la «Vérité» en tant que telle. Une seule et unique question importe pour nos contemporains : «Est-ce que ça marche ?»

Or, au cours de l'Histoire, Dieu a souvent fait progresser l'Évangile de façon merveilleuse au moyen de la vie toute simple de chrétiens ordinaires. Il est donc primordial de se délivrer d'une condition propre à communiquer une image malheureuse, triste et morbide du chrétien. En effet, combien de gens invoquent cette situation pour abandonner tout intérêt envers la foi chrétienne ? «Regardez les chrétiens, s'exclament-ils, l'impression qu'ils donnent !»

On se plaît à opposer l'attitude des croyants à l'enthousiasme des gens du monde pour leurs intérêts : leur excitation pour le foot, leur ferveur à parler du dernier film, leur passion et désir que tout un chacun le sache.

Par contraste, le chrétien paraît trop souvent déprimé et communique une impression de tristesse et d'étroitesse d'esprit. Bien des gens ont cessé de s'intéresser à la foi chrétienne pour cette raison.

Soyons francs : leur attitude repose sur un fondement de vérité et les critiques sonnent parfois juste. Il nous incombe donc, pour nous et pour la gloire de Christ, de le représenter, lui, sa cause, son message et sa puissance, en toutes circonstances de sorte à ne pas repousser mais à attirer notre entourage par notre exemple ; à les inciter à s'exclamer : «Si seulement je pouvais

être et vivre comme cette personne-là en venant à Dieu !»
L'abattement empêchera toujours ce résultat.

Une vue d'ensemble

Pour commencer, abordons le sujet de façon globale en examinant les causes de cet état et la manière d'y faire face si nous en souffrons. Nous le traiterons ensuite plus en détail. Je désire souligner l'importance de cette méthode car ce procédé ne recueille guère de suffrages aujourd'hui. Nous sommes tous pressés. Nous voulons tout obtenir instantanément. Nous en venons à prétendre que toute vérité peut s'énoncer en trois mots. Rien n'est plus inexact, et nombre de croyants vivent une vie chrétienne superficielle à l'heure actuelle car ils ne prennent pas le temps de réfléchir.

Prenons une illustration. Le patient déplore très souvent ne pas pouvoir suivre le traitement prescrit par le docteur. En effet, rentré chez lui et certain de connaître la marche à suivre, il découvre au moment de commencer que le docteur n'a indiqué que des indications générales sur l'ordonnance. L'homme ne se rappelle donc plus comment appliquer le traitement.

De même, un bon enseignant exposera d'abord les principes généraux sans jamais négliger de les appliquer ensuite en détail. Le principe général ne suffit pas en lui-même mais il nécessite le passage au particulier. Cela dit, commençons en examinant l'aspect général du sujet.

Les symptômes

Le Psaume 42 offre la meilleure description de la dépression spirituelle. Il permet presque de voir l'expression de découragement et de tristesse sur le visage du psalmiste. À ce sujet, observons la

différence entre ses propos aux versets 6 et 12 (la version Darby fait bien ressortir cela). Au verset 6 (5 chez Darby), il déclare que voir Dieu l'aide toujours. En revanche, au verset 12 (11) il dit : «Il est le salut de ma face et mon Dieu.»

L'homme déprimé, inquiet et malheureux le montre sur sa figure. Il a l'air affligé, sur le qui-vive. Un seul regard suffit pour comprendre son état. Quand je porte les regards sur Dieu, dit-il à la fin du Psaume, je me sens mieux et mon visage en témoigne. J'abandonne cette expression hagarde, contrariée, affligée, perplexe et introspective. Je commence à paraître calme, équilibré et serein.

Il ne s'agit nullement d'un masque mais c'est une réalité inévitable. Que nous soyons déprimés, malheureux ou en communion avec Dieu et en bonne condition spirituelle, notre visage le reflétera. Je ne préconise pas ici d'adopter un sourire béat perpétuel, essentiel selon certains à la véritable joie chrétienne. Nul besoin de jouer la comédie, notre visage exprime la réalité de notre condition. «Il est le salut de ma face.»

