



La

medida de una mujer

Guía de estudio

• Por Dr. Gene A. Getz.

6. María, la madre de Jesús, ciertamente fue una mujer escogida por Dios. (Lea Lucas 1:46-55). Escriba algunas palabras que reflejan su actitud. ¿En qué manera demostró ella un espíritu afable y apacible?

LA MEDIDA DE UNA MUJER

EL RETO:

GUIA DE ESTUDIO

7. a. Lea nuevamente las metas escritas en la sesión 1.

por

¿Las alcanzó?

GENE A. GETZ

b. ¿Dónde nota crecimiento?

c. ¿Dónde necesita madurar más en su vida cristiana?

8. Dé gracias a Dios por haberle guiado hasta este momento y pídale sabiduría y dirección para el futuro.

Copyright (c) 1990 por Glenn Beaty

Publicado originalmente en inglés bajo el título
MEASURE OF A WOMAN WORKBOOK
por Gene A. Geiz

Publicado por Regal Books Division, G/L Publications.
Agente de la casa publicadora:
GLINT (Gospel Literature International)
P. O. Box 488
1409 North Walnut Grove Avenue
Rosemead, California 91770

Publicado originalmente en 1984
Todos los derechos reservados

Traducido por La Veta de Sparks

Usado con permiso.
**ObreiroFiel.com - Se permite reproducir este material siempre y
cuando no se venda.**

Editorial
CREO
410 Virginia
San Jacinto, CA 92583

CUALIDAD SIGNIFICADO

9. Estar sujeta al marido

10. Tener un espíritu afable y apacible

EL CARACTER:

5. 1 Pedro 3:5-6 refiere a Sara como ejemplo de una mujer con un espíritu quieto, pero muchas veces recordamos su risa cuando el ángel habló con Abraham. (Lea Génesis 18). ¿Cuáles cosas nos dicen el por qué fue loada por el apóstol?

CUALIDAD	SIGNIFICADO	CONTENIDO
3. Templada y tener dominio propio		Introducción: Ideas para usar la guía de estudio 1
4. Fiel y maestra del bien		SESION 1: La perspectiva de Dios en cuanto a la belleza Ser dignas de respeto 10
5. Amar al esposo		SESION 2: No ser calumniadoras 17 SESION 3: Ser templadas Tener dominio propio 21
6. Amar a los hijos		SESION 4: Ser fieles en todo Enseñar lo que es bueno 26
7. Ser pura		SESION 5: A amar a sus maridos 30 SESION 6: A amar a sus hijos 34 SESION 7: A ser puras 39
8. Ser cuidadosa de su casa y ser buena		SESION 8: A ser cuidadosas de su casa A ser buenas 44 SESION 9: A estar sujetas a sus maridos 49 SESION 10: Un espíritu afable y apacible 55

3. a. ¿Cómo define el autor la palabra "quietud"?

b. ¿Por qué es que los hombres responden a ello? (Pgs. 140-141).

4. Regrese a sesión 1 y observe cómo definió las características de la mujer cristiana. Resuma lo que ha aprendido en cuanto a cada cualidad y apúntelo en el siguiente plano.

CUALIDAD

SIGNIFICADO

1. Digno de respeto

2. No calumniadora

2. a. ¿Cuál es el propósito de la belleza externa?

b. ¿Qué significa "afabilidad"?

c. Dé unos ejemplos donde se menciona esta palabra en la Biblia (pgs. 139-140).

d. Piense en una mujer que considera que es "afable". ¿Cómo es ella?

INTRODUCCION

IDEAS PARA USAR LA GUIA DE ESTUDIO

Para Miembros del Grupo

La guía de estudio está diseñada para ayudarle a usted, una mujer, a pensar y discutir el libro: LA MEDIDA DE UNA MUJER, publicado por C.L.I.E. También le señalará las porciones selectas de las Escrituras que tienen que ver con problemas que enfrenta hoy en día. Cada una de las 10 sesiones contiene preguntas y sugerencias a fin de estimular su estudio personal y fomentar un intercambio de ideas si es que lo hace en grupo.

Además, cada sesión incluye instrucciones de cómo responder a la sección titulada "Proyecto Personal" que se encuentra al final de cada capítulo en LA MEDIDA DE UNA MUJER. El propósito de estas preguntas es ayudarle a aplicar las bases bíblicas a situaciones en su propia vida.

