

DEPARTAMENTO DE ESCUELA BIBLICA
Íglesia de Dios Pentecostal, M.I.
Columbia, Md

PLAN DE LA CLASE

Maestro: Celia I. Ocasio

Fecha: 11 feb 2001

Título de la clase: Como vencer el desaliento

Base Bíblica: 1 Reyes 19:1-10

Texto Aureo: “El ánimo del hombre soportará su enfermedad; mas ¿quién soportará el ánimo angustiado?”

Objetivos:

1. Conocer las causas del desaliento y saber como combatirlos.
2. Rechazar el desaliento para no ser víctimas de la depresión.

A- Exploración

- Definiciones de términos
Desaliento – reacción depresiva por el miedo o porque las cosas no salen como se espera. Decaimiento del ánimo, falta de vigor, falta de entusiasmo, sentirse con las alas caídas.
Depresión – enfermedad con síntomas específicos y de severidad y duración considerables. Esto puede afectar la capacidad de funcionar e incluso puede poner en peligro la vida.
- ¿Porque razón se desalienta los seres humanos?
 1. Fracaso
 2. El sentirse fuera de grupo
 3. Cualquier tipo de maltrato (físico y emocional)
 4. Enfermedades físicas
 5. Problemas en la familia
 6. El no sentirse amado
 7. Pena no superada (muerte de un ser querido, pérdida de una amistad o rompimiento de una relación amorosa)
 8. Drogas y alcohol
 9. Incomprensión
 10. Miedos
 11. Amenazas
 12. Envidias (hijo pródigo y su hermano mayor)

B- Conceptualización (Bosquejo de la Clase)

- Elías fue un poderoso profeta. Fue testigo de grandes milagros. En una ocasión Dios le dio la victoria en el Monte Carmelo donde 450 profetas de Baal fueron avergonzados. Pero a paso seguido después de esa gran victoria paso por un momento de desaliento bien grande.

1. Síntomas del desaliento en la vida de un cristiano

- Busca un cambio de inmediato. (Elías huyó a Oreb). Muchos piensan que cambiando de lugar cambiará su situación. Esto funciona a veces pero no siempre porque la persona lleva consigo sus problemas.
- Trata de esconderse, aislarse. Se vuelve antisocial y deja de participar con los demás.
- Es vulnerable al suicidio. “Basta ya oh Jehová quítame la vida”. Piensa que la muerte es la mejor alternativa. Si descubres a alguien encerrado en sí mismo no lo dejes solo.
- Duerme demasiado. “y echándose debajo del enebro se quedo dormido... y volvió a dormirse”. El desaliento no tiene entusiasmo para levantarse y disfrutar el día. O en otros casos pérdida de sueño.
- Descuida su alimentación. Si Dios no le envía comida Elías no hubiese comido. Muchas personas se van a los extremos en la alimentación o comen mucho o no comen nada.
- Llorar con mas frecuencia de lo usual
- Sentirse intranquilo, incapaz de enfocar o sentarse quieto

2. Pasos para vencer el desaliento

- Despertar. El desalentado es alguien que duerme el sueño de sus ideas y complejos. Tomar acción. Buscar ayuda. Buscar buenos amigos.
- Alimentarse física y espiritualmente. La amargura de animo no permite que la gente disfrute lo que Dios le ha provisto.
- Considerar a los demás. Mientras la persona se pase pensando en si misma no puede ver el bien en los demás
- Es necesario volverse. El retorno puede ser doloroso y humillante pero es la fórmula para salir adelante. Enfrentarnos a la realidad. Saber que otros han pasado por situaciones similares y han vencido. Reintegrarse a la vida diaria y normal.

C- Aplicación (Evaluación) –

Debemos ver esto desde el punto de vista de Pablo que decía que en nuestra debilidad se perfecciona el poder de Dios. Y que aún siendo debiles Dios nos usa para infundir las buenas nuevas y nos da poder para cumplir con la obra que nos ha encomendado.

Preguntas:

1. ¿Cuales pueden ser causas de desaliento?
2. ¿Hacia donde huyó Elías?
3. ¿Que debemos hacer si reconocemos que nos estamos desalentando o un amigo?
- 0.