

Un Espíritu Suave y Apacible
Tareas de Lectura

Primera Semana	Capítulo 1 - Una Perspectiva Nueva
Segunda Semana	Capítulo 2 - Un Corazón Nuevo
Tercera Semana	Capítulo 3 - Miedo a la Sumisión (Primera Parte - Miedo a la Degradación)
Cuarta Semana	Capítulo 3 - Miedo a la Sumisión (Segunda Parte - Miedo al Abandono y Miedo al Abuso)
Quinta Semana	Capítulo 4 - las Hijas de Sara Capítulo 5 – ¿Por qué yo?
Sexta Semana	Capítulo 6 (Primera Parte) ¿Soy “mandona” con mi esposo?
Séptima Semana	Capítulo 6 (Segunda Parte) ¿Son mis expectativas exigentes? ¿Son mis palabras amables?
Octava Semana	Capítulo 6 (Tercera Parte) ¿Me controlan las emociones? ¿Trato a mi esposo como si fuera un niño?
Novena Semana	Capítulo 6 (Cuarta Parte) ¿Me someto completamente al liderazgo de mi esposo? ¿Dejo que mi esposo dirija nuestro hogar?
Décima Semana	Capítulo 6 (Quinta Parte) ¿Sé escuchar? ¿Pido ayuda?
Onceava Semana	Capítulo 6 (Sexta Parte) ¿Soy rápida en rectificar? ¿Tengo temor de algo?
Doceava Semana	Capítulo 7 - Cuando hay dolor Capítulo 8 – Felizmente para siempre

Primera Semana: Capítulo 1 - Una Perspectiva Nueva

Preparación de la Clase: Lee el capítulo y prepara los puntos de vista para cubrir con la clase.

Sugerencias de Presentación:

De Gran Valor

Pide a la clase catalogar algunas cosas que ellos piensen son los valores de Dios.

Cataloga estas sobre una pizarra (si hay una disponible). Si no hay una pizarra disponible pide que cada persona tenga una lista de sugerencias escritas en una hoja de papel. [Sugerencias: ayudar a los pobres, huérfanos, viudas, enseñar a otros acerca de la Biblia, etc.]

Examina la definición de la palabra griega *polutelés* (gran valor).

Escribe encabezando la lista "un espíritu suave y apacible".

- ¿Pensarías que un espíritu suave y apacible habría encabezado la lista de las cosas que Dios valora más?
- ¿Cómo te impacta un sentimiento valioso?
- ¿Por qué piensas que Dios valora muchas estas cualidades?
- ¿Qué tomará para que nosotros cambiemos nuestra mentalidad acerca de estas cualidades?

Suave y Apacible

Examina la definición de la palabra griega *praús* (suave / carácter dulce).

- ¿Cambia esta definición tu perspectiva sobre una mujer de carácter dulce? ¿De ser así, cómo?

Lee Mateo 21:5 y Mateo 26:53 - Jesús tenía un poder increíble, sin embargo él era un hombre "de carácter dulce".

- ¿Qué cualidades deberías de tener con esta clase de entrega a Dios?

Lee la definición de la palabra griega *esuquios* (apacible).

Lee Lucas 8:40-56; Marcos 6:32-34; Mateo 8:23-26 – Escrituras sobre el ejemplo del espíritu apacible de Jesús.

- ¿Cuándo hay momentos en el matrimonio que es desafiante tener un espíritu apacible?
- ¿Qué importancia tiene nuestra fé de poder crecer con un espíritu suave y apacible?

Segunda Semana: Capítulo 2 - Un Corazón Nuevo

Preparación de la Clase: Lee el capítulo y prepara los puntos de vista para cubrir con la clase.

Sugerencias de Presentación:

Reverencia:

Examina la definición de la palabra griega *fobos* (reverencia).

- ¿Cómo la reverencia para Dios nos ayuda en nuestro papel de esposa?
- ¿Cuál sería “un sano temor de desagradar a Dios” a que se parecería?

Más ideas sobre Uza: Lee 1ra. de Samuel 7:1-2. No nos dicen si Uza era un niño cuando el arca del convenio fue traída a la casa de su padre o si él era ya un hombre. El arca estaba en la casa de su padre por veinte años. En algún momento Uza perdió la reverencia hacia el arca. En 1ra. de Samuel 6:19, nos dicen que 70 hombres murieron porque ellos se atrevieron a mirar dentro del arca. Esto pasó inmediatamente antes de que el arca fuera puesta en la casa del padre de Uza. Aquellas muertes pueden ser la razón por la cual el padre de Uza fue cauteloso - no para proteger el arca, si no para proteger a su familia.