Para un mejor resultado, lea el capítulo que le corresponde en LA MEDIDA DE UNA MUJER antes de ver la guía de estudio. Notará que algunas sesiones cubren más de un capítulo. Aunque estas divisiones no están en orden de número sino por tema, la sesión las cubrirá en una manera complementaria.

Tres formas para usar la guía de estudio:

1. Estudiar sola. Lea el capítulo señalado en el texto y conteste las preguntas en la sesión que corresponde a la Guía.

2. Estudiar con una amiga. El intercambio de ideas y pensamientos con otra persona con el mismo

interés en el tema, resulta en una experiencia provechosa. Cada una lee un capítulo y contesta las preguntas que vienen en la guía. Después se reúnen para compartir lo aprendido y animarse para ponerlo en práctica.

3. Estudiar en grupo. Cada participante debe preparar la lección en casa y llegar a la clase lista para discutir la materia y animarse mutuamente. También es posible si el grupo ocupa los primeros 15 minutos para que todas lean el capítulo señalado. Después, los participantes pueden trabajar en parejas para completar las preguntas de la sesión en la guía de estudio.

La Biblia es el más importante recurso para el estudio de esta guía y para el libro LA MEDIDA DE UNA MUJER. No se limite a solamente una versión. Consulte otras que le ayudarán a entender lo que Dios quiere enseñarle como miembro del cuerpo de Cristo.

Ore, pidiendo al Espíritu Santo que le alumbré para conocer toda la verdad mientras estudia.

Para el Líder

No predique ni monopolice la clase. Estimule a las demás a pensar en las cosas que traerán cambios en sus propias vidas.

Lea el capítulo completo antes de comenzar a enseñar. Conteste la guía de estudio y esté segura de que entiende todas las preguntas y sugerencias.

Ocupé todos los medios posibles para conocer bien a las integrantes del grupo. Aprenda cuáles son sus necesidades emocionales y espirituales.

Anime a cada una a participar. Evite frases o acciones que significan "está equivocada". Fomente la libertad de expresión.

SESION 10: UN ESPIRITU AFABLE Y APACIBLE

Meta: Definir "un espíritu afable y apacible" y resumir lo aprendido de estos estudios.

Lea el capítulo 14 de LA MEDIDA DE UNA MUJER.

LA CARACTERISTICA:

1. a. Según páginas 137 y 138, ¿cómo define usted la "pureza" y la "reverencia"?

b. Dé unos ejemplos prácticos de estas cualidades en su puesto como mujer, esposa, y madre.

c. Ore por este obstáculo y por sus relaciones, pidiendo a Dios que haga la obra para que usted refleje a los demás su amor.

No se sienta obligada a completar cada ejercicio o contestar cada pregunta en cada discusión. Algunas se pueden intercalarlas en estudios futuros.

Evite el uso frecuente de preguntas que se contestan con un simple "sí" o "no".

Reciba con aprecio todas las ideas y opiniones, sin dejar de controlar la discusión. Si se presentan temas no relacionados con el estudio, guíe la discusión al tema otra vez.

Pida a todas traer una Biblia, una copia de la guía de estudio, y el libro LA MEDIDA DE UNA MUJER. (Tenga a mano unas Biblias para prestar si fuere necesario).

Para un mejor intercambio de ideas, asigne las preguntas como tarea para traer contestadas la próxima sesión. Durante su tiempo de preparación para cada una, tome en cuenta las siguientes sugerencias que le ayudarán a estimular la participación.

SESION 1: LA PERSPECTIVA DE DIOS EN CUANTO A LA BELLEZA

SER DIGNAS DE RESPETO

El propósito principal de este estudio es ayudar en el crecimiento personal. Es probable que cuando hemos superado obstáculos, no nos percatamos del avance por no tener nada apuntado. Para animar a las demás a escribir un record de crecimiento pida que cada persona mantenga un cuaderno en donde escriba sus impresiones, pensamientos, decisiones y oraciones relacionadas con el estudio.

Para la pregunta 1, dé tiempo para que cada una responda individualmente. Después, dirija una discusión breve de sus respuestas, sugiriendo que cada una comparta un área en su vida donde quiera ver cambios. Pida comentarios de las demás para hacerlo.

Para la pregunta 2, apunte sobre un papel cada una de las cualidades mencionadas en las páginas 11 y 12. (1 Timoteo 3:11; Tito 2:3-5 y 1 Pedro 3:1-4). Escriba las definiciones que dé el grupo.

