Libéré de la dépression

"Jette ton pain à la surface des eaux, et avec le temps, tu le retrouveras." Ecclésiaste 11 verset 1 Je m'appelle Alain. Je suis originaire d'Auxerre et j'habite actuellement à Mâcon. Je suis né dans une famille catholique non pratiquante dans laquelle la prière à Dieu était absente. Mon enfance se déroula normalement dans un foyer sans histoire. Puis vint la période de l'adolescence, avec les problèmes qui lui sont propres. Je jouissais du monde matériel sans me poser de questions sur l'existence de Dieu. La religion m'apparaissait comme une sorte d'institution bien austère avec des commandements humains difficiles et rébarbatifs.

Vers l'âge de 15 ans, étudiant au collège, j'eus des problèmes de dépression. Je n'avais pas de mauvaises fréquentations, ne touchait pas à la drogue, mais pour moi, la vie était dépourvue de sens. Mon problème numéro un était la solitude, celle de l'intérieur, avec en plus la peur de la mort. La mort justement m'apparaissait finalement comme une échappatoire, une sortie de secours face aux problèmes de l'existence. Là, je commençais à penser à l'existence de Dieu, mais pour l'accuser de tous les maux : pourquoi la guerre ? la pauvreté ? l'injustice ? la solitude ?... Mon état intérieur se dégradait de plus en plus. J'essayais de sauver les apparences devant ma famille, mes camarades de classe, mais en vain. Mes rapports avec mes proches en étaient affectés. J'étais à bout. La pensée du suicide s'intensifiait de jour en jour, impossible pour moi d'avoir un point de repère, quelque chose à quoi m'accrocher. Aucune espérance. "Il fait toute chose belle en son temps ; même, il a mis dans leur coeur la pensée de l'éternité." (Ecclésiaste 3.11).

Puis arriva un certain Dimanche de Mars 1983. Je me trouvais dans la chambre de mes parents. Je jetai un coup d'oeil dans la bibliothèque, mon regard s'arrêta sur un livre aux pages déjà jaunies par le temps, à la présentation sobre. Je le pris... "Paix et Sûreté", un livre écrit par J. H. Alexander de l'Institut Biblique de Genève. Ma mère avait obtenu ce livre d'un colporteur biblique, avec une Bible, mais sans les avoir lus. J'ouvris ce livre.

" Tiens, il est question de la Bible que l'on présente succinctement, avec des témoignages. Sûrement écrit par des religieux, quel intérêt pour moi, pensais-je ". Puis mon regard s'arrêta net sur une page : " Avant de commettre l'irréparable... ne le faites pas ! ". C'était un texte qui parlait du suicide ! Avec des versets bibliques qui, d'un seul coup, prenaient pour moi un sens précis, touchant le fond de mon être.

" Car la Parole de Dieu est vivante efficace, plus acérée qu'aucune épée à double tranchant ; elle pénètre jusqu'à la division de l'âme et de l'esprit, des jointure et des moelles ; elle est juge des sentiments et des pensées du coeur." (Hébreux 4.12). L'idée du suicide était présentée comme une mauvaise inspiration provenant directement du Diable, qui ne désire qu'une chose terrible : notre perte pour que nous passions la vie présente et l'Eternité loin de la présence et de l'amour de Dieu ! Ce texte m'invitait à me confier en Dieu par Jésus-Christ présenté non pas comme l'instigateur d'une nouvelle religion mais comme un Sauveur personnel. A la fin de cette lecture, je fus envahi par divers sentiments : " Est-ce vrai qu'il existe un Dieu juste et bon qui nous aime, qui pardonne nos péchés par Jésus-Christ si nous le lui demandons, pour nous donner une espérance vivante dans la paix, le repos du coeur ? "

