



## REACCIONES NO SALUDABLES

REPRESIÓN: Inconscientemente, tratar de bloquear pensamientos dolorosos  
SUPRESIÓN: Conscientemente tratar de bloquear pensamientos dolorosos

3. \_\_\_\_\_  
"El Señor está cerca de los que tienen quebrantado el corazón; él rescata a los de espíritu destrozado." Salmos 34:18 (NTV)
4. \_\_\_\_\_  
"\_\_\_\_\_, y así cumplirán la ley de Cristo." Gálatas 6:2 (NVI)
- "Si alguno está alegre, alégrense con él; si alguno está triste, \_\_\_\_\_." Romanos 12:15 (TLA)
5. \_\_\_\_\_  
"Hay un tiempo señalado para todo, y hay un tiempo para cada suceso[a] bajo el cielo... \_\_\_\_\_, y tiempo de reír; \_\_\_\_\_, y tiempo de bailar." Eclesiastés 3:1,4 (LBLA)

## PASOS PARA AVANZAR

1. \_\_\_\_\_  
Jesús dijo: "Dichosos los que lloran, porque serán consolados." Mateo 5:4 (NVI)
- ¿Por qué no nos permitimos lamentarnos? \_\_\_\_\_

"Aunque \_\_\_\_\_ el valle de \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, porque Tú estás conmigo." Salmos 23:4 (NBLH)

2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
UN LAMENTO: una expresión apasionada de duelo con Dios  
Un acto de adoración que puede incluir quejarse ante Dios

### Salmos de Lamento

Salmos 3-7,9,10,12-14,17,22,25-28,31,35,36,38,39,41-44,51-61,64,70,71,74,77,79,80,82,83,85,86,88,90, 94,102,109, 137,139-143,145.

- Liberar cualquier remordimiento
- Liberar cualquier resentimiento

4. \_\_\_\_\_  
"El Señor es como un padre con sus hijos, \_\_\_\_\_ con los que le temen. Pues él sabe lo débiles que somos." Salmos 103:13-14 (NTV)
- Jesús: "El Espíritu del Señor me ha enviado a sanar a los quebrantados de corazón..." Lucas 4:18 (NBLH)