

Table des matières

Remerciements.....	11
PREMIÈRE PARTIE : Tenter de comprendre ce qu'est la dépression	
1. Ce qui conduit à la tristesse	17
2. La dépression et les circonstances de nos vies.....	25
3. La mélancolie pathologique.....	33
4. La dépression spirituelle	43
DEUXIÈME PARTIE : Apprendre à aider ceux qui souffrent de dépression	
5. Poser un diagnostic ne guérit pas.....	61
6. Un langage pour exprimer notre peine.....	71
7. Ces aides qui nous font mal	81
8. Jésus et la dépression	91
TROISIÈME PARTIE : Savoir ce qui aide à gérer la dépression au quotidien	
9. Les promesses et les prières	103
10. Les aides naturelles	115
11. Choisir la vie ou le suicide.....	129
12. Les bénéfiques du chagrin.....	143
Bibliographie.....	155