Para la pregunta 3, resalte la definición dada por el autor en las páginas dadas. Inmediatamente, guíe al grupo a la frase acuerdo-desacuerdo en la pregunta 4 y discutan sobre las maneras en que una persona puede perder su propio respeto.

Para las preguntas 5 y 6, anímelas a compartir sus respuestas en grupos pequeños de tres o cuatro.

EL RETO:

7. a. Escoga uno de los tres casos en Proyecto Personal (pgs. 135-136) y apunte algunas sugerencias para ella.

b. ¿Aconsejó la sumisión? Sí _____ No _____

c. ¿Por qué?

8. a. ¿Hay alguna área en su vida en la cual no quiere sujetarse?

b. ¿Cree tener un problema escondido de orgullo, enojo o ansiedad, y por ello no desea hacerlo?

d. ¿Puede pensar en alguna situación semejante hoy en día?

6. Lea Génesis 27.

a. ¿Cómo debilitó Rebeca el puesto de Isaac como cabeza del hogar?

b. ¿Qué hubiera hecho?

c. ¿Cuáles fueron los resultados?

d. ¿Cree que el fin justificó su manera de actuar?

SESION 2: NO SEAIS CALUMNIADORAS

Dirija la reunión a una discusión general de las preguntas 1-3.

Para la pregunta 4, de antemano pida a una prepararse para informar sobre su estudio de las tres clases de chisme.

Para la pregunta 5, divida al grupo en tres y que cada uno busque una de las citas de Proverbios. Dé cinco minutos para la lectura y la discusión. Después, una representante de cada grupo tiene que compartir lo que contestaron.

En parejas, contesten la pregunta 7. Anímelas a que oren juntas por áreas en su vida donde necesiten vencer la tendencia de ser habladoras o chismosas.

SESION 3: SER TEMPLADAS

Para la discusión de la pregunta 1, escriba en una hoja grande o en un pizarrón las palabras "templanza" y "dominio propio" en columnas separadas. Guíe al grupo a dar características de cada una, juntamente con situaciones cotidianas en que cada cualidad sería apropiada.

Anímelas a cada una a compartir honestamente su respuesta a la cuestión 3.

Para la pregunta 5, divídanse en equipos de tres y por cinco minutos, cada uno lea uno de los capítulos sugeridos en el libro de Jueces. Informen a las demás lo que descubrieron.

Pida a las personas que se junten con su pareja de la semana pasada para compartir cualquier resultado que hubo del compromiso hecho anteriormente.

Después de cinco minutos, que cada pareja se junte con otra para intercalar respuestas a la pregunta 7. Motívelas para realizar la pregunta 8 y a compartir estas metas con el esposo o una amiga íntima.

SESION 4: SER FIELES EN TODO ENSEÑAR LO QUE ES BUENO

Como líder, comente lo que contestó a las preguntas 1 y 2.

En equipos pequeños, compartan las respuestas a la pregunta 3.

Para la pregunta 4, anímelas a participar en conjunto y apunte en una hoja grande o pizarra algunas de las cualidades que se mencionen.

Regresen a sus grupos para continuar con las preguntas 5-7.

Pida que busquen a una compañera de oración quien se comprometa a orar con ella durante la semana. Esta puede ser una del grupo o una amiga que no asiste a las sesiones regularmente.

SESION 5: A AMAR A SUS MARIDOS

Las preguntas del 1 al 4 se prestan para una buena discusión en grupo grande. Para la 5 pida que se separen en grupos y que opinen sobre los pasajes señalados.

La mejor manera para comprender los versículos en la pregunta 6 es que cada una los escriba de nuevo, poniendo su nombre en el lugar apropiado. Sugiera que haya intercambio de hojas y que alguien los lea en

b. ¿Cómo deben relacionarse el esposo y la esposa espiritualmente? (Pg. 134).

c. ¿Qué implicaciones tiene esto para su vida?

EL CARACTER:

5. Lea Génesis 12:10-20.

a. ¿Cómo demostró Sara su sumisión?

b. ¿Qué le hubiera podido pasar?

c. ¿Qué la salvó?

b. ¿Qué quiere decir que el hombre es la cabeza del hogar? (Pgs. 124-125).

3. a. ¿Cuál fue la razón histórica por la que Pablo escribió sobre la sumisión? (Pgs. 127-128).

b. ¿Cuál fue la razón cultural? (Pgs. 130-132).

c. Apunte algunos beneficios de someterse. (Pg. 132).