Revenons à ce pauvre homme. Abattu, triste, affligé, perplexe, il semble porter l'univers entier sur ses épaules. Ses circonstances et les attaques portées contre lui et son Dieu l'inquiètent. Tout semble s'abattre sur lui et il ne peut plus contrôler ses sentiments. Son état de perplexité et de crainte l'afflige et affecte même son appétit. «Mes larmes sont ma nourriture jour et nuit», affirme-t-il.

Nous connaissons tous ce phénomène. Dans l'inquiétude et l'anxiété, l'appétit disparaît, la nourriture peut même nous devenir répulsive. Ce symptôme revêt un intérêt sur le plan médical mais soulignons surtout l'impression qu'il produit sur autrui. Quand nous cédon à la dépression spirituelle, malheureusement, nous ne nous en rendons pas du tout compte. Il importerait de se voir de façon objective, par les yeux des autres.

La victoire serait alors en grande partie gagnée. Essayons de visualiser cette image de la personne déprimée, éplorée, qui refuse de manger ou de voir quiconque, préoccupée uniquement par ses malheurs.

Les causes

Le tempérament

Examinons maintenant les causes ou les origines principales de cet état. Je mentionnerai en tout premier lieu le rôle joué par le tempérament. Il existe en effet des tempéraments tout à fait différents, dont certains sont plus vulnérables. Cela surprend peut-être de commencer par là en parlant de la dépression de croyants. La conversion ne nous débarrasse-t-elle pas de tout cela ? Cette objection importante mérite une réponse.

Le tempérament, il est vrai, ne fait pas la moindre différence dans le domaine du salut. Grâce à Dieu, nous sommes tous sauvés de la même manière : par l'œuvre de son Fils, Jésus-Christ. L'arrière-plan ou le tempérament ne changent rien à notre salut ; le « complexe religieux » cher à certains adeptes de la psychologie ne correspond à aucune réalité. En effet, au cours de l'Histoire comme à l'heure actuelle, tous les types de tempéraments ont été représentés dans l'Église, et nous nous glorifions de ce fait.

Si le tempérament n'influe nullement sur le salut, il établit en revanche une différence substantielle dans l'expérience chrétienne. Face à un cas de dépression spirituelle, il convient donc de commencer par tenir compte du tempérament.

En d'autres termes, si nous comprenons l'enseignement de la Bible à ce sujet, une bonne connaissance de soi est urgente et indispensable aussi. Nous soutenons le même combat,

partageons le même salut et connaissons les mêmes besoins fondamentaux. Pourtant, les manifestations de cet état varient d'une personne à l'autre. Les chrétiens restent différents. Les difficultés et les épreuves rencontrées au fil du temps dépendent largement du tempérament. Aussi, traiter ce problème sur la base de l'uniformité de tous les chrétiens trahit un manque flagrant de discernement.

J'illustrerai mon propos par un exemple pris dans un autre domaine. Nous possédons tous la même constitution physique fondamentale. Pourtant, pas deux d'entre nous ne présentent les mêmes caractéristiques. Or, certains prônent des modes de vie ou des traitements totalement étrangers à cette réalité et, par suite, complètement erronés. Ils voudraient prescrire le même régime à tout le monde alors qu'en vérité, il faut adapter celui-ci à la constitution différente de chacun.

Prenons encore la tendance qui consiste à imposer à tous les enfants une éducation physique poussée. Nous voyons ici à nouveau la même erreur. Nos corps présentent tous des caractéristiques différentes. Il est insensé d'établir des règles rigides applicables à tous. Certains ont des dispositions dans ce domaine, d'autres pas. Contraindre tout enfant à pratiquer la même activité physique se révèle aussi monstrueux qu'imposer un régime unique à tout le monde. Nous avons certes tous besoin d'exercice mais pas toujours de la même manière ni avec la même intensité.

Ces exemples illustrent la tendance à régimenter l'homme comme une machine. Il s'agit d'une attitude totalement fautive sur le plan physique et bien davantage encore dans le domaine spirituel.

Sur le plan psychologique, les êtres humains se divisent de façon très claire en deux catégories : intro et extravertis. L'un regarde généralement au-dedans de lui-même, l'autre en

revanche porte toujours ses regards vers l'extérieur. Il importe de savoir à quelle catégorie nous appartenons et plus encore de comprendre que la dépression affecte davantage l'un que l'autre. Nous devons commencer par nous connaître nous-mêmes.