No sabemos por qué Uza fue el centro de atención en el escenario de este evento. El tal vez sintió que tenía derecho de ser el centro de atención en este drama o para obtener la atención del Rey David. Una cosa que sí sabemos es que sus acciones eran irreverentes (2da. de Samuel 6:7).

- ¿Qué podemos aprender de la historia de Uza?

Respeto:

Examina la definición de la palabra griega *fobeo* (respeto).

- ¿Cuándo tenemos respeto por alguien, cómo cambia la forma en que los tratamos?
- ¿Cuándo es más difícil respetar a tu esposo?

Pureza:

- ¿Cuáles son algunos de los desafíos que enfrentamos para ser puras hacia nuestros esposos?

Tercera Semana: Capítulo 3 – Temor a la Sumisión - (Primera Parte – Temor a la Degradación)

Preparación de la Clase: Lee el capítulo y prepara los puntos de vista para cubrir la clase.

Sugerencias de Presentación:

Temor a la Degradación:

Examina la definición de la palabra griega *jupotasso* (someterse).

- ¿Cómo se ha afectado nuestra cultura con nuestra opinión de la sumisión?
- ¿Qué impacto tiene el miedo sobre nosotros?

Examina la definición de la palabra hebrea *ezer* (*ayudante*). Lee Deuteronomio 33:26; Salmos 121:2.

- ¿Piensas que el papel de una esposa es inferior al papel del esposo?
- ¿Piensas que Jesús tenía un papel inferior? (Filipenses 2:9)
- ¿Cuáles son las promesas de Dios acerca de ser humilde? [Santiago 4:10; 2da. de Samuel 22:28]

Cuarta Semana: Capítulo 3 - Temor a la Sumisión (Segunda Parte – Temor a la Negligencia y Temor al Abuso)

Preparación de la Clase: Lee el capítulo y prepara los puntos de vista para cubrir con la clase.

Temor a la Negligencia:

Examina la historia de Ester.

- ¿Cuáles son los beneficios de ser vulnerable en tu matrimonio?
- ¿Cuáles son los retos que tú podrías confrontar?
- ¿Cómo la comunicación amable influye en una relación?
- ¿Podemos ser amables y honestas al mismo tiempo?

Temor al Abuso:

- Lee Salmos 141:3 y Santiago 1:26. Discutir los retos que tenemos en nuestro discurso.

Quinta Semana: Capítulo 4 - las Hijas de Sara

Capítulo 5 - ¿Por qué Yo?

Preparación de la Clase: Lee los capítulos 4 y 5 y prepara los puntos de vista para cubrir con la clase.

Sugerencias de Presentación:

- ¿Por qué es difícil someterse a alguien que no es perfecto?
- ¿Qué impacto tuvo la decisión de Sara en su familia de qué Abraham debería de dormir con su sirvienta?
- ¿Cuáles son los miedos más comunes que confrontamos, y como podemos superarlos?
- ¿Cómo te ha cambiado la misericordia de Dios?
- ¿Te gusta mostrar misericordia a otras personas?
- ¿Cuándo te resulta más difícil mostrar misericordia?

[Fomenta un día de ayuno (para las que pueden ayunar) durante esta semana o en momentos especiales de oración con un enfoque especial para ser más misericordiosas.]

Sexta Semana: Capítulo 6 – Evaluación Propia (Primera Parte)

Preparación de la Clase: Lee el capítulo y prepara los puntos de vista para cubrir con la clase.

Sugerencias de Presentación:

¿Soy “mandona” con mi esposo?

- ¿En cuál área eres “mandona” con tu esposo?
- Si es así, ¿Qué impacto tiene sobre tu esposo el que seas “mandona”?
- ¿Si te das cuenta de que eres “mandona”, estás reaccionando a un temor que causa que seas “mandona”?

Considera otra vez la definición de la palabra griega *fobeo* (respeto) (página 25).

- ¿Cómo te ayudaría este nivel de respeto con el autoritarismo?

Séptima Semana: Capítulo 6 – Evaluación Propia (Segunda Parte)

Preparación de la Clase: Lee el capítulo y prepara los puntos de vista para cubrir con la clase.