4. a. ¿Qué efecto trajo el pecado en el matrimonio? (Pg. 133).

voz alta. El escuchar su nombre en este contexto las puede motivar más.

Dé tiempo para que piensen nuevamente en su respuesta a la pregunta 7. Pida peticiones y oren, pidiendo a Dios que provea cualquier cosa que necesiten estas mujeres para mejorar sus relaciones en el hogar.

SESION 6: A AMAR A SUS HIJOS

Los ejemplos en la pregunta 1 fomentan la discusión. Sugiera que se dividan en grupos de tres o cuatro para tratarlos y para identificar problemas que los padres pueden enfrentar con los hijos.

Dirija comentarios sobre la pregunta 2.

Conversen en sus mismos grupos sobre las preguntas 3 y 4. Deje tiempo para compartir con el resto del grupo lo tratado.

Solicite respuestas del grupo entero a la pregunta 5. Guíelas a participar sobre las actitudes diferentes en la

6. Finalmente, oren en parejas en cuanto a su contestación a la pregunta 7.

SESION 7: A SER PURAS

Comience la sesión dando brevemente su respuesta a la pregunta 1. Pida la opinión de otras y conteste el por qué Dios nos creó como personas sexuales.

Para la frase de la pregunta 4, pida que levanten la mano las que están de acuerdo, y después las que no lo están. Pida las razones de sus opiniones. Recuerde

que en una discusión de acuerdo-desacuerdo no siempre hay una respuesta correcta. Permita que continúen platicando sobre los distintos puntos de vista. No espere que todas terminen teniendo un mismo parecer.

La mitad del grupo debe hacer la pregunta 5, y la otra, la pregunta 6. Dé 10 minutos para la lectura y conversación. Cada grupo tiene que informar al otro lo que aprendieron.

Anime a todas a compartir sus ideas de la primera parte de la pregunta 7. Sugiera que se junten en grupos de tres para orar en cuanto a esta área importante en su vida. Si nota que algunas se incomodan, mejor dé tiempo para que oren a solas por tres minutos.

SESION 8: A SER CUIDADOSAS DE SU CASA

A SER BUENAS

Con anticipación, encargue a dos personas preparar una discusión breve sobre la pregunta 1. También, pída a una tercera persona preparar un informe sobre su respuesta a la pregunta 3. Después de escuchar sus tareas, anime al grupo a participar.

Si hay mujeres solteras, animélas a dar sus respuestas en forma honesta a la pregunta 2.

Guíelas a desarrollar la pregunta 4, apuntando en el pizarrón sus contestaciones.

Para las preguntas 5 y 6, divídanse en grupos pequeños.

Dé tiempo para que completen su respuestas a la pregunta 7. Para finalizar, oren expresando sus necesidades e inquietudes a Dios.

SESION 9: A ESTAR SUJETAS A SUS MARIDOS

Meta: Analizar el concepto bíblico de sumisión estudiando algunos ejemplos bíblicos y otros de la actualidad.

Lea el capítulo 13 de LA MEDIDA DE UNA MUJER.

LA CARACTERISTICA:

1. a. Según las páginas 122-126, la sumisión no significa:

b. En la historia de la humanidad, ¿cómo han sido maltratadas las mujeres?

2. a. ¿Qué es la sumisión?

a. ¿Dedicó tiempo con Dios?

¿familiares?

¿amigas?

b. ¿Cumplió con sus responsabilidades?

c. ¿Está en control de su horario?

d. ¿Qué ajustes necesita hacer?

SESION 9: A ESTAR SUJETAS A SUS MARIDOS

Para las preguntas 1 y 2, solicite de antemano a dos personas prepararse para responder.

Asigne la pregunta 5 a la mitad del grupo, y la 6 a la otra parte. Dé tiempo para leer la porción bíblica y contestar. Pida que cada grupo presente lo que aprendió.

Espera un momento para que todas contesten la pregunta 7. Anímelas a compartir cuál consejo hubieran dado. Asegúrese de averiguar si alguien aconsejaría la sumisión y por qué lo haría o no.

SESION 10: UN ESPIRITU AFABLE Y APACIBLE

Guíe al grupo entero en una discusión sobre las preguntas 1, 2, y 3.

La pregunta 4 se hará hasta terminar las preguntas 5 y 6, las cuales son apropiadas para hacerlas en equipos.