Certains croyants semblent particulièrement vulnérables à la dépression spirituelle sans être pour cela moins «spirituels». Ils ont très souvent joué un rôle exceptionnel au cours de l'histoire de l'Église. Certains, parmi les chrétiens les plus notoires, appartiennent en effet à la catégorie des introvertis. En général, les extravertis témoignent de plus de superficialité. Les introvertis ont sans cesse tendance à s'analyser, à tout disséquer, à retourner en arrière et à entretenir de vains regrets. Incapables de modifier le passé, ils passent leur temps à se juger et à s'adresser des reproches.

Ces caractéristiques se retrouvent dans leur vie spirituelle et leur principal danger consiste à céder à la morbidité. Je pourrais citer le nom de chrétiens exemplaires. Le grand missionnaire Henry Martyn appartenait à cette catégorie et souffrait d'une tendance à la morbidité et à l'introspection. On ne peut pas lire la vie de cet homme de Dieu remarquable sans le classer aussitôt parmi les introvertis.

Le problème fondamental de ces personnes réside dans leur difficulté à distinguer entre un examen de conscience sain et une introspection morbide. Nous acceptons la valeur de l'un et le danger de l'autre, mais où se situe la différence ? Je suggère de fixer la limite dès l'instant où l'examen de conscience devient l'activité et le but principal de la vie. L'Écriture appelle le chrétien à s'examiner périodiquement mais, si l'homme dissèque son âme de façon constante, il cède alors à l'introspection. Si, l'air renfrogné, il n'arrête pas d'évoquer ses «graves problèmes», il se centre à coup sûr sur lui-même et cette introspection le conduira à la morbidité.

Le point de départ indispensable consiste à posséder une bonne connaissance de soi. Je veux savoir en quoi consiste ma faiblesse principale et ma vulnérabilité particulière.

La Bible comporte un grand nombre d'enseignements à cet égard. Elle exhorte à la prudence concernant nos points forts et nos faiblesses. Prenons le cas de Moïse qui possédait une douceur légendaire. Sa plus grave faute se manifesta précisément dans ce domaine. Il affirma sa propre volonté et se mit en colère.

Il nous faut être vigilants sur nos points forts comme sur nos points faibles. L'essence de la sagesse réside dans la compréhension de ce principe fondamental.

Si j'appartiens par tempérament à la catégorie des extravertis, je dois apprendre à me connaître et à me tenir sur mes gardes contre la superficialité. Si, au contraire, j'appartiens aux introvertis, je dois veiller à ne pas céder à la morbidité. Les introvertis ont des prédécesseurs célèbres : Jérémie, Jean-Baptiste, Paul, Luther et bien d'autres. Malheureusement, comme eux, ils restent spécialement exposés à cette tentation et plus ouverts à cette maladie appelée la dépression spirituelle.

La santé physique

Cette deuxième cause de dépression vous surprend-elle ? La santé physique importe-t-elle peu pour un chrétien, ne le touche-t-elle pas ? Alors vous serez vite désabusé ! La condition physique joue un très grand rôle dans la dépression spirituelle, comme dans la dépression tout court. Distinguer nettement entre cette cause et la précédente n'est pas facile car le tempérament dépend aussi en partie de la condition physique. En raison de leur constitution, certaines personnes sont donc prédisposées à la dépression spirituelle.

En outre, certaines maladies la favorisent aussi. Charles Spurgeon, célèbre prédicateur du dix-neuvième siècle et l'un des plus éminents de tous les temps, en offre une illustration frappante. Dans son cas, un rhumatisme goutteux, hérité de ses ancêtres, provoquait son état fréquent de dépression profonde et finit par causer sa mort.

J'ai rencontré un grand nombre de chrétiens souffrant de dépression spirituelle dont la cause m'apparaissait pourtant être très clairement d'ordre physique. Nous pouvons inscrire dans cette rubrique la fatigue, le surmenage et la maladie sous toutes ses formes. Le domaine spirituel ne peut nullement se dissocier du côté physique car nous sommes corps, âme et esprit. Même le croyant le plus exemplaire reste davantage exposé à une attaque de dépression spirituelle dans un moment de faiblesse physique qu'en temps normal. La Bible en fournit maintes illustrations.

