26/07/2025

Envie de Tout Lâcher ?

Auteur
PHILIPPE DE TOULON

Table des matières

Envie de Tout Lâcher ? 0

Exemples de découragement dans l'Ancien Testament. 3

Le découragement : une arme redoutable de l'adversaire 3

Le découragement : peut atteindre n'importe qui. 6

Les Différentes Causes du Découragement 13

Le découragement face à différents facteurs 13

Les moyens face au découragement 17

La Parole de Dieu : Une lumière dans les ténèbres 17

La prière : Un cri vers le ciel 17

La communion fraternelle : Le soutien des autres dans la tempête 18

La louange : L'arme paradoxale contre l'abattement 19

Le plus bel exemple face au découragement : Jésus 21

La prière du Fils obéissant 21

La coupe de la colère 21

La soumission parfaite 21

L'exemple par excellence pour le chrétien aujourd'hui ! 22

Prions : 23

Le **découragement** est un état d'esprit qui traduit l'incapacité à réussir quelque chose. Ce constat m'enlève mon courage. Je juge que l'effort est trop exigeant pour le résultat escompté ou j'estime que le but est impossible à atteindre. Selon le cas, le découragement peut être accompagné de diverses expériences émotives : **tristesse**, **déception**, **lassitude**, **amertume**, etc...

Dans la même lignée que le découragement, on retrouve le **désespoir,** mais celui-ci est différent sur plusieurs aspects. D'abord, le découragement concerne notre **capacité de réussir quelque chose** alors que le **désespoir s'applique à l'extérieur**. Ainsi, on désespère d'une **situation**, de ce que la vie peut nous **apporter**, etc. alors qu'on est découragé du résultat obtenu, du peu de succès dans nos efforts, etc...

Ensuite, **le désespoir** est par définition empreint d'intensité alors qu'on peut **vivre divers degrés de découragement**. Enfin, dans le désespoir, l'affliction apparaît comme étant sans remède alors que la personne découragée reste au moins un peu disponible à une solution. Pour beaucoup d'entre nous, **les jours actuels sont très difficiles**, à bien des égards. Même pour ceux dont la vie paraît exempte de préoccupations ! Que de **luttes intérieures** parfois, que **d'épreuves morales** ignorées de notre entourage... Aussi, nous sommes souvent lassés et nous sentons le **découragement** nous envahir.

Nous faisons parfois face à des situations tellement **inextricables**, tellement compliquées que la difficulté qu'elles représentent pour nous tend à nous faire **perdre le goût de la vie !** Cette situation où nous nous sentons acculés est tellement décourageante que nous **abandonnons tout esprit d'initiative et d'entreprise** même pour accomplir les choses les plus simples de la vie de tous les jours. Les croyants dans une telle situation, où le découragement devient **dominant**, seraient même prêts à renoncer au combat nécessaire pour accomplir l'œuvre que nous a confiée notre Dieu.

Exemples de découragement dans l'Ancien Testament.

Le découragement : une arme redoutable de l'adversaire

Le **découragement** est l'une des armes les plus perfides que l'adversaire emploie pour **paralyser** l'enfant de Dieu. Invisible, mais profondément destructeur, il ne vise pas tant le corps que **l'âme**, en s'attaquant à la **foi vivante** qui s'appuie sur les promesses de Dieu. Qui, parmi les serviteurs fidèles, n'a jamais connu l'ombre du découragement ? Ce poison silencieux atteint **ceux qui cherchent la gloire de Dieu**, ceux qui œuvrent **sans relâche pour le Royaume**, souvent dans l'ombre, souvent sans reconnaissance humaine.

L'exemple des espions en Canaan : deux regards, deux réalités

Lorsque Moïse, selon l'ordre de l'Éternel, envoya **douze espions** pour explorer le pays de la promesse, tous virent **les mêmes réalités** : les vallées fertiles, les vignes abondantes, mais aussi les villes fortifiées et les géants. Pourtant, le rapport qu'ils en firent au peuple différa profondément, révélant non pas une divergence de perception, mais **un état de cœur**.

« C'est un pays qui dévore ses habitants… Nous y avons vu les géants… et nous étions à nos yeux et aux leurs comme des sauterelles. » **(Nombres 13 :32-33)**

Dix d'entre eux parlèrent avec **peur** et **désespoir**. Ils **proclamèrent la supériorité** de l'adversaire, **exagérèrent les obstacles**, et laissèrent l'Éternel **hors de leurs discours**. Le pays n'était plus celui que Dieu avait promis, mais une terre de **perdition**. Ils n'ont vu que les **géants**, oubliant **le lait et le miel**. Leur vision était humaine, charnelle, et empreinte de **méfiance spirituelle**.

Ils ont :

- **Amplifié la difficulté**, en disant : « un pays qui dévore ses habitants ».
- **Minimisé la promesse**, en passant sous silence la beauté du pays.
- **Perverti la vérité**, en présentant une version désespérée de la réalité.
- **Écarté Dieu**, l'Auteur même de la mission.

À l'opposé, **Josué et Caleb** ont vu **le même pays**, mais avec des **yeux de foi**. Leur cœur était **rempli de l'assurance** que Dieu donnerait ce qu'Il avait promis. Ils dirent avec conviction :

« Le pays que nous avons parcouru pour l'explorer est un très bon pays. Si l'Éternel nous est favorable, il nous mènera dans ce pays et nous le donnera. » **(Nombres 14 :7-8)**

Là où les autres voyaient des géants, **eux voyaient Dieu**. Là où les autres voyaient la mort, **eux voyaient l'héritage promis**.

La reconstruction du Temple : l'œuvre de Dieu face à l'intimidation

Le découragement n'est pas une simple faiblesse humaine, c'est **une stratégie délibérée de l'adversaire**, un instrument d'opposition contre les projets divins. Lorsque le peuple revenu de l'exil entreprit de rebâtir la maison de l'Éternel à Jérusalem, l'ennemi n'est pas resté inactif. Il se servit des habitants du pays, qui agirent avec subtilité et hostilité pour semer **la peur, le trouble et le doute**.

« Alors les gens du pays découragèrent le peuple de Juda ; ils l'intimidèrent pour l'empêcher de bâtir. » **(Esdras 4 :4)**

Le but était clair : **empêcher l'adoration**, freiner l'avancement du Royaume, interrompre l'œuvre de Dieu. Ce temple, qui devait être le lieu où la gloire de l'Éternel habiterait, était devenu l'objet d'un combat spirituel. Car **l'adoration véritable dérange les ténèbres**, et celui qui adore en esprit et en vérité représente une menace pour le royaume du Malin.

L'ennemi cherche toujours à faire taire les voix qui louent Dieu, à bloquer les mains qui bâtissent pour sa gloire, à éteindre la foi qui persévère. Il veut intimider pour paralyser, décourager pour faire abandonner.

Mais au temps fixé par Dieu, **l'Esprit du Seigneur a soufflé de nouveau**.

« Le prophète Aggée, et le prophète Zacharie, fils d'Iddo, prophétisèrent au nom du Dieu d'Israël [...] Alors Zorobabel, fils de Schalthiel, et Josué, fils de Jotsadak, se levèrent et commencèrent à bâtir la maison de Dieu à Jérusalem. Et avec eux étaient les prophètes de Dieu, qui les assistaient. » **(Esdras 5 :1-2)**

La reprise de l'œuvre ne fut pas déclenchée par la force humaine, mais par la **Parole prophétique**, **portée par l'Esprit de Dieu**. Ces hommes, **remplis de l'onction divine**, furent des catalyseurs de foi et de courage. Le Saint-Esprit, **l'Esprit de résurrection**, est aussi **l'Esprit de force et de victoire**. Il relève, ranime, rallume le zèle et soutient les cœurs abattus.

