

Caso: La tristeza que no se va

Marta, una mujer cristiana de 35 años, ha sido miembro activa de su iglesia por más de una década. Hace seis meses perdió su empleo y desde entonces ha estado luchando con sentimientos de tristeza profunda, falta de energía y desinterés en las cosas que antes disfrutaba.

En las últimas semanas, ha dejado de asistir a los cultos y se siente culpable por 'no tener suficiente fe'. Cuando finalmente acepta hablar con su consejero bíblico, le confiesa que a veces se levanta sin deseos de vivir, aunque asegura que no haría nada para hacerse daño.

El consejero siente compasión, pero también duda cómo abordar un tema que combina lo emocional y lo espiritual.

Versículo de reflexión: “Jehová está cerca de los quebrantados de corazón; y salva a los contritos de espíritu.” — Salmo 34:18

Preguntas investigativas para el análisis en grupo:

1 1. Diagnóstico del corazón y la mente: *¿Qué señales de depresión observas en Marta? ¿Qué emociones o pensamientos podrían estar dominando su corazón? ¿Qué mentiras o pensamientos distorsionados podrían estar afectando su fe?*

2 2. Discernimiento espiritual: *¿Cómo puede el consejero distinguir entre una lucha emocional y una batalla espiritual? ¿Qué papel tiene la oración y la Palabra de Dios en este proceso sin minimizar la ayuda profesional?*

3 3. Ética y límites: *¿Cuáles son los límites éticos que el consejero debe mantener al tratar un caso de depresión? ¿Cuándo y cómo debería el consejero referir a un profesional de salud mental?*

4 4. Restauración y esperanza: *¿Qué estrategias bíblicas podrían ayudar a Marta a redescubrir su propósito y esperanza? ¿Cómo puede el consejero promover una fe saludable sin culpabilizar el sufrimiento emocional?*

5 5. Reflexión personal: *¿Cómo debe prepararse el consejero espiritualmente para acompañar casos de dolor profundo? ¿Qué riesgos enfrenta un consejero si intenta 'arreglar' el problema solo desde la doctrina, sin empatía?*