

Está bien decirle a Dios que estamos tristes

El lamento honesto (Lamentaciones 1, adaptado) · clase para niños (~50 min)

Base: Lamentaciones 1:1,12; 2:19 (adaptado) · **Edades:** preescolar a primaria · **Versículo:** «Derramad delante de él vuestro corazón» (Salmo 62:8)

Verdad grande: cuando algo nos pone muy tristes, no tenemos que esconderlo ni fingir una sonrisa delante de Dios: podemos contarle exactamente cómo nos sentimos, porque Él nos escucha y nos ama. Jesús mismo lloró una vez. **Meta:** que el niño aprenda que puede decirle a Dios "estoy triste" sin miedo, y que Dios recibe su llanto con amor.

1. ¿Qué haces cuando estás muy triste? (dinámica)

Pregunta: "¿qué haces cuando algo te pone muy, muy triste?" Deja que algunos respondan (llorar, abrazar a mamá, quedarse callados). Luego di: **"Hoy vamos a aprender algo importante: a Dios le podemos contar cuando estamos tristes, tal como estamos, sin fingir que todo está bien."**

Conéctalo: "en la Biblia hay un libro que se llama Lamentaciones, donde alguien le cuenta a Dios, con toda honestidad, lo triste que estaba."

2. La historia

Cuéntalo así

Hace muchísimo tiempo, la ciudad donde vivía el pueblo de Dios quedó destruida, y todos estaban muy tristes. Un hombre escribió un poema largo para contarle a Dios exactamente cómo se sentía: "¡cómo ha quedado todo tan triste!" (como en Lamentaciones 1:1). No fingió que estaba bien. Lloraba de noche, y le decía a Dios: "mira mi dolor" (como en 1:12). Y en vez de guardárselo todo adentro, le dijo a Dios: "derramo mi corazón delante de ti, como quien vierte agua" (como en 2:19). Dios no se enojó por eso; lo escuchó con amor. Y ¿sabías que Jesús también lloró una vez, cuando vio una ciudad triste? (como en Lucas 19:41). Jesús entiende cuando estamos tristes. ❤️

3. "Le cuento a Dios" (dinámica)

Pide que cada niño piense (sin decirlo en voz alta si no quiere) en algo que lo puso triste alguna vez. Luego di: "vamos a practicar algo: en lugar de guardárnoslo, se lo contamos a Dios, como el hombre del poema". Invita a que, en silencio, cada uno le diga a Dios en su corazón: "Dios, esto me pone triste".

4. Versículo con gestos

«Derramad delante de él vuestro corazón; Dios es nuestro refugio.»

Salmo 62:8 (adaptado)

«**Derramad delante de él...**» → abrir las manos hacia arriba, como entregando algo; «**...vuestro corazón**» → poner las manos sobre el pecho; «**Dios es nuestro refugio**» → abrazarse a sí mismo. Repítanlo 3 veces, cada vez con más calma.

5. Manualidad (elige una)

- **Mi corazón para Dios:** dibujar un corazón grande y, adentro, pegar un papelito donde el niño (o el maestro, por él) escriba o dibuje algo que le pone triste, para "entregárselo" a Dios doblando el papel.
- **Jesús también llora:** colorear un dibujo sencillo de Jesús con una lágrima, y escribir debajo "Jesús me entiende".
- **Le cuento a Dios:** hacer un "buzón para Dios" con una caja pequeña, donde durante la semana puedan echar dibujos de cosas que los pongan tristes, como una oración.



6. Juegos (elige uno)

- **Caras y corazones:** mostrar tarjetas con caras (triste, feliz, asustada) y que los niños digan "a Dios le puedo contar cuando me siento así".
- **El agua que se derrama:** con un vaso de agua, el maestro la vierte despacio en otro recipiente mientras dice "así como el agua se derrama, así le contamos a Dios lo que sentimos, sin guardárnoslo".



7. Dibujo

Que dibujen una carita triste al lado de un corazón, y una flecha que una la carita con el corazón hacia el cielo, para recordar que a Dios le podemos contar cuando estamos tristes.



8. Repaso y oración

Repaso: ¿qué le contaba a Dios el hombre del poema? ¿Tuvo que fingir que estaba bien? ¿Quién también lloró una vez? Cierren:

«Dios, gracias porque te puedo contar cuando estoy triste, sin fingir que todo está bien. Tú me escuchas y me amas. Gracias porque Jesús también entiende lo que es llorar. En el nombre de Jesús. Amén.»



Adaptación por edad

Preescolar Enfócate en "le puedo contar a Dios" y "Dios me escucha"; usa el gesto del corazón y mucho abrazo; evita detalles de la destrucción de la ciudad.

Primaria Agrega la idea de que Jesús también lloró (Lc 19:41), y que llorar no es "portarse mal" ni falta de fe.

«Derramad delante de él vuestro corazón; Dios es nuestro refugio.» — Salmo 62:8 (adaptado)

♦ Emaús · Él Va Delante — enseñando que a Dios se le puede contar todo. Para su gloria.