C'est **sa présence en nous** qui devient notre **source de courage**. Ce n'est pas en regardant à l'opposition que l'on tient ferme, mais en regardant à **Celui qui siège sur le trône** et qui dit encore :

« Ce n'est ni par la puissance ni par la force, mais c'est par mon esprit, dit l'Éternel des armées. » **(Zacharie 4 :6).**

Le Prophète Elie : Le cœur d'un homme brisé

C'est une chose frappante, presque déconcertante : à peine la victoire éclatante au mont Carmel terminée, voilà qu'Élie, **ce prophète intrépide**, s'effondre dans le **découragement**. Ce contraste entre **le feu du ciel** et **l'angoisse intérieure** est relaté dans **1 Rois 19**, et il parle avec puissance à notre propre marche spirituelle.

- **Le triomphe... suivi du trouble**

Élie avait vu **le feu de Dieu tomber**, il avait vu le peuple se prosterner, les prophètes de Baal être jugés, et la pluie enfin revenir après trois ans de sécheresse. Tout semblait annoncer un réveil, une restauration nationale. Et pourtant... rien ne change dans le cœur du pouvoir. **Jézabel** menace de mort le prophète, et **Élie prend peur**, fuit dans le désert

et dit : ***« C'en est trop ! Maintenant, Éternel, prends mon âme »*** **(1 Rois 19 :4).**

Élie est **épuisé**, **déçu**, **seul**. Il croyait que la victoire spirituelle allait tout changer, mais le peuple ne s'est pas vraiment repenti, et la méchanceté continue. Alors, **le découragement** s'installe : ***« Je ne suis pas meilleur que mes pères »***, dit-il, comme s'il avait échoué dans sa mission.

Pourtant Élie avait vu les interventions surnaturelles de Dieu de ses propres yeux. Il avait ramené un **enfant de la mort à la vie**. Plus tard, il se tiendra devant Achab, et par sa prière, **fermera les cieux**. Ce n'est pas tout, Élie va aller **plus vite** que le char d'Achab…et pourtant il avait alors quatre-vingts ans !

Le plus grand désir d'**Élie** était de voir un **réveil en Israël**. Il pensait voir sous ses yeux une **grande réforme** en Israël, mais Jézabel s'empressa d'intervenir et d'étouffer ce début de réveil en menaçant de **tuer Élie**. Ce pauvre prophète **accablé et abattu** va donc se mettre complétement à l'écart pendant quarante jours et quarante nuits. Pendant tout ce temps-là, Elie semble avoir entièrement oublié tous les miracles que Dieu avait faits pour lui. Un étrange **état d'âme** s'était emparé de **lui**, un abattement et un découragement qui **envahissaient son âme.**

Mais Dieu ne le réprimande pas. Il le nourrit, le laisse dormir, lui donne de la force, puis le conduit à l'Horeb, le lieu même où Moïse avait rencontré Dieu. Là, dans **une grotte**, Élie va rencontrer **la voix douce et subtile** de l'Éternel, non dans le vent violent, ni dans le tremblement de terre, ni dans le feu, mais dans **un murmure léger :** ***« Et après le tremblement de terre, un feu: l'Éternel n'était pas dans le feu. Et après le feu, un murmure doux et léger. »*** **(1 Rois 19 :12).**

Ce passage nous enseigne que :

- **Même les plus fidèles peuvent être abattus** : l'homme de foi n'est pas invulnérable.
- **Le découragement peut venir après une grande victoire** : souvent, le combat spirituel est plus intérieur qu'extérieur.
- **Dieu prend soin de ses serviteurs** : Il ne reproche pas à Élie son épuisement. Il le restaure avec **patience, nourriture, repos et parole**.
- **Le service de Dieu ne dépend pas d'un homme seul** : Dieu rappelle à Élie qu'il y a **encore 7 000 genoux** qui ne se sont pas fléchis devant Baal **(1 Rois 19 :18)**.

Le mont Carmel nous montre le feu de Dieu, mais le désert nous révèle son cœur compatissant. Dieu ne cherche pas seulement des prophètes vaillants, mais aussi des cœurs humains, vrais, dépendants de Lui. Élie ressortira réconforter, réorienté, et prêt à transmettre le flambeau à Élisée.

Ce récit est pour tous ceux qui, après avoir combattu pour Dieu, **s'essoufflent**, **se sentent seuls**, ou perdent de vue les fruits immédiats. Le Seigneur leur dit comme à Élie : ***« Lève-toi et mange, car le chemin est trop long pour toi »*** **(1 Rois 19 :7)**.

Exemples de découragement dans le Nouveau Testament.

Le découragement : peut atteindre n'importe qui.

Le **découragement** est une réalité spirituelle que l'on retrouve **même dans le Nouveau Testament**, **chez des hommes et femmes remplis de foi**, mais confrontés à l'adversité, à l'incompréhension, ou à la solitude. Voici quelques **exemples marquants** :

Jean-Baptiste en prison : le doute dans l'attente

(Matthieu 11 :2-3) : ***« Jean, ayant entendu parler dans sa prison des œuvres du Christ, lui fit dire par ses disciples : Es-tu celui qui doit venir, ou devons-nous en attendre un autre ? »*** Jean n'est pas un homme ordinaire. Jésus dira de lui : ***« Parmi ceux qui sont nés de femmes, il n'en a point paru de plus grand que Jean-Baptiste »*** **(Matthieu 11 :11)**.

Cet homme **a entendu Dieu** dans le désert, a baptisé **Jésus**, a vu **l'Esprit descendre comme une colombe**, et a désigné **Jésus** comme **l'Agneau de Dieu (Jean 1 :29)**. Mais maintenant, il est **enchaîné**, jeté dans **l'obscurité** d'une prison, **isolé**, et en attente d'un jugement injuste.

Dans cette solitude, **le doute s'insinue** comme une brume dans l'âme. Il envoie deux disciples à Jésus avec une question déchirante : ***« Es-tu celui qui doit venir, ou devons-nous en attendre un autre ? »*** **(Matthieu 11 :3)**.

Le découragement né d'attentes non exaucées

Jean n'a pas perdu la foi en Dieu. Mais il est **troublé**. Il avait annoncé un Messie qui **tiendrait la pelle à la main**, qui **jugerait**, qui **nettoierait l'aire** (Matthieu 3:12). Il attendait **le Royaume** dans sa justice éclatante. Or que voit-il ?

- Jésus **guérit**, **console**, **enseigne**, mais ne renverse pas Hérode.
- Le **Royaume semble invisible**, le mal triomphe encore.
- Et lui, **le précurseur**, est laissé dans l'oubli et le silence.

Le doute n'est pas ici une négation de Dieu, mais un cri de désillusion : **« Seigneur, pourquoi suis-je encore dans l'obscurité, alors que Tu es la lumière ? »**

- **La réponse de Jésus : ni reproche, ni colère**

Jésus **ne réprimande pas** Jean. Il aurait pu dire **: « Tu as douté de moi ! »**. Mais non. Il répond **avec miséricorde** :

« Allez rapporter à Jean ce que vous entendez et voyez : les aveugles voient, les boiteux marchent, les lépreux sont purifiés, les sourds entendent, les morts ressuscitent, et la bonne nouvelle est annoncée aux pauvres » **(Matthieu 11 :4-5).**

Il cite **Ésaïe 35 et 61**, les prophéties messianiques. Mais il **omet volontairement la mention du jugement** : ***« Le jour de la vengeance de notre Dieu »*** **(Ésaïe 61 :2)** est laissé de côté.

