

## Mentiras que Las Mujeres Creen- Capítulo 9- Guía de estudio

### ENFRENTANDO LAS MENTIRAS CON LA VERDAD

<b>LA MENTIRA</b>	<b>37. Si siento algo, debe ser cierto.</b>
<b>LA VERDAD</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• No siempre puedo fiarme de mis sentimientos. Por lo general, no concuerdan con la realidad y pueden inducirme con facilidad a creer mentiras. <b>Salmo 119 29-30. Jeremías 17:9-10</b></li><li>• Debo tomar la decisión de rechazar cualquier que no sentimiento que no se conforme a la verdad. <b>Salmos 33:4; 51:6; 56:3-4, Filipenses 4 8-9</b></li></ul>
<b>LA MENTIRA</b>	<b>38. No puedo controlar mis emociones.</b>
<b>LA VERDAD</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• No tengo que dejarme controlar por mis emociones. <b>Salmo 6:1-10: Isaías 54:10; Mateo 5:44; 28:20; Efesios 4:26; Filipenses 4:4-7; 1 Tesalonicenses 5:18</b></li><li>• Puedo elegir fijar mis pensamientos en la verdad, llevar todo pensamiento cautivo a la obediencia a la verdad, y dejar que Dios controle mis emociones. <b>Salmo 42:11; Isaías 26:3; 50:10; Juan 10:10; 2 Corintios 10.5; Filipenses 4:8-9; Colosenses 3:1-2</b></li></ul>
<b>LA MENTIRA</b>	<b>39. No puedo evitar mis reacciones cuando mis hormonas están fuera de control.</b>
<b>LA VERDAD</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Por la gracia de Dios puedo elegir obedecerlo sin importar cómo me sienta. <b>Filipenses 2:12-13, Santiago 4:7</b></li><li>• No hay excusa para consentir actitudes, reacciones o conductas impropias. <b>I Tesalonicenses 5,23-24</b></li><li>• Mis ciclos emocionales y físicos están sometidos al control de mi Creador que me cuida y me asiste en cada etapa de mi vida. <b>Salmo 139:1-18</b></li></ul>

<p><b>LA MENTIRA</b></p> <p><b>LA VERDAD</b></p>	<p><b>40. No soporto estar deprimida.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Los síntomas físicos y emocionales de la depresión son a veces el resultado de problemas del espíritu que necesitan ser tratados. <b>1 Samuel 1:6-7; 1 Reyes 21:4, 7; Salmos 32:3-4; 42:3-8; 55:4-5; Lamentaciones 3:1-33; Jonás 4:1-4</b></li><li>• Sin importar cómo me sienta, puedo elegir dar gracias, obedecer a Dios y ayudar a otros. <b>Filipenses 4:4-7</b></li><li>• Dios nos ha dado poderosos recursos, como su gracia, su Espíritu, su Palabra, sus promesas, el cuerpo de Cristo, para ministrar nuestras necesidades emocionales. <b>Salmo 25:4-5; Romanos 8:26; 2 Corintios 12:9</b></li></ul>
--	---

---

# APLICACIÓN PERSONAL

---

## **1. Ponte de acuerdo con Dios.**

¿Qué mentiras has creído acerca de tus emociones?

## **2. Acepta tu responsabilidad.**

¿Cómo se han manifestado esas mentiras en tu estilo de vida (por ejemplo, actitudes y conductas)?

## **3. Declara la verdad.**

Lee en voz alta cada una de las verdades citadas en las páginas 279-281. ¿Cuáles necesitas abrazar en este preciso momento?

**4. Renueva tu mente (tu manera de pensar) con la Palabra de Dios.** Lee los siguientes pasajes en voz alta. ¿Qué revelan acerca de la forma en la que debemos tratar con nuestras emociones?

Filipenses 4:4-8

Colosenses 3:1-4

Isaías 26:3-4

Isaías 50:10

## **5. Actúa conforme a la verdad.**

¿Cuáles son las acciones específicas que debes emprender a fin de vivir según la verdad?

## **6. Pídele a Dios que te ayude a caminar en la verdad.**

Padre, te agradezco por el don de las emociones, por permitirnos sentir gozo y dicha en lo que es bueno, y aun por la capacidad de sentir dolor. Reconozco que en este mundo caído el sufrimiento es una realidad inevitable. Confieso que en ocasiones he decidido creer y actuar basada en mis sentimientos sin detenerme a pensar si se conforman a la verdad. A veces permito que mis reacciones estén controladas por mis sentimientos y por las circunstancias y no por tu Palabra y tu Espíritu. Te doy gracias porque sin importar cómo me sienta ni lo que mis emociones dicten, tu verdades absoluta e inalterable. Te pido que me ayudes a confiar en ti y a obedecerte a pesar de lo que sienta, del temor, el sufrimiento, la confusión o la pérdida. Gracias por la paz que has prometido darme en medio de cualquier circunstancia si guardo mi corazón y mi mente en ti. En el nombre de Jesús. Amén.