Veillons à ne jamais oublier non plus l'existence de Satan. Ne lui permettons pas d'appeler spirituel ce qui relève avant tout du domaine physique. Le maintien de cette distinction, il est vrai, doit s'accompagner d'une grande vigilance : si nous donnons libre cours à notre condition physique, nous devenons coupables sur le plan spirituel. Néanmoins, en reconnaissant l'influence réelle de la condition physique sur l'état spirituel, nous pourrons mieux traiter ce dernier.

La réaction «post-bénédiction»

Une cause fréquente de dépression spirituelle réside en une réaction caractéristique qui survient après une bénédiction spirituelle exceptionnelle. Par exemple, Élie subit une réaction profonde suite à son triomphe sur le mont Carmel (*1 Rois 19*). Abraham connut la même expérience (*Genèse 15*). Quand un paroissien me raconte une expérience remarquable, je me réjouis avec

lui et je remercie Dieu, mais je le surveille avec attention car je crains toujours une réaction. Cette situation n'est nullement inévitable mais elle se produit plus facilement si on ne prend pas conscience du danger. Un homme averti en vaut deux.

Satan

Venons-en maintenant à la seule et unique cause, en un sens, de dépression spirituelle : Satan, l'adversaire de notre âme. Il peut se servir à la fois du tempérament et de la condition physique. Par son habileté, il nous pousse à les laisser nous contrôler et nous gouverner au lieu de les maîtriser. Satan possède de nombreuses ruses destinées à produire la dépression spirituelle. Il vise à déprimer le peuple de Dieu afin de pouvoir aller vers l'incroyant et lui dire : «Tiens, voilà un chrétien ! Et tu voudrais lui ressembler ?»

De toute évidence, sa stratégie par excellence consiste à nous déprimer et à nous faire ressembler à l'homme du Psaume 42 en période d'épreuve.

Le manque de foi

La cause ultime enfin de toute dépression spirituelle se trouve dans le manque de foi. Sans cela, Satan lui-même ne pourrait rien faire. Au lieu d'écouter Dieu, nous écoutons le diable et cédon ainsi à ses attaques. C'est pourquoi le psalmiste ne cesse de répéter : «Espère en Dieu, car je le louerai encore... » Il se pousse à se souvenir de Dieu. Pourquoi ? Parce que, déprimé, il l'avait oublié. Sa foi en Dieu, en sa puissance et en la relation qui les unit, avait alors faibli. Nous pouvons donc conclure à juste titre que l'incrédulité demeure la cause ultime de dépression spirituelle.

Le remède

En quoi consiste le traitement essentiel ? Comme le psalmiste, nous devons avant tout apprendre à nous prendre en main. Cet homme ne se contente pas de se vautrer et de se lamenter sur son sort. Il réagit et se prend en main. Mieux encore, il s'adresse à lui-même : «Pourquoi t'abats-tu, mon âme, et gémis-tu au-dedans de moi ?»

On peut objecter que ce conseil contredit nos propos précédents. Vous nous avez mis en garde contre la morbidité et l'introspection. Maintenant, vous nous exhortez à nous adresser à nous-mêmes !

Voici la réponse : Nous devons parler à notre âme, au lieu de la laisser s'adresser à nous ! Saisissons-nous la distinction ? Dans la dépression spirituelle, nous laissons notre «moi» s'exprimer au lieu de lui parler. Là réside le problème essentiel. Je ne cherche nullement le paradoxe. Ce point constitue l'essence même de la sagesse dans ce domaine.

Réfléchissons aux pensées qui nous assaillent le matin au réveil. Nous n'avons rien fait pour les susciter mais elles commencent à s'adresser à nous, à rappeler les problèmes de la veille, etc. Quelqu'un nous parle : c'est notre «moi». Très souvent, la tristesse nous envahit pour une raison essentielle : nous nous écoutons au lieu de nous parler.

Revenons au remède du psalmiste. Il s'interpelle au lieu de s'écouter. «Pourquoi t'abats-tu, mon âme ?», demande-t-il. Son âme l'avait déprimé, dominé. C'est pourquoi il lui parle : «Mon âme, écoute un instant, je veux te parler.»