Pourquoi ? Parce que **Jésus** réoriente doucement Jean, pour lui faire comprendre que le Messie est venu d'abord **pour sauver**, pour **guérir**, pour **annoncer**, non pour **juger** immédiatement. Il lui dit, en substance : **« Ne sois pas déstabilisé parce que le plan de Dieu ne suit pas ton calendrier. »**

Puis il ajoute cette parole profonde et tendre : ***« Heureux celui pour qui je ne serai pas une occasion de chute »*** **(Matthieu 11 :6).**

C'est comme si Jésus disait :

« Jean, même si tu ne comprends pas tout, même si tu es dans l'ombre, ne trébuche pas sur moi. Continue de me faire confiance. »

Ce récit est puissant pour nous aujourd'hui, car il parle de la foi éprouvée :

- On peut être rempli de l'Esprit, appelé par Dieu, et traverser une nuit obscure.
- Le silence de Dieu n'est pas absence de Dieu.
- Le plan divin dépasse nos attentes humaines.
- Dieu n'abandonne pas ceux qui doutent dans la souffrance.

Jean est **un modèle de fidélité**, **pas de perfection**. Son cri est celui d'un **cœur vrai** qui, dans l'obscurité, cherche à s'accrocher encore à la lumière.

Les disciples sur le chemin d'Emmaüs : la désillusion

« Et ils s'arrêtèrent, le visage sombre. » **(Luc 24 :17), l**e texte grec utilise l'expression : ***σκυθρωποί (skuthrōpoi)***, forme plurielle de ***σκυθρωπός***, qui signifie : **triste, abattu, morose, sombre d'aspect**. C'est un mot employé pour décrire un visage fermé par la peine ou la honte, comme dans **(Matthieu 6 :16)**, où Jésus dit : ***« Ne prenez pas un air sombre*** **(skuthrōpoi)** ***comme les hypocrites… »***

Ici, **les disciples** ont le visage fermé, marqué par la douleur intérieure, la désillusion, l'incompréhension spirituelle. Leurs cœurs sont troublés, leurs espérances brisées, et leurs pensées obscurcies.

« Nous espérions… » **: le cri d'un espoir éteint**

« Nous espérions que ce serait lui qui délivrerait Israël… » **(Luc 24 :21)**

Ce verset résume leur état d'âme. Leur foi n'est pas morte, mais **elle est blessée**. Ils avaient cru en Jésus comme **le Rédempteur**, mais **la croix a été pour eux un scandale**, un événement incompréhensible.

Ils parlent au passé : **« Nous espérions… »**, comme s'ils disaient : *notre foi était vivante, mais elle est morte à Golgotha*. Ils ne voient pas encore que **le Messie devait souffrir avant d'entrer dans sa gloire (Luc 24 :26).**

Le découragement né d'une lecture partielle du plan de Dieu

Leur tristesse vient d'un malentendu théologique. Ils attendaient un Messie **politique et triomphant**, libérateur d'Israël. Or, Jésus est venu d'abord comme **Agneau**, souffrant

pour les péchés, non comme roi guerrier. Leur regard est **terrestre**, immédiat, mais le plan de Dieu est **céleste**, **progressif**, **rédempteur**.

C'est dans ce contexte que **Jésus** ressuscité les rejoint, marche avec eux, les écoute, puis ouvre les Écritures.

La pédagogie du Ressuscité : Parole, cœur, lumière

Jésus commence par les reprendre doucement :

« Ô hommes sans intelligence, et lents de cœur à croire tout ce qu'ont dit les prophètes ! » **(Luc 24 :25)**

Puis il interprète pour eux, en partant de Moïse et des Prophètes, tout ce qui le concerne. La résurrection ne se prouve pas ici par des apparitions soudaines, mais par l'enseignement biblique, la révélation progressive du dessein de Dieu.

Et soudain, **quelque chose s'allume en eux** :

« Notre cœur ne brûlait-il pas en nous, lorsqu'il nous parlait en chemin, et nous expliquait les Écritures ? » **(Luc 24 :32)**

Ce **feu intérieur** vient du contact vivant avec **la Parole**, **par le Christ lui-même**. Le découragement commence à fondre. Le visage sombre ***(skuthrōpos)*** cède la place à **un cœur ardent**.

La reconnaissance dans la fraction du pain

Arrivés au village, ils le pressent de rester : ***« Reste avec nous, car le soir approche »*** **(Luc 24 :29)**

C'est dans un geste simple, **la fraction du pain**, que leurs yeux s'ouvrent. Ce geste rappelle **le dernier repas**, mais aussi l'intimité de la communion, la présence réelle du Ressuscité.

Et aussitôt, **Jésus disparaît**. Il n'a plus besoin d'être vu, car il est désormais cru. Leur foi est passée de la tristesse à la reconnaissance, de la fuite à la mission.

Le retournement : du désert au témoignage

Ces deux disciples, qui fuyaient Jérusalem, **reviennent en courant** dans la nuit pour témoigner.

« Le Seigneur est réellement ressuscité ! » **(Luc 24 :34)**

Leur **découragement** n'a pas été condamné, mais guéri. Leur théologie a été corrigée, leur foi ravivée, leur mission retrouvée.

Ce récit nous enseigne que :

- **Le Christ ressuscité rejoint les cœurs tristes**, même s'ils ne le reconnaissent pas.
- Le découragement vient souvent **d'attentes mal placées** ou d'une **lecture incomplète de la Parole**.
- **Jésus redonne la foi par l'Écriture**, non par la vue immédiate.

- **Le cœur brûlant** précède souvent **les yeux ouverts**.
- Le découragement peut devenir **un chemin vers une foi plus profonde**, plus éclairée, plus solide.

L'apôtre Paul : pressé, accablé, désespéré

« Nous ne voulons pas, en effet, vous laisser ignorer, frères, au sujet de l'affliction qui nous est survenue en Asie, que nous avons été excessivement accablés au-delà de nos forces, au point que nous désespérions même de conserver la vie. » **(2 Corinthiens 1 :8)**

Paul emploie ici deux expressions puissantes en grec :

- ***καθ᾽ ὑπερβολὴν ἐβαρήθημεν (kath' huperbolēn ebarēthēmen)*** : littéralement *écrasés au-delà de toute mesure*.
- Le mot ***βαρέω (bareō)*** signifie *être accablé comme par un poids trop lourd*, et ***ὑπερβολή (huperbolē)*** donne l'idée d'un excès extrême, *au-delà de tout support humain*.
- ***ἐξαπορηθῆναι (exaporēthēnai)*** : c'est **le désespoir complet**, un terme rare qui exprime l'absence totale d'issue, l'égarement de l'âme, l'épuisement des ressources intérieures.

En d'autres mots, **Paul** a été au bord du gouffre, submergé, sans force, sans espoir humain.

- **Le feu intérieur de l'épreuve**

Ce témoignage renverse l'image que nous avons parfois des grands serviteurs de Dieu. Paul, cet homme au zèle inébranlable, au courage dans les persécutions, confesse ici une **profonde détresse intérieure**.

Il n'a pas honte de dire qu'il a désespéré, et ce n'était pas une défaillance morale, mais un combat spirituel réel. Il veut que les croyants sachent que même les plus forts passent par des vallées, afin que personne ne croie que la foi signifie l'invulnérabilité.

Mais Paul ajoute aussitôt :

« Tout cela est arrivé afin que nous mettions notre confiance, non en nous-mêmes, mais en Dieu qui ressuscite les morts » **(2 Corinthiens 1 :9)**.

