



# LA DEPRESIÓN

*Cómo salir del abismo de la desesperación*

1

## UN EJEMPLO BÍBLICO DE DEPRESIÓN

**ELÍAS CAE EN DEPRESIÓN**



**Pérdida**

**Una o varias de las necesidades básicas se ven amenazadas**

Amor

Significancia

Seguridad

**La seguridad de Elías se vio amenazada**

*“Viendo, pues, el peligro, se levantó y se fue para salvar su vida, y vino a Beerseba, que está en Judá, y dejó allí a su criado”. (1 Reyes 19:3)*



**Patrones negativos de pensamiento**

Auto-compasión

Auto-condena

Temor

Desesperanza

**Elías pensó para sus adentros: “Ya tuve bastante,  
Y después le pidió a Dios que le quitara la vida**

*“Y él se fue por el desierto un día de camino, y vino y se sentó debajo de un enebro; y deseando morirse, dijo: Basta ya, oh Jehová, quítame la vida, pues no soy yo mejor que mis padres”. (1 Reyes 19:4)*



**Ira reprimida**

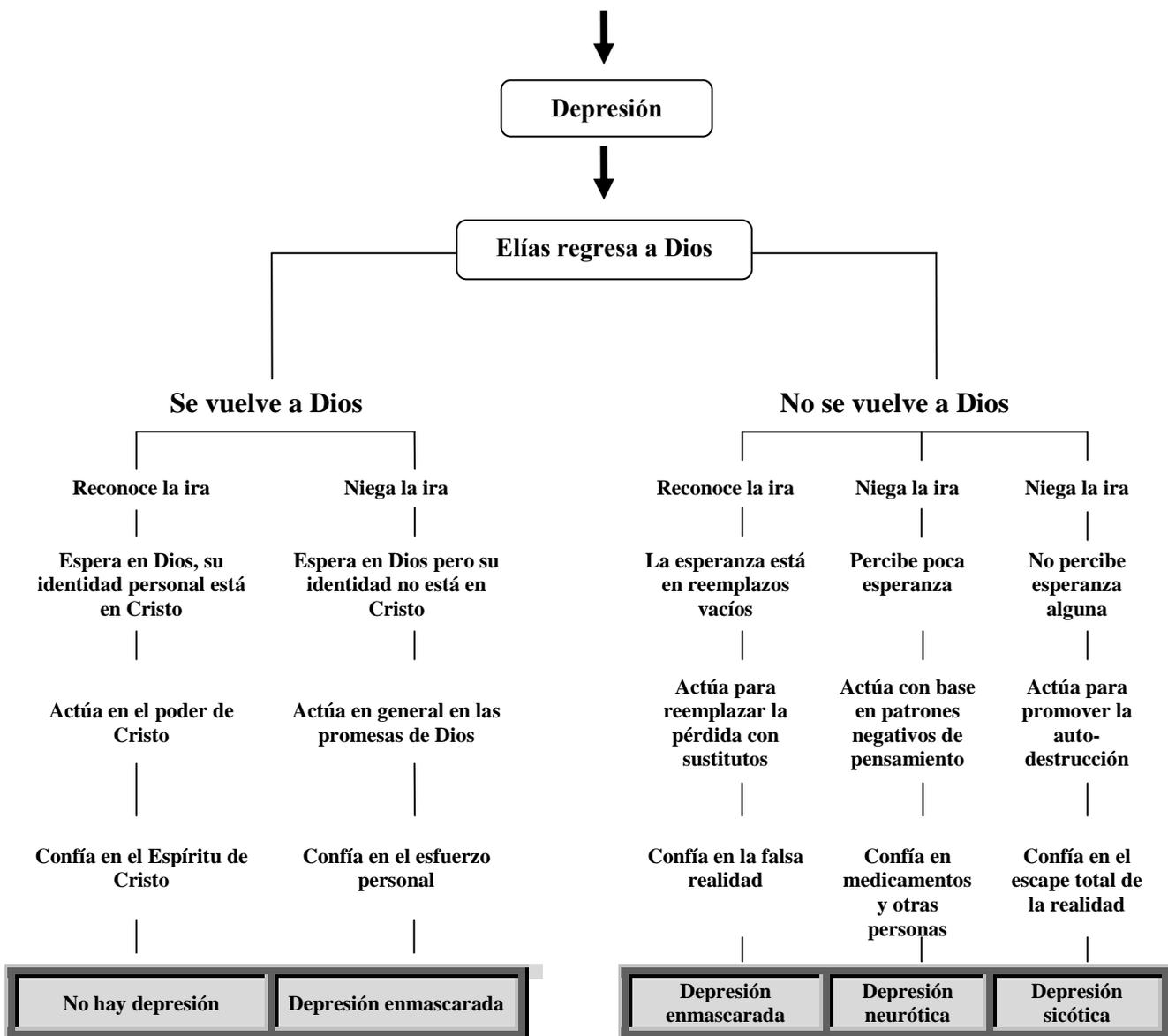
Resentimiento enterrado debido a las circunstancias

**Elías estaba frustrado porque sus esfuerzos parecían vanos**



# LA DEPRESIÓN

*Cómo salir del abismo de la desesperación*



La adaptación de parte de esta gráfica está usada con permiso de Larry Crabb