Je refermai le livre... Les jours continuaient de passer. Mais bizarrement et heureusement pour moi, l'idée du suicide s'amenuisait, puis, de nouveau, je tombai "par hasard" sur un autre livre : "Jésus et les jeunes" écrit par Billy Graham, un évangéliste américain mondialement connu. Ma soeur non

chrétienne avait reçu ce livre d'une camarade de classe. Ce livre aborde bien des problèmes que rencontrent les jeunes (solitude, drogue, rébellion face à la société, etc..) sous un éclairage biblique. Ce ne fut pas du tout ennuyeux à lire, avec des portions de l'Evangile (qui signifie "Bonne nouvelle") relatant la vie et les enseignements du Christ sur la terre. Ce livre parlait aussi des événements à venir par rapport au retour du Christ, et montrait, par des témoignages vécus, comment la vie trouve son sens dans la connaissance de Jésus-Christ. Ce Jésus-Christ m'était présenté comme un Sauveur personnel qui attendait, par un acte de foi et de repentance, que je lui ouvre la porte de mon coeur, selon ce qui est écrit en Apocalypse 3.20 : "Voici, je me tiens à la porte et je frappe. Si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui, je souperai avec lui, et lui avec moi. "

Quelle différence avec ce que le monde propose ! Je lus et relus ce livre d'évangélisation cinq fois, ce qui prouve bien que mon coeur recherchait quelque chose que je n'avais toujours pas trouvé dans le monde " Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés, et je vous donnerai du repos " (Matthieu 11.28).

Puis, vint l'année de mes 18 ans. De nouveau en proie à un terrible vide intérieur, je me remis à chercher un sens à ma vie. A ce sentiment de vie gâchée vint s'ajouter ce que la Bible appelle "la conviction de péché" (voir Jean 16 8). Je me voyais sous un autre angle : j'accusais la société et Dieu de tous mes problèmes. Je compris en fait qu'ils étaient pour une large mesure en moi, ou, plus exactement, que le péché m'habitait : mes pensées mauvaises, mon égoïsme, mon ingratitude... ainsi que mon incrédulité vis-à-vis de la Parole de Dieu. Jusqu'à présent, j'avais vécu sans accepter la grâce de Dieu manifestée en Jésus-Christ. " J'ai tout ou presque tout essayé, pensai-je, sauf ceci : accepter enfin Jésus-Christ comme mon Sauveur et Seigneur personnel ". Et c'est ce que je fis. Je m'agenouillai dans ma chambre, ce Dimanche de Mai 85, et je fis cette prière toute simple, mais venant du fond de mon coeur : "Seigneur Jésus, je te demande pardon pour tous mes péchés. Viens dans mon coeur et sauve-moi".

"Quand un malheureux crie, l'Eternel entend, et il le délivre de toutes ses détresses " (Psaume 34 v7).

Et là, le miracle de la nouvelle naissance (c'est-à-dire de la naissance spirituelle par une relation, une communion entre Dieu et l'individu, selon l'Evangile de Jean chapitre 3) se produisit. Je me relevai, c'était comme si tout un poids de honte, de culpabilité s'en allait : une paix profonde vint dans mon coeur. Je compris vraiment que Dieu m'acceptait comme son enfant. Ma vie prenait enfin un sens, j'expérimentais les Paroles de Jésus, dans Jean 14:7 : "Je vous laisse la paix, je vous donne ma paix. Je ne vous donne pas comme le monde donne. Que votre coeur ne se trouble point et ne s'alarme point ".

Je commençai à lire la Bible et à prier le Seigneur chaque jour. Ma connaissance de Dieu par Jésus-Christ augmentait. Je remarquai qu'il était également à mes côtés dans mes études de lycéen. Puis, j'appris par une annonce l'existence d'une église évangélique à Auxerre. Je la fréquentai et m'aperçus que l'enseignement prodigué était conforme à la Bible, la Parole de Dieu. Ce n'était pas une secte, la liberté de chacun était respectée. Je pris, quelques mois après, la décision de me faire baptiser par immersion, selon l'enseignement de l'Evangile, en Septembre 1985, et m'engageais à avoir un bonne conscience envers Dieu (1 Pierre 3.21) et à participer d'une façon active à la vie de l'église.

Lecteur, si tu n'appartiens pas encore à Dieu, sache donc que ce qu'Il a fait pour moi, Il veut aussi le faire pour toi : te pardonner tous tes péchés, donner un sens à ta vie en étant tous les jours avec toi, et t'accueillir ensuite auprès de Lui dans l'éternité. "Aujourd'hui, si vous écoutez sa voix, n'endurcissez pas votre coeur." (Psaume 95 7.)

Témoignage d'Alain

ALLER PLUS LOIN AVEC DIEU SUR CONNAITREDIEU.COM