L'épreuve l'a dépouillé de ses forces, pour qu'il soit recentré sur la puissance divine. Le découragement l'a conduit à une confiance plus pure, plus nue, plus profonde.

- **Un homme seul… mais assisté**

Paul évoque aussi un autre moment de grande solitude, dans sa dernière lettre :

« Dans ma première défense, personne ne m'a assisté, tous m'ont abandonné…C'est le Seigneur m'a assisté et m'a fortifié, afin que la prédication soit pleinement accomplie par moi… » **(2 Timothée 4 :16-17).**

Ce moment est celui de son procès à Rome. Tous l'ont laissé seul. **Aucun frère** ne s'est levé pour le défendre, aucun soutien humain, aucun appui visible. Et pourtant **le Christ ne l'a pas abandonné**.

Le mot grec ***παρέστη (parestē)*** utilisé pour **« *m'a assisté* »** signifie littéralement : **se tenir debout auprès de quelqu'un**. Le Seigneur s'est tenu près de Paul, comme un avocat fidèle, comme un ami présent dans l'ombre, comme un Roi silencieux mais souverain.

Et Paul ajoute :

« Il me délivrera de toute œuvre mauvaise, et il me sauvera pour me faire entrer dans son royaume céleste » **(2 Timothée 4 :18).**

Ces textes nous enseignent plusieurs vérités majeures :

- **Le découragement n'épargne pas les plus fidèles.**
- Il peut surgir **quand les forces humaines sont épuisées**, ou quand la solitude pèse.
- Dieu **n'abandonne jamais ses serviteurs**, même si les hommes les oublient.
- L'épreuve peut être **une école de confiance**, où Dieu nous apprend à nous reposer en Lui seul.
- Ce qui compte, ce n'est pas l'absence de faiblesse, mais la **présence de Dieu dans la faiblesse.**

Paul, accablé, seul, abandonné… n'a jamais été si **près du cœur de Dieu**. Car c'est **quand tout s'effondre autour de lui** qu'il fait cette confession magnifique :

« Le Seigneur m'a assisté et m'a fortifié. »

Et c'est là, dans la faiblesse, qu'il devient le témoin le plus fort. Non par ses propres ressources, mais **par la grâce de Christ**, par la présence invisible mais certaine du Ressuscité.

Pierre après son reniement : la honte et le regret

(Luc 22 :62) : ***« Et Pierre sortit, et pleura amèrement. ».*** Le terme grec utilisé pour « ***pleura amèrement*** » est : ***ἐκλαύσεν πικρῶς (eklausen pikrōs)***, où :

- ***ἐκλαύσεν*** est l'aoriste de ***κλαίω***, qui signifie *pleurer avec douleur, se lamenter* ;
- ***πικρῶς*** vient de ***πικρός***, qui signifie *amer, douloureux, pénétrant*, mais aussi *plein d'amertume morale*.

Ce n'est donc pas une simple tristesse : **c'est un sanglot profond,** un chagrin déchirant, mêlé d'une amertume spirituelle intense, celle d'un homme qui vient de trahir l'amour même.

Pierre, qui avait dit : ***« Seigneur, je suis prêt à aller avec toi en prison et à la mort »*** **(Luc 22 :33)**, se voit brisé, non pas tant par sa faiblesse, mais par **le regard de Jésus** : ***« Le Seigneur, s'étant retourné, regarda Pierre »*** **(Luc 22 :61).**

Ce **regard silencieux**, en grec ***ἐνέβλεψεν (eneblepsen)***, signifie **regarder droit dans les yeux**, avec une intensité qui transperce l'âme. Ce regard n'est pas un jugement, mais un appel douloureux et miséricordieux. Il renverse Pierre. Ce regard marque la première étape de sa restauration.

Mais ce n'est pas la fin. Le Ressuscité ne laisse pas Pierre dans sa honte. En **Jean 21**, sur les rives du lac, Jésus lui pose trois fois la question : **« M'aimes-tu ? ».** Chaque question efface un reniement. Ce triple appel à l'amour n'est pas une humiliation, mais **une réhabilitation**.

Jésus restaure Pierre **non par reproche, mais par appel à l'amour**. Il ne nie pas la chute, mais il la transforme en **mission** : ***« Pais mes brebis »* (Jean 21 :17).**

Le **découragement né de la faute personnelle**, même la plus grave, peut devenir un point de départ. En **Christ**, la chute n'est jamais le **dernier** mot. Le pardon ouvre une voie nouvelle, et Pierre, brisé et relevé, deviendra effectivement **le roc** (en grec ***πέτρος***, ***petros***), non par sa force, mais par **la grâce du Seigneur** qui restaure.

Timothée : la peur du ministère

***« Car ce n'est pas un esprit de timidité que Dieu nous a donné, mais un esprit de force, d'amour et de sagesse. »* (2 Timothée 1 :7)**

Le mot grec pour **timidité** ici est :

δειλίας (*deilías*) Issu du mot **δειλός** (*deilós*), qui signifie :

- Lâcheté morale,
- Peur paralysante,
- Manque de courage face au danger ou à l'opposition.

Ce mot n'est jamais employé positivement dans le Nouveau Testament. Il désigne une crainte qui entrave, qui étouffe l'appel, une sorte de repli de l'âme, souvent accompagné de honte ou de blocage spirituel.

Paul ne parle donc pas d'un simple trait de caractère, mais d'un état d'âme **découragé**, **écrasé** par les responsabilités du ministère, hésitant à avancer dans un contexte difficile (hostilité, souffrance, solitude).

Le remède que **Paul** propose est triple, et chaque mot est riche de sens grec :

Dunamis (δύναμις)* : *la force

Un **pouvoir spirituel** venant de Dieu, qui n'est pas humain. C'est la même puissance que celle de la résurrection (voir **Romains 1 :4)**. Dieu ne t'abandonne pas à toi-même, Il t'équipe.

***ἀγάπη (Agapè)* : *l'amour, u*n **amour divin**, centré sur le prochain et sur Dieu, qui chasse la peur **(1 Jean 4 :18)**. Ce n'est pas l'ego blessé qui pousse à servir, mais l'amour reçu et donné.

σωφρονισμός (Sophronismos)* : *la maîtrise de soi, la sagesse intérieure, ce terme rare signifie :

- Discernement équilibré,
- Contrôle intérieur face à la panique,
- Pensée saine et posée.

Une âme **stabilisée par la paix de Dieu**, et non ballotée par les circonstances.

Dans le contexte plus large, Paul invite Timothée à **ranimer le don de Dieu**, à ne pas rougir de l'Évangile, à **souffrir avec courage pour l'Évangile**, car Dieu lui a confié un dépôt précieux (v.14 : ***παραθήκη***, ***(parathèkè)*** = trésor confié à un gardien fidèle).

Timothée n'est pas condamné pour son trouble. Paul, tel un père spirituel, n'écrase pas, **il relève**, il **rappelle l'appel**, il **réveille le feu**, il **redonne la vision**.

Dans cette parole, tous les serviteurs éprouvés peuvent se reconnaître : Le ministère peut susciter la peur, le sentiment d'être inadéquat, l'impression de ne pas être à la hauteur. Mais Dieu ne nous laisse pas seuls avec notre faiblesse. Il nous donne un esprit nouveau, un esprit saint, capable de fortifier, aimer et discerner.

Le Nouveau Testament ne cache pas **la fragilité humaine des croyants**. Le découragement n'est pas un échec en soi ; il devient **un lieu de rencontre avec le Seigneur** :

- Pour **Jean-Baptiste**, une parole rassurante.
- Pour **les disciples d'Emmaüs**, une marche accompagnée.
- Pour **Paul**, un soutien surnaturel.
- Pour **Pierre**, un regard d'amour.
- Pour **Timothée**, une exhortation à ne pas abandonner.