Le secret de la vie spirituelle consiste à savoir se prendre en main : comment se parler, s'exhorter et s'interroger. Il nous faut dire à notre âme : «Pourquoi es-tu abattue ? D'où viennent tous ces gémissements ?» Au lieu de nous morfondre dans la

dépression, nous devons affronter ce «moi», le réprimander, le condamner et l'exhorter : «Espère en Dieu !» Souvenons-nous alors de Dieu, de son caractère, de ses promesses, de ses œuvres présentes et passées. Puis, concluons sur cet élan puissant : relevons le défi - devant nous-même, devant Satan et devant le monde entier. Comme le psalmiste, déclarons : «Je le louerai encore ; il est mon salut et mon Dieu !»

Nous approfondirons cela par la suite mais voici l'essence même du traitement en quelques mots : notre «moi», cet être présent en nous, doit être maîtrisé. Ne l'écoutons pas passivement, lui permettant de nous déprimer. Au contraire, faisons-lui face, parlons-lui, réprimandons-le, exhortons-le, encourageons-le. Si nous le laissons dominer, il réussit toujours à nous décourager. Satan s'en empare et l'utilise pour nous démoraliser. Levons-nous et affirmons avec le psalmiste : «Pourquoi t'abats-tu, mon âme, et gémis-tu au-dedans de moi ? Sors de cet état ! Espère en Dieu, car je le louerai encore ; il est mon salut et mon Dieu !»

Table des matières

1. Généralités	5
L'enseignement d'abord, puis les exemples	7
L'importance du problème	7
Une vue d'ensemble	9
Les symptômes	9
Les causes	11
<i>Le tempérament</i>	11
<i>La santé physique</i>	14
<i>La réaction «post-bénédiction»</i>	15
<i>Satan</i>	16
<i>Le manque de foi</i>	16
Le remède	17
2. Le fondement authentique	19
Un flou sur le fondement	21
Une déficience courante	22
La conviction de péché	24
Péché ou péchés ?	25
Le cœur de la loi de Dieu	26
Le salut en Christ	29
3. Comme des arbres qui marchent	33
Une guérison différente	34
Sa signification	34
Il voit...	36
... Sans voir tout à fait	38
Les causes	39
Le remède	41

4.	Intelligence, sentiments et volonté	45
	Tout le conseil de Dieu	48
	Tout l'être humain	50
	<i>L'intelligence seule ne suffit pas</i>	50
	<i>Les sentiments seuls ne suffisent pas</i>	51
	<i>La volonté seule ne suffit pas</i>	52
	<i>Même deux éléments ne suffisent pas</i>	53
	L'ordre dans l'expérience chrétienne	54
	L'ordre dans l'évangélisation	55
5.	Ce péché-là !	57
	La preuve par l'épreuve	58
	Un péché particulier	59
	Une illustration typique	59
	Deux causes principales	61
	Le remède	61
	<i>Réfléchir à la doctrine biblique</i>	61
	<i>Refuser toute hiérarchie dans le mal</i>	62
	<i>Croire aux promesses de la Parole de Dieu</i>	65
	<i>Comprendre la signification de la croix</i>	65
	<i>Comprendre la justification</i>	66
	<i>Comprendre l'union avec Christ</i>	67
6.	Les regrets vains	69
	Les ruses du diable	70
	Le regret du temps perdu	71
	<i>Oui au regret ; non à la dépression</i>	71
	L'exercice du bon sens	71
	<i>Ne pas perdre de temps</i>	72
	<i>Ne pas laisser le passé hypothéquer le présent</i>	72
	<i>Rattraper le temps perdu</i>	73
	Les remèdes bibliques	73
	<i>L'apôtre Paul</i>	73
	<i>La parabole des ouvriers</i>	75
	La grâce de Dieu	77
7.	La crainte de l'avenir	79
	L'œuvre destructrice de Satan	79
	La crainte de l'avenir	80
	Les causes	81
	<i>Un tempérament craintif</i>	81
	<i>Une optique idéaliste</i>	82
	<i>Une imagination puissante</i>	83
	<i>Oui à la réflexion ; non à l'inquiétude</i>	84