Sugerencias de Presentación:

¿Son mis expectativas exigentes?

- ¿Intentas orquestar lo que tu esposo te da o hace para ti?
- ¿Cómo afecta esto en tu relación con tu esposo?

- ¿Causan tensión los días especiales de celebración en tu matrimonio? Cómo los ¿Cumpleaños? ¿Aniversarios?

¿Son mis palabras amables?

- ¿Por qué las palabras amables son difíciles?
- ¿Cuándo te resulta difícil ser amable con tus palabras?
- ¿A quién tienes tendencia de hablar con un tono dulce?

Tarea: En todos los días de esta semana práctica palabras amables.

Octava Semana: Capítulo 6 – Evaluación Propia (Tercera Parte)

Preparación de la Clase: Lee el capítulo y prepara los puntos de vista para cubrir con la clase.

Sugerencias de Presentación:

¿Me controlan las emociones?

Examina la definición de la palabra griega *sofronos* (auto-dominio).

- ¿Cómo nos ayudaría esta cualidad en momentos emocionales?
- ¿Qué es lo que te ayuda más a dominar tus emociones?

¿Trato a mi esposo como si fuera un niño?

- ¿Cuáles son las maneras en que nosotras podríamos tratar a nuestros esposos como si fuera un niño?

Examina la definición de la palabra griega *fobeo* (respeto) (página 25).

- ¿Cómo nos ayudaría nuestro respeto para lidiar con nuestras emociones?
- ¿Cuando tratamos a nuestros esposos como si fuera un niño que temores podríamos estar enfrentado?

Novena Semana: Capítulo 6 – Evaluación Propia (Cuarta Parte)

Preparación de la Clase: Lee el capítulo y prepara los puntos de vista para cubrir con la clase.

Sugerencias de Presentación:

¿Me someto completamente al liderazgo de mi esposo?

- ¿Cuándo es más difícil someterse "completamente"?
- ¿Qué miedos lo hacen más difícil?

Hable sobre la opción de Safira (Hechos 5:1-10).

- ¿Por qué piensas que Safira estuvo de acuerdo con mentir?
- Safira fue responsable por su participación en este engaño. ¿Qué nos enseña esto sobre nuestras opciones?

¿Dejo que mi esposo dirija nuestro hogar?

- ¿Ves algún área en la que no dejas que tu esposo te dirija a ti y a tus hijos?
- ¿Si es así, a que le tienes miedo?

Décima Semana: Capítulo 6 – Evaluación Propia (Quinta Parte)

Preparación de la Clase: Lee el capítulo y prepara los puntos de vista para cubrir con la clase.

Sugerencias de Presentación:

¿Sé escuchar?

- ¿Cómo te afecta cuando alguien te escucha?
- ¿Cuándo te resulta difícil escuchar a tu marido?
- ¿Contestas en vez de tú marido?

¿Pido ayuda?

- ¿Solicitas la ayuda de tu esposo de acuerdo a tu horario?
- ¿Estás de acuerdo con tu esposo de tu horario?

Onceava Semana: Capítulo 6 – Evaluación Propia (Sexta Parte)

Preparación de la Clase: Lee el capítulo y prepara los puntos de vista para cubrir con la clase.

Sugerencias de Presentación:

¿Soy rápida en rectificar?

- ¿Se te hace difícil pedir disculpas?
- ¿Cómo la humildad cambia estos tiempos difíciles?

¿Tengo temor de algo?

- ¿Cuáles son tus más grandes temores que dificultan tu relación con Dios?
- ¿Cuáles son tus más grandes temores que dificultan tu relación con tu marido?

Doceava Semana: Capítulo 7 - Cuando Hay Dolor / Capítulo 8 - Felices para Siempre

Preparación de la Clase: Lee capítulos 7 y 8 y prepara los puntos de vista para cubrir con la clase.

Sugerencias de Presentación:

Lee 1ra de Pedro 2:21-25.

- ¿Cómo el ejemplo de Jesús de confiarse él mismo a Dios te afecta?
- ¿Cuándo hay tiempos en que podríamos ser tentadas por el engaño en un momento de sufrimiento?
- ¿Cuáles son los beneficios de ser misericordiosos (paciencia)?
- ¿Estás dispuesta a ceder en algún área en tu matrimonio?

Examina la definición para la palabra griega *praús* (suave) (página 10).

- ¿Cómo esta cualidad te ayudaría a no darte por vencida?