Car le Seigneur sait **nous relever**, **nous visiter** dans notre faiblesse, et **transformer** nos moments les plus **sombres** en de **nouveaux commencements**.

Les Différentes Causes du Découragement

Le découragement face à différents facteurs

Il est des moments dans la vie où l'on se sent **seul**, **abandonné**, **démoralisé**, comme si tout concourait à nous faire **fléchir**. Cette réalité traverse les Écritures et touche même les plus **grands serviteurs de Dieu**. Le **découragement** ne fait pas acception de personne : qu'il s'agisse de l'homme juste, du roi vaillant ou du bâtisseur intrépide, il vient frapper aux portes du cœur.

L'incompréhension

Job, homme intègre et droit, qui craignait Dieu et se détournait du mal, est frappé dans sa chair, ses biens et sa famille. Mais son épreuve va bien au-delà des pertes visibles : il est profondément meurtri par **l'incompréhension de ses proches**.

Sa propre femme lui suggère de **maudire Dieu et de mourir (Job 2 :9)**, et ses amis – au lieu de consoler – l'accusent, l'interrogent, le soupçonnent. La blessure morale dépasse la souffrance physique : ***« Je suis abandonné de mes proches, je suis oublié de mes intimes »*** **(Job 19 :14)**.

Ce cri vient du fond d'une âme broyée par **la solitude et le rejet**, et qui aurait préféré **ne jamais naître (Job 3 :1)**. Le découragement surgit quand **l'injustice apparente** de nos souffrances n'est ni reconnue ni comprise, et que **ceux qui devraient nous soutenir nous jugent ou s'éloignent**.

L'échec

David, pourtant **oint** de Dieu, l'homme selon **Son cœur**, connaît lui aussi une épreuve dévastatrice. Dans **(1 Samuel 30)**, alors qu'il revient à Tsiklag, il découvre que tout a été brûlé, les femmes et les enfants enlevés. Ses hommes, **accablés par la douleur**, cherchent un **coupable**… et le désignent lui. Le texte dit : ***« David fut dans une grande angoisse, car le peuple parlait de le lapider, parce que tous avaient de l'amertume dans l'âme, chacun à cause de ses fils et de ses filles »*** **(1 Samuel 30 :6)**.

Il ne s'agit plus ici d'un **ennemi extérieur**, comme Goliath ou les Philistins, mais de ses propres compagnons d'armes, des hommes qu'il a guidés, protégés, formés. Dans ce moment extrême, où toute confiance humaine s'effondre, David fait ce choix décisif : ***« Mais David reprit courage en s'appuyant sur l'Éternel, son Dieu »*** **(1 Samuel 30 :6)**. Le **seul recours**, dans l'heure la plus noire, c'est **Dieu seul**.

L'opposition

Néhémie, lui, n'est ni roi ni prophète, mais il porte une vision sainte, celle de la reconstruction de Jérusalem. Touché par le malheur de ses frères, il quitte le confort de la cour de **Perse** pour rebâtir la muraille. Très vite, **l'opposition se lève** : moqueries, menaces, intimidation. ***« Lorsque Sanballat apprit que nous rebâtissions la muraille, il fut en colère et très irrité. Il se moqua des Juifs… »*** **(Néhémie 4 :1)**.

Les ennemis de Dieu ridiculisent l'œuvre, comme pour en nier l'importance et décourager les bâtisseurs. Tobija renchérit : ***« Si un renard s'élance, il renversera leur muraille de pierres ! » (Néhémie 4 :3)***. Pourtant, malgré ces attaques, Néhémie ne cède pas : **il prie, il organise, il encourage**, et il persévère. Car tout service authentique pour Dieu

rencontrera de la résistance, et c'est souvent là que **le découragement guette** : lorsque l'on agit avec droiture, mais que les fruits tardent à venir, et que l'hostilité augmente.

La fatigue physique ou morale

Enfin, **le découragement** peut aussi venir de la **fatigue physique ou morale**, quand l'âme est épuisée, sans force, sans énergie, sans feu. Même sans fautes visibles, le poids des responsabilités, le peu de reconnaissance, les tensions, les attentes déçues peuvent peser lourdement. À cela s'ajoute parfois une forme de lassitude existentielle, où l'on ne trouve plus de sens à ce que l'on fait.

Mais l'Écriture ne nous laisse pas sans espoir. Dans chaque exemple, une même lumière jaillit : celle de Dieu qui restaure, relève, ranime. Job est justifié par Dieu devant ses amis. David **reprend courage** et poursuit les ravisseurs. Néhémie **achève la muraille**. La victoire appartient à ceux qui persévèrent malgré le découragement, car leur force ne vient pas d'eux-mêmes, mais de l'Éternel des armées.

Dans les **temps apostoliques**, comme aujourd'hui, les croyants du Nouveau Testament n'étaient pas à l'abri du découragement, et cela pour des raisons profondément humaines, mais aussi spirituellement significatives. Le **Saint-Esprit** n'a pas tu les combats intérieurs, les épreuves extérieures ni les faiblesses de ceux qui ont marché avec **Christ**. Bien au contraire, l'Écriture met en lumière la fragilité du vase d'argile pour mieux révéler la puissance de Celui qui l'habite **(2 Corinthiens 4 :7).**

La peur du rejet, de l'opposition, ou de l'échec fut l'une des causes majeures du découragement dans l'Église naissante. Le jeune **Timothée (****que nous avons vu plus haut****)**, collaborateur fidèle de **Paul**, semble avoir été saisi par une forme de **crainte paralysante** face à l'ampleur de la tâche.

L'apôtre lui écrit : ***« Ce n'est pas un esprit de timidité δειλίας, (deilías) lâcheté, couardise) que Dieu nous a donné, mais un esprit de force, d'amour et de sagesse »*** **(2 Timothée 1 :7)**. Ce mot grec évoque non une prudence légitime, mais une peur négative, qui empêche d'agir, qui bloque l'élan spirituel. Paul voit bien que Timothée, face aux responsabilités, aux conflits doctrinaux, à l'opposition des anciens judaïsants, est menacé d'épuisement moral. Il l'encourage donc à ranimer le don de Dieu **(2 Timothée 1 :6)**, à **garder le bon dépôt** par **le Saint-Esprit (2 Timothée 1 :14)**, et à ne pas avoir honte du témoignage **(2 Timothée 1 :8)**.

D'autres croyants, comme les **Galates**, furent troublés par une autre source de découragement : **la confusion doctrinale**. Après avoir commencé par **l'Esprit**, ils tentaient de continuer par **la chair (Galates 3 :3)**, influencés par ceux qui voulaient les ramener sous le joug de la **Loi**. Paul s'écrie : ***« Vous couriez bien : qui vous a arrêtés pour vous empêcher d'obéir à la vérité ? »*** **(Galates 5 :7)**. Le manque de clarté sur la grâce, le retour vers une forme de légalisme, tout cela brise l'assurance du croyant et le fait **vaciller** dans sa marche.

Le poids des souffrances

A aussi été un facteur évident de découragement. **Paul** lui-même (**vu aussi plus haut**), pourtant apôtre des païens, missionnaire infatigable, confesse aux Corinthiens : ***« Nous avons été accablés, excessivement au-delà de nos forces, au point que nous désespérions même de conserver la vie »*** **(2 Corinthiens 1 :8)**. Il parle d'un désespoir qui

semble l'avoir envahi, et pourtant il reconnaît que cela l'a conduit à ne pas se confier en lui-même, mais en **Dieu**. Cette confession nous rappelle que même les plus grands serviteurs de Dieu peuvent faiblir et qu'ils trouvent leur secours non en eux-mêmes, mais dans la **fidélité de l'Éternel**.