Para la pregunta 7, tenga un tiempo de testimonios. Anime a cada una a describir áreas de crecimiento que ha experimentado en las últimas 10 semanas. Termine la sesión y el estudio con un tiempo de alabanzas por los cambios que se han hecho y oren por las áreas donde se necesita trabajar más.

8. Pida a Dios sabiduría para ocupar mejor su tiempo.

**GUIA DE ESTUDIO
LA MEDIDA DE UNA MUJER**

**SESION 1: LA PERSPECTIVA DE DIOS EN
CUANTO A LA BELLEZA**

SER DIGNAS DE RESPETO

Meta: Dar un vistazo a la introducción y definir algunas características de la mujer santa, profundizándose en la cualidad de "ser digna de respeto".

Lea capítulos 1 y 2 en LA MEDIDA DE UNA MUJER.

LA CARACTERISTICA:

1. En la página 10, el doctor Getz dice que el propósito de este libro es descubrir la perspectiva de Dios en cuanto a la mujer. ¿Cuál es el suyo para este estudio?

¿En cuál área de su vida desea cambiar?

2. Antes de leer los demás capítulos del libro,

EL RETO:

7. Piense en su vida diaria. Ocupe este horario como registro de cómo usó su tiempo la semana pasada o cómo lo hará esta semana. Tome como base las siguientes preguntas.

Mañana Tarde Noche

Domingo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

EL CARACTER:

5. Lea Proverbios 31:10-26 y escriba las actividades que desempeñaron las mujeres. Dé su equivalente a lo que sería hoy día.

Proverbios 31

Hoy Día

6. Lea la historia de Abigail en 1 Samuel 25:1-35. ¿Cuál fue su iniciativa? ¿Cómo afectaron sus acciones a la vida de David y de su esposo?

escriba su propia definición a cada una de las siguientes cualidades:

1. Digna de respeto

2. No calumniadora

3. Templada y tener dominio propio

4. Fiel y maestra del bien

5. Amar al esposo

6. Amar a los hijos

3. ¿Cómo define el apóstol Pablo "buenas obras"?
(Pg. 115).

7. Ser pura

8. Ser cuidadora de su casa y ser buena

4. ¿Cuáles son algunas "buenas obras" que
pudieramos realizar en la actualidad?

9. Estar sujeta al marido

10. Tener un espíritu afable y apacible

SESION 8: SER CUIDADOSAS EN SU CASA

A SER BUENAS

Meta: Comprender la esfera de sus actividades como mujer y evaluar su horario.

Lea capítulos 11 y 12 de LA MEDIDA DE UNA MUJER.

LA CARACTERISTICA:

1. a. Según el autor en capítulo 11, ¿qué no enseñó Pablo con la frase "cuidadosa de su casa"?
- b. ¿Qué significa realmente?
2. Lea Paso A en páginas 109-111. ¿Qué lugar ocupa una mujer soltera? Apunte algunas sugerencias para ella.

3. En capítulo 2, ¿cómo define el autor "ser digna de respeto"? (pgs. 15 y 16).

Para usted, ¿qué quieren decir las siguientes palabras?

"decorosa"

"sobria"

"reverente"

"honrosa"

4. "El mensaje que enseñamos se hace más atractivo y efectivo por nuestra propia personalidad."
¿Está de acuerdo con esta frase? Sí _____ No _____
¿Por qué?

En las páginas 16 y 17, hay una lista de varias maneras en que una persona puede perder su propio respeto. ¿Cuándo lo pierde usted?

EL CARACTER:

5. Estudie Proverbios 31:10-31. ¿Qué cualidades admira el escritor en una buena esposa?

6. ¿Cómo son modelos para nosotras hoy en día las siguientes mujeres?

- c. ¿Qué dicen estos pasajes sobre el tema de la pureza: 1 Corintios 10:13; 1 Juan 1:9?

EL RETO:

7. a. ¿Qué puede hacer para que su esposo tenga una vida realizada? Use las preguntas en Paso B de Proyecto Personal (pgs. 98-99) como guía para contestar.

- b. Si es soltera, escriba pautas para ayudarse en su relación con el sexo opuesto y algunas citas bíblicas para recordar.

8. Escoga uno de los versículos al final del capítulo y medite en ello esta semana. Ore y pida a Dios que controle esta área de su vida.

b. ¿Cuál fue la reacción de José? (vea versículo 9).

Abigail (1 Samuel 25:18-25)

c. ¿Qué relación encuentra entre la respuesta de José en el versículo 9 y la suya a pregunta 1 de esta lección?

