

CÓMO VENCER LA DEPRESIÓN

(I Reyes 21:1-7)

INTRODUCCIÓN:

- A. Tenemos la palabra profética más segura... (2Pedro1:19)
- B. Hay quienes dudan de la palabra y viven vidas muy complicadas.
- C. Otros se hunden en la DEPRESIÓN
- D. TEMA: ¿Cómo Vencer La Depresión?
- E. Texto: (I Reyes 21:1-7)

I. LA DEPRESIÓN ES UN MAL QUE SUFREN MUCHAS PERSONAS.

- A. Muchos han dedicado sus vidas a buscar como vencer la depresión
- B. Usted también probablemente haya buscado como vencer la depresión
- C. La depresión bíblicamente presenta una sintomatología: (Vs.4,5)
 - 1. *“Y vino Acab a su casa triste y enojado,...*
 - 2. *“y se acostó en su cama, y volvió su rostro, y no comió. Vino a él su mujer Jezabel, y le dijo: ¿Por qué está tan decaído tu espíritu, y no comes?”*
 - a. Triste
 - b. Enojado
 - c. En cama
 - d. Volvió su rostro (rechazo)
 - e. Pierde el apetito
- D. La Depresión, es el decaimiento de espíritu (pérdida de ánimo)

II. LA DEPRESIÓN ES UN MAL QUE DEBE SER ATENDIDO CORRECTAMENTE.

- A. El hombre es un ser tripartito (I Tesalonicenses 5:23)
 - 1. El hombre está constituido de espíritu, alma y cuerpo
 - 2. En el alma, se encuentra el asiento de las emociones, la inteligencia, y la voluntad.
- B. Cuando Adán pecó, lo que murió de él fue su espíritu. Por causa del pecado, el espíritu de Adán murió (Romanos 5:12).
- C. Cuando nosotros nos hacemos Cristianos, el trato de Dios es con nuestro espíritu (Romanos 8:15,16).
- D. El problema de la depresión, es que el mundo vive buscando ayuda en estos dos niveles, en el cuerpo y en el alma.
 - 1. Nos recomiendan un médico, quien trata nuestro problema pero a nivel del cuerpo (recetándonos fuertes analgésicos), pero el problema sigue.
 - 2. Nos recomiendan un psicólogo, quien trata el asunto pero a nivel de nuestra alma (las emociones, inteligencia, voluntad). Pero el problema continúa.

E. (Levítico 26:34-38, 39-41) --Vamos a buscar la cura de nuestro problema--

III. LA DEPRESIÓN PUEDE DEBERSE A UN PECADO EN NUESTRAS VIDAS.

- A. Puede ser algo que no queremos confesar.
 - 1. Problemas personales
 - 2. Rencillas familiares
 - 3. Amarguras
- B. La Biblia dice que cuando entraran por causa de su iniquidad, se espantarían hasta por el sonido de una hoja.
- C. El problema de Acab era la codicia (triste, enojado, decaído).
- D. Jueces 5:7 “Las aldeas habían decaído” ¿Porqué causa? (4:1,3) por el pecado.
 - 1. Hay quienes tienen años y años y no confiesan su pecado
 - 2. El pecado hace que nosotros perdamos nuestro gozo
 - 3. El pecado hace que nosotros perdamos nuestra tranquilidad

CONCLUSIÓN: Para vencer la depresión:

- 1. USTED DEBE HACERSE CRISTIANO
 - a. Si usted no es Cristiano, usted solo podrá recibir tratamiento a nivel del cuerpo, o a nivel del alma, y la cosa es que usted debe asegurarse de que su espíritu ha sido vivificado (Efesios 2:1-5)
 - b. Asegúrese de que usted es Cristiano.
¿Si usted muriera hoy, está seguro de que irá al cielo?
 - c. (Salmo 127:1,2) “Si Jehová no edificare la casa, en vano trabajan los que la edifican, si Jehová no guardare la ciudad, en vano vela la guardia, por demás es que os levantéis de madrugada, y vayáis tarde a reposar, y que comáis pan de dolores; pues que a su amado dará Dios el sueño.”
- 2. USTED DEBE CONFESAR SU PECADO (Salmo 51:1-3)
 - a. (Proverbios 13:21) “El mal perseguirá a los pecadores, mas los justos serán premiados con el bien.”
- 3. LLENE SU MENTE Y CORAZÓN DE LA PALABRA DE DIOS
 - a. (Salmo 119:11) “En mi corazón he guardado tus dichos, para no pecar contra ti.”
 - b. (Salmo 19:7) “La ley de Jehová es perfecta que convierte el alma; El testimonio de Jehová es fiel, que hace sabio al sencillo.”