L'attente prolongée du retour du Seigneur

A également provoqué un affaiblissement de la ferveur chez certains. Dans **l'Épître aux Hébreux**, les destinataires, épuisés par les persécutions et la lenteur apparente des promesses, étaient tentés de **retourner en arrière**. L'auteur les exhorte ainsi : ***« Rejetez donc toute lâcheté et relevez vos mains défaillantes, et vos genoux affaiblis »*** **(Hébreux 12 :12)**. Il les encourage à fixer les yeux sur Jésus, ***« le chef et le consommateur de la foi »*** **(Hébreux 12 :2)**, Lui qui a enduré la **croix** et **le mépris**.

Enfin, Paul parle avec une grande tendresse de ceux qui travaillent pour le Seigneur et qui peuvent, malgré leur fidélité, **se décourager faute de résultats visibles**. Il exhorte ainsi : ***« Ne nous lassons pas de faire le bien ; car nous moissonnerons au temps convenable, si nous ne nous relâchons pas »*** **(Galates 6 :9)**. L'apôtre rappelle que le travail dans le Royaume n'est pas vain, même s'il semble stérile pendant un temps. **Dieu** seul donne la **croissance (1 Corinthiens 3 :6)**.

Ainsi, le **Nouveau Testament** ne maquille pas la réalité : **le découragement est un ennemi réel**, mais il peut devenir un lieu de croissance si le croyant s'y appuie sur **Dieu**. À travers la peur, la douleur, la confusion, l'épuisement ou le silence de Dieu, les Écritures nous appellent à demeurer enracinés dans la foi, soutenus par l'espérance vivante et **le** secours du Saint-Esprit. Car si nous traversons des vallées, c'est souvent pour y apprendre à connaître Celui qui y marche avec nous.

Le découragement pour le croyant aujourd'hui ?

Le **découragement** s'installe souvent lorsqu'un croyant, dans le secret de son cœur, cherche l'approbation des hommes ou aspire à une reconnaissance immédiate. Il naît là où l'âme attend une récompense visible, un fruit tangible à son obéissance. Mais suivre **le Christ** ne signifie pas emprunter une voie **confortable** : Jésus lui-même avertit ceux qui veulent marcher à sa suite qu'ils doivent d'abord s'asseoir et évaluer le prix du renoncement **(Luc 14 :25-33).**

Quand nous acceptons, dès le départ, de **porter** la croix et de **marcher** sur un chemin parfois rude, notre **foi** s'enracine plus profondément et **r**ésiste mieux aux tempêtes.

Lorsque les choses ne se déroulent pas comme prévu, lorsque les épreuves contredisent nos attentes, il devient alors vital de se souvenir que la bataille appartient à l'Éternel **(1 Samuel 17 :47)**. Ce n'est pas à nous d'en porter le fardeau ultime, mais à lui qui gouverne toute chose avec sagesse.

Le découragement peut également **signaler** que notre regard s'est **détourné** de l'essentiel. Dans ces moments de trouble, il est salutaire de se retirer dans la présence de Dieu, de lui ouvrir notre cœur et de lui dire comme David : ***« Sonde-moi, ô Dieu, et connais mon cœur »*** **(Psaume 139 :23)**. Souvent, ce qui alimente notre affliction intérieure, ce ne sont pas seulement les circonstances extérieures, mais des racines plus profondes : **l'orgueil, la convoitise,** ou encore une frustration née d'un sentiment d'injustice, parce que nous estimions mériter davantage.

Or, si nous discernons ces pensées, si nous reconnaissons qu'elles sont des péchés déguisés en blessures, alors nous pouvons revenir dans **l'humilité**, nous repentir sincèrement et permettre au **Saint-Esprit** de réaligner notre cœur avec **la volonté** de Dieu.

Le découragement, dans ce sens, peut devenir un instrument de transformation. Il nous révèle que nos priorités ont glissé, mais aussi qu'il est temps de revenir au centre : **ressembler à Jésus**. Car c'est là notre destinée ultime, comme le dit l'Écriture : ***« être conformes à l'image de son Fils »*** **(Romains 8 :29).**

Les moyens face au découragement

Depuis les temps anciens, le peuple de **Dieu** n'a jamais été épargné par le découragement. Des prophètes accablés comme **Élie** sous le genêt du désert, jusqu'aux disciples bouleversés par la croix, le cœur humain chancelle lorsque l'épreuve dure, que les attentes s'effondrent ou que la solitude s'installe. Mais **le Seigneur n'a jamais laissé ses enfants sans ressources**. Dans Sa sagesse et Sa miséricorde, Il a pourvu des moyens puissants pour relever les âmes fatiguées et raffermir les cœurs abattus.

La Parole de Dieu : Une lumière dans les ténèbres

Quand l'âme est accablée, lorsque les vents du doute soufflent avec violence et que l'horizon semble englouti sous les nuées épaisses du désespoir, **la Parole de Dieu** se révèle être plus qu'un simple texte : elle est une source vivante, un flambeau allumé dans la nuit, un ancrage profond pour l'espérance. Le croyant y trouve non seulement un rappel de vérités anciennes, mais une voix actuelle, douce et puissante, qui le soutient quand tout chancelle.

Le psalmiste, dans une confession empreinte d'humilité et de foi, écrit : ***« Quand je dis : Mon pied chancelle ! Ta bonté, ô Éternel ! me sert d'appui. »*** **(Psaume 94 :18)**.

Ce cri du cœur montre que le découragement, loin d'être un péché honteux, est une expérience humaine que Dieu accueille avec compassion. Et c'est précisément la bonté de Dieu, révélée dans Sa Parole, qui devient **l'appui inébranlable** au moment de la chute.

La Parole n'est pas un simple souvenir du passé, elle est **vivante et agissante (Hébreux 4 :12)**. Elle **éclaire le sentier**, comme l'affirme encore le psalmiste : ***« Ta parole est une lampe à mes pieds, et une lumière sur mon sentier. »*** **(Psaume 119 :105)**.

Dans l'obscurité de la confusion ou de la douleur, elle trace le chemin, non en dévoilant toute la route, mais en illuminant chaque pas, un à la fois, pour celui qui choisit de marcher par la foi.

Elle rappelle les **promesses immuables de Dieu**, ses interventions passées, les victoires obtenues, non par la force de l'homme, mais par la fidélité du Très-Haut. Elle nous confronte aussi à notre tendance à oublier, à nous appuyer sur nous-mêmes, à laisser les circonstances définir notre paix. Mais la Parole, comme un miroir fidèle, réajuste notre regard et réveille l'espérance.

Ainsi, le croyant qui s'imprègne de l'Écriture n'échappe pas à l'épreuve, mais il y entre armé de la vérité. La Parole devient alors une épée contre le mensonge, un baume sur les plaies, une ancre dans la tempête. Elle parle à l'âme fatiguée, lui murmurant encore aujourd'hui : ***« Ne crains rien, car je suis avec toi… Je te fortifie, je viens à ton secours. »*** **(Ésaïe 41 :10)**.

La prière : Un cri vers le ciel

Quand les mots manquent, que le cœur est trop lourd pour s'exprimer, **la prière** devient un soupir sacré**, un cri muet vers Dieu**. Elle n'est pas d'abord une récitation formelle,

mais un élan du cœur blessé vers Celui qui voit dans le secret, qui entend les larmes autant que les paroles. **Le découragement,** loin de fermer la porte **à la prière,** en devient souvent le déclencheur le plus authentique.