Le don du Saint-Esprit	84
<i>Un esprit de force</i>	86
<i>Un esprit d'amour</i>	87
<i>Un esprit de sagesse</i>	88
8. Les sentiments	91
Les sentiments sont essentiels	94
Les sentiments sont spontanés	94
Les sentiments sont changeants	95
Les sentiments conduisent - danger !	95
Nous n'avons pas tous les mêmes sentiments	96
La peur des sentiments	96
Rechercher la cause de la tristesse	97
Remettre les sentiments à leur place	98
Non à l'introspection morbide	99
Distinguer entre se réjouir et se sentir heureux	99
Ranimer la flamme de la foi	100
La croissance dans la grâce	101
Le Seigneur lui-même	101
9. Les ouvriers dans la vigne	103
La parabole des ouvriers	105
Les causes	107
<i>Un esprit intéressé</i>	107
<i>Un esprit mercantile</i>	108
<i>Le mécontentement</i>	108
<i>La jalousie</i>	109
<i>Des reproches</i>	109
Les remèdes	110
<i>Ne pas revendiquer ses droits</i>	110
<i>Ne pas comptabiliser son travail</i>	112
<i>Se réjouir de la grâce</i>	113
10. Où est votre foi ?	115
Le Fils de Dieu	116
La panique	117
L'épreuve de la foi	118
La foi n'est pas un sentiment spontané	121
L'exercice de la foi	121
Le rappel de ce qu'on croit	122
L'application des promesses à la situation	123
La foi même la plus petite	124
11. À la vue des vagues	127
Un tempérament impulsif	129

L'origine des doutes	131
Les doutes n'excluent pas la foi	132
La force des doutes reflète la faiblesse de la foi	132
Le remède d'une grande foi	133
<i>Une bonne connaissance du Seigneur</i>	133
<i>Refuser toute réflexion après coup</i>	135
<i>Regarder au Seigneur</i>	136
Le Seigneur peut nous préserver de toute chute	137
12. L'esprit de servitude	139
Le problème du péché	140
Une nouvelle loi	141
Un esprit de crainte	143
La présence du Saint-Esprit en nous	145
Le témoignage du Saint-Esprit	147
Cohéritiers de Christ	148
La certitude de notre destinée	149
13. La fausse doctrine	151
La cause de leur état	152
Par quelle autorité ?	156
Des vérités bibliques retranchées	157
Des enseignements non-bibliques ajoutés	158
14. Las de faire le bien	163
Entre deux âges	164
Des remèdes négatifs	165
Établir le diagnostic	167
Des remèdes positifs	169
<i>Prévoir des changements avec l'âge</i>	169
<i>Se rappeler la merveille de la vie chrétienne</i>	170
<i>Se souvenir de la moisson éternelle</i>	171
<i>Garder les regards fixés sur Jésus</i>	172
15. Une discipline de vie	175
Pourquoi cette stérilité ?	177
<i>Une conception irréaliste de la foi</i>	177
<i>La paresse</i>	178
<i>Le désordre et la bousculade</i>	178
La nécessité de la discipline	180
«Garnir» la foi	181
Des encouragements	183
16. Les épreuves	187
La réalité de la tristesse	188

L'origine de la tristesse	189
Comprendre la nécessité des épreuves	191
La purification de notre foi	193
La réalité de notre foi	195
Les encouragements à persévérer dans l'épreuve	196
17. Le châtiment du Seigneur	199
Un moyen de sanctification	200
Le sens du châtiment	201
Des illustrations bibliques	202
Comment Dieu châtie	203
Pourquoi le châtiment ?	205
<i>Dieu châtie par amour</i>	205
<i>Dieu châtie pour corriger nos défauts</i>	206
<i>Dieu châtie pour développer des qualités en nous</i>	208
18. Dans le gymnase du Seigneur	211
Trois mauvaises réactions	212
<i>Le mépris</i>	212
<i>Le découragement</i>	213
<i>L'amertume</i>	213
Les bonnes réactions	214
L'exercice du châtiment	216
Un fruit paisible de justice	218
19. La paix de Dieu	221
La tyrannie des circonstances	222
Le refus de l'inquiétude	223
Les recettes de la psychologie	224
Prières, supplications et actions de grâces	226
Dieu promet sa paix	227
Un remède universel	229
20. Le contentement	231
La reconnaissance de Paul	231
Le contentement	233
Le contentement s'apprend	236
Tirer des déductions de notre foi	237
Connaître Christ	238
Porter les regards sur l'exemple de Christ	239
21. Le grand remède	241
Une puissance de vie en moi	242
Comment expérimenter cette puissance ?	245