Dans l'Écriture, les grandes figures de foi n'ont jamais été épargnées par l'épreuve, mais elles ont appris à **se tourner vers Dieu, non avec des discours élaborés, mais avec des cris de l'âme**. David gémit :

« Du fond de l'abîme je t'invoque, ô Éternel ! Seigneur, écoute ma voix ! » **(Psaume 130 :1-2).**

Ce cri n'est pas formulé depuis un lieu de force, mais depuis les profondeurs de la détresse, là où l'homme touche le fond, et découvre pourtant qu'il n'est pas abandonné, car Dieu entend de là aussi.

La prière est **la respiration de l'âme**, un souffle d'espérance même quand tout semble s'éteindre. Le prophète Jérémie, malgré la ruine de Jérusalem, affirme avec audace : ***« Voici ce que je veux repasser en mon cœur, ce qui me donnera de l'espérance : les bontés de l'Éternel ne sont pas épuisées, ses compassions ne sont pas à leur terme. »*** **(Lamentations 3 :21-22).**

C'est **dans la communion avec Dieu**, dans le face-à-face intime avec Celui qui connaît les recoins les plus sombres du cœur, que le croyant retrouve la paix.

Et même lorsque le croyant ne sait plus prier, **l'Esprit lui-même intervient**. L'apôtre Paul nous assure que : ***« L'Esprit… intercède lui-même par des soupirs inexprimables »*** **(Romains 8 :26).**

Ainsi, la prière n'est pas un effort solitaire, mais une œuvre trinitaire, où le Père écoute, le Fils intercède, et l'Esprit soutient.

Dans la prière, le découragement ne disparaît pas comme par magie, mais **il est placé devant Celui qui peut le porter**. Comme le Seigneur **Jésus** dans le jardin de Gethsémané, qui, accablé d'angoisse, s'écria :

« Mon âme est triste jusqu'à la mort… » **(Matthieu 26 :38)**,

le croyant apprend à déposer ses fardeaux entre les mains du Père, non pas pour fuir l'épreuve, mais pour y trouver une force venue d'en haut.

Ainsi, la prière devient un refuge. Non un lieu d'évasion, mais **un sanctuaire où Dieu rencontre l'homme**, le relève, le restaure, et l'équipe à nouveau pour marcher, même dans la vallée de l'ombre.

La communion fraternelle : Le soutien des autres dans la tempête

Lorsque l'épreuve pèse et que le découragement obscurcit l'horizon, **Dieu** ne nous appelle pas à marcher seuls. L'un des dons les plus précieux qu'Il a laissés à son Église est la communion fraternelle, cette solidarité spirituelle vivante, enracinée dans l'amour du Christ et animée par **l'unité de l'Esprit**. La solitude prolongée dans l'épreuve est souvent un terreau fertile pour le désespoir, mais la présence d'un frère, d'une sœur, d'un compagnon de foi peut raviver l'espérance éteinte.

Déjà, dans l'Ancienne Alliance, **Moïse**, accablé par la fatigue, n'est pas laissé seul : **Aaron et Hur soutiennent ses bras affaiblis** pendant le combat **(Exode 17 :12)**. C'est là une image prophétique de ce que représente la communion des saints : un soutien mutuel dans les luttes de la foi.

Dans le Nouveau Testament, l'**Église** est comparée à un corps où chaque membre est indispensable. L'apôtre Paul écrit :

« Si un membre souffre, tous les membres souffrent avec lui » **(1 Corinthiens 12 :26).**

Ce n'est pas seulement un principe éthique, mais une réalité spirituelle profonde : le **Christ** vit dans Son peuple, et par **Son Esprit**, Il agit à travers les membres pour fortifier, consoler, exhorter.

Le livre des Actes nous montre une Église primitive soudée dans la prière, la parole, la fraction du pain et la communion fraternelle **(Actes 2 :42)**. C'est dans cette atmosphère de **partage sincère**, d'**amour agissant**, que les cœurs blessés trouvaient du réconfort.

Quand Paul traverse la prison, l'exil, les accusations, il trouve souvent **consolation dans les frères** : Tite, Timothée, Onésiphore, et bien d'autres. Il dira avec reconnaissance : ***« Dieu, qui console ceux qui sont abattus, nous a consolés par l'arrivée de Tite »*** **(2 Corinthiens 7 :6).**

Ainsi, **la consolation divine** passe souvent par des instruments **humains**.

Le croyant n'est pas un îlot isolé, mais une pierre vivante dans un édifice spirituel **(1 Pierre 2 :5)**. Dans les heures sombres, le simple fait d'être écouté, compris, entouré, peut ranimer une foi vacillante. Une parole bienveillante, une prière à deux, une main posée sur l'épaule, portent plus que mille discours. La communion fraternelle devient alors une incarnation de la présence de **Christ**.

Et lorsque l'on est soi-même affermi, **on devient à son tour un canal de soutien** :

« Consolez-vous donc les uns les autres, et édifiez-vous les uns les autres » **(1 Thessaloniciens 5 :11).**

Ainsi, la chaîne de la foi se renforce, et l'amour de Dieu devient tangible au milieu de son peuple.

La louange : L'arme paradoxale contre l'abattement

Quand l'âme est courbée sous le poids de la tristesse, que l'avenir semble bouché et que les forces intérieures chancellent, **la louange** paraît être la réaction la plus étrangère, la plus décalée. Et pourtant, dans l'économie du Royaume de Dieu, **la louange** devient une arme **puissante,** un acte de foi renversant les ténèbres, un cri d'espérance qui traverse l'orage.

L'Écriture le révèle à maintes reprises : **ceux qui louent au cœur même de l'épreuve** entrent dans une dynamique spirituelle qui **défie les lois de la chair**. La louange n'est pas d'abord l'expression d'une joie ressentie, mais le fruit d'une confiance enracinée dans le caractère immuable de Dieu. Elle proclame que Dieu est digne, même quand tout vacille, que sa fidélité demeure, même quand nos repères s'effondrent.

Dans **Actes 16**, **Paul et Silas**, battus, enchaînés, enfermés dans la prison de Philippes, auraient eu toutes les raisons humaines de sombrer dans le découragement. Pourtant, à minuit, au cœur de l'obscurité, ils prient et chantent les louanges de Dieu. Ce n'est pas une démonstration extérieure, mais **un jaillissement intérieur, un sursaut de foi** qui proclame : **« Dieu est là, même ici, et Il est digne d'être glorifié. »**

Le résultat est saisissant : les chaînes tombent, les portes s'ouvrent, les cœurs s'éveillent. Ce n'est pas seulement une délivrance physique, mais une libération spirituelle, une victoire sur le découragement et la peur.

Le psalmiste, bien avant eux, avait discerné cette puissance : ***« 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)**

La louange devient alors **un acte prophétique**, une parole de vie qui anticipe la délivrance, qui proclame la victoire **avant qu'elle ne soit visible**.

Le prophète **Habakuk**, confronté à la désolation, fait une déclaration bouleversante : ***« Quand le figuier ne fleurira pas (…), quand il n'y aura pas de bétail dans les étables, je me réjouirai en l'Éternel, je tressaillirai d'allégresse dans le Dieu de mon salut. »*** **(Habakuk 3 :17-18)**

C'est là le langage d'une **foi mature**, d'une âme qui a appris que Dieu **ne change pas, même quand les circonstances changent**.

Dans le Nouveau Testament, la louange est également liée à **l'action de grâces**, non pas comme un simple devoir religieux, mais comme une respiration de l'âme régénérée, un témoignage vivant que Dieu est digne, quoi qu'il arrive.

Paul exhorte : ***« Rendez grâces en toutes choses, car c'est à votre égard la volonté de Dieu en Jésus-Christ. »*** **(1 Thessaloniciens 5 :18)**

C'est-à-dire : même dans les pertes, les luttes, les nuits de larmes, Dieu reste présent, fidèle, glorieux et la louange l'attire au cœur de notre détresse.

Ainsi, face au découragement, **la louange ne nie pas la douleur**, mais **elle proclame la grandeur de Dieu** au-dessus de la douleur**.** Elle est un bouclier invisible, un refuge pour l'âme blessée, une ascension vers les hauteurs célestes même quand le sol tremble.

Le plus bel exemple face au découragement : Jésus

Dans les heures sombres de Gethsémané, alors que l'ombre de la croix s'allongeait sur Lui, **Jésus** fut confronté à ce que nul homme n'avait jamais porté : **le poids des péchés du monde entier**. Il ne fut pas insensible. Il ne feignit pas d'être fort. Il tomba la face contre terre et pria ainsi : ***« Mon Père, s'il est possible, que cette coupe s'éloigne de moi ! Toutefois, non pas ce que je veux, mais ce que tu veux. »*** **(Matthieu 26 :39)**. C'est ici que se révèle **le plus bel exemple de courage face au découragement** : **l'obéissance**, même dans l'agonie.

Dans le silence redoutable du **jardin de Gethsémané**, alors que la nuit enveloppe les oliviers d'une paix trompeuse, le combat du salut atteint son paroxysme. **Jésus**, le Fils éternel de Dieu, n'est plus entouré des foules, ni acclamé par les disciples. Il est seul, **face au calice de la souffrance**, dans une détresse intérieure que les mots humains peinent à saisir. Et pourtant, dans cette scène unique, **se révèle la sainteté du Fils et la profondeur insondable de Son amour**.

La prière du Fils obéissant

Le texte dit : ***« Il se jeta la face contre terre »***. Ce geste, d'une humilité absolue, témoigne du poids écrasant qui pèse sur Lui. Ce n'est pas la peur des clous ni des moqueries qui L'écrase, mais la perspective de devenir péché pour nous **(2 Corinthiens 5 :21)**, **d'être séparé du Père** qu'Il aime depuis toute éternité. À ce moment, Il pressent dans son âme l'abîme de l'abandon, l'horreur du jugement divin.

Et pourtant, **Il prie**. Il se tourne vers Celui qu'Il appelle avec une tendresse filiale : « **Mon Père** ». Ce n'est pas une simple invocation. C'est **le cri du Fils aimant**, qui reste attaché au Père même dans la détresse extrême. Cette parole seule est une leçon pour nous : **le découragement, la souffrance, l'angoisse** ne doivent jamais rompre le lien avec **Dieu,** mais nous pousser à nous jeter dans **Ses bras.**

La coupe de la colère

« Que cette coupe s'éloigne de moi ! » Cette « coupe » est une **image biblique forte**. Dans l'Ancien Testament, elle symbolise souvent la colère de Dieu contre le péché **(Ésaïe 51 :17 ; Jérémie 25 :15)**. Jésus, parfaitement saint, répugne à être identifié au péché, à en porter la malédiction. C'est cette coupe là qu'Il redoute, et non la souffrance physique. En exprimant cette demande, **Jésus ne rejette pas la croix**, mais **Il** exprime dans une humanité vraie la tension entre **Son amour du Père** et l'horreur du péché qu'Il va porter**.**

Il n'y a pas ici de faiblesse morale, mais **l'expression authentique de Son humanité** : Il est **pleinement homme**, et Il souffre profondément à l'idée d'être séparé du Père. Ce cri est donc **le reflet d'une sainteté absolue**, d'une conscience spirituelle pure, qui mesure mieux que quiconque la gravité du péché et la sainteté de la justice divine.

La soumission parfaite

« Toutefois, non pas ce que je veux, mais ce que tu veux. » Voilà le sommet de l'obéissance. Ce n'est pas la volonté humaine du Fils qui prime, mais **celle du Père céleste**, parfaite et sage. Dans cette parole, **le salut de l'humanité est scellé**. Jésus ne renonce

pas à la croix ; Il l'embrasse **par obéissance et par amour**. Cette soumission n'est pas forcée, mais **volontaire**, profonde, et pleine de confiance.

Ici, la volonté humaine sanctifiée du **Christ** s'accorde avec la volonté divine : Il accepte de porter la coupe, non par résignation, mais **par fidélité**, pour accomplir jusqu'au bout **le dessein rédempteur de Dieu**. C'est l'inverse du premier Adam dans le jardin d'Éden, qui dit en substance : « **Non ce que tu veux, mais ce que je veux.** » Le second Adam, Jésus-Christ, vient réparer cette chute en disant : **« Que ta volonté soit faite. »**

(Matthieu 26 :39) est l'un des versets les plus saints de toute l'Écriture, car il révèle **l'âme de notre Sauveur** dans le moment le plus décisif de Son obéissance. En lui, nous voyons un modèle parfait de prière fervente, de soumission volontaire, et de confiance filiale, même dans l'angoisse la plus noire.

Pour nous, ce verset est une invitation à prier avec sincérité, à exprimer nos luttes réelles, mais aussi à **nous abandonner à la volonté de Dieu avec foi**. Car c'est dans cette soumission que réside la paix véritable, et c'est par cette obéissance que nous sommes aujourd'hui **réconciliés avec Dieu**.

L'exemple par excellence pour le chrétien aujourd'hui !

Jésus était profondément attristé, même jusqu'à la mort **(Matthieu 26 :38)**. Il connut la solitude, l'incompréhension de ses disciples, l'angoisse intense. Il aurait pu fuir, renoncer, se taire. Mais **Il persévéra**. Il pria **trois fois**, et dans cette prière, Il déposa **sa volonté** pour embrasser celle **du Père**. Il nous apprend que **la victoire** sur le découragement ne réside pas dans l'absence **de souffrance**, mais dans **la soumission** confiante à **Dieu**.

Sur **la croix**, quand tout semblait **perdu**, quand le ciel restait silencieux, Il cria : ***« Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? »*** **(Matthieu 27 :46)**. Ce cri n'est pas un reniement, mais un appel de foi au cœur même du silence, une citation du Psaume **22**, annonçant déjà la résurrection.

Ainsi, **Jésus** ne nous montre pas **un chemin sans larmes**, mais un chemin où les larmes deviennent prières, où la souffrance devient offrande, où le découragement devient confiance. En lui, nous avons un Souverain Sacrificateur compatissant **(Hébreux 4 :15)**, qui comprend nos luttes, et qui nous ouvre la voie de la fidélité jusqu'au bout.

Prions :

Seigneur, nous te bénissons pour ta Parole vivante, trésor inestimable et véritable richesse de l'âme. Elle éclaire notre marche dans ce monde, elle nous fortifie dans les épreuves et elle nous soutient sur notre chemin terrestre. Aide-nous à être de véritables disciples, à l'image de ton serviteur l'apôtre Paul, qui ne regardait plus à lui-même mais qui avait ses regards fixés sur toi, l'Auteur et le Consommateur de la foi.

Donne-nous, Seigneur, la grâce de persévérer dans l'obéissance et la soumission à ta volonté sainte. Délivre-nous des pièges de la tentation, garde nous purs dans la sanctification et fais de nous des témoins fidèles de ta sainteté. Que ton Esprit nous conduise chaque jour à marcher dans tes voies, afin que ton œuvre régénératrice s'accomplisse pleinement en chacun de nous, pour la gloire de ton Nom.

Amen.