La suegra de Pedro (Marcos 1:30-31)

6. a. Lea Salmos 32 y 51 para comprender los sentimientos de David después de su pecado con Betsabé. Haga una lista de palabras específicas que describen cómo se sintió.

Dorcas (Hechos 9:36)

EL RETO:

7. Lea el Proyecto Personal (pgs. 17-21).
¿Cómo evaluaría su propio respeto?

b. ¿Qué hizo David al reconocer su pecado?

¿Tiene un problema con un complejo de inferioridad?

Escoga uno de los versículos bíblicos al final del capítulo y medite en él. En seguida, escríbalo en sus propias palabras y comente sobre él.

4. a. ¿Está de acuerdo con el autor cuando escribe del poder que el sexo de la mujer tiene sobre el hombre? (pg. 94). Sí _____ No _____

¿Por qué?

b. Según el autor, ¿qué cosa jamás debe formar parte del estilo de vida de una mujer cristiana?

c. ¿Cómo puede evitarlo?

Piense en varias maneras en cómo ayudar a algún familiar o amiga durante esta semana a desarrollar su propio respeto.

8. Ore por llevar a cabo la contestación de la pregunta número 1 y sobre su evaluación de sí misma de la número 7. Ahora apunte otros proyectos o pensamientos que usted quiere poner en práctica.

EL CARACTER:

5. a. Lea Génesis 39. ¿En qué forma estaba la esposa de Potifar procurando ocupar su sexualidad?

2. a. Según el escritor, ¿cuál es la responsabilidad de la mujer cristiana en cuanto a la pureza? (Pg. 93).

¿Cómo debe influir este conocimiento en su relación con el sexo opuesto?

3. "Hay una tendencia inherente en el hombre de responder a una mujer que le respeta, que le es leal y que da un buen testimonio cristiano" (pg. 95). ¿Cómo puede una mujer demostrar respeto y lealtad, y conservar un buen testimonio cristiano?

SESSION 2: NO SEAIS CALUMNIADORAS

Meta: Estudiar la influencia de la lengua y cómo podemos controlarla.

Lea capítulo 3 de LA MEDIDA DE UNA MUJER.

LA CARACTERISTICA:

1. En las páginas 23 y 24, el escritor enseña sobre Santiago 3. ¿Cómo es que el freno, el timón y la chispa ejercen tanto control?

¿En qué maneras la lengua es como ellos tres?

2. ¿Está de acuerdo o no con la frase, "el modo como usemos nuestra lengua afectará todo lo que hacemos, y a cada persona con la que tengamos contacto"? (pg. 23).

3. a. ¿Cómo se puede dominar la lengua? (pg. 25).

b. ¿Cómo es que Satanás logra que la usemos mal?

c. ¿Cómo se adquiere la sabiduría mencionada en la página 25? (Santiago 1:5).

4. ¿Cuáles son las tres clases de chismes?

SESION 7: A SER PURAS

Meta: Examinar las enseñanzas bíblicas que ponen énfasis en la pureza e identificar áreas donde necesita cambiar su modo de pensar o actuar.

Lea el capítulo 10 en LA MEDIDA DE UNA MUJER.

LA CARACTERISTICA:

1. a. ¿Por qué Dios nos creó como personas sexuales? (Génesis 1:27-28; 2:18-25).

b. ¿Cuál es el propósito de la sexualidad del ser humano? (Vea Proyecto Personal, Paso A; pgs. 96-98).

EL RETO:

7. Es importante tomar el tiempo para uno mismo para ser "esposa interesante" a su cónyuge y "madre interesante" a sus hijos. Piense en su horario. ¿Qué está haciendo para mejorarse?

Planee un tiempo especial sólo para usted esta semana. ¿Cuándo será?

¿Qué hará?

8. Ore en cuanto a su relación con sus hijos. Dé gracias a Dios por las cosas que aprecia en ellos y confíe en él por las áreas donde siente que hay necesidad de crecimiento y madurez.

¿Cuál es la característica de cada una?

EL CARACTER:

5. Lea Proverbios 6:16-19; 12:17-19; 25:9-10. Escriba en sus propias palabras lo que estas citas señalan en cuanto a la lengua y al chisme.

6. a. Lea Isaías 6:1-8. ¿Cómo se sintió Isaías respecto a sus palabras al ver la gloria de Dios?

b. ¿Cuál fue la solución?

c. De este pasaje, escriba una aplicación que se relacione con el tema del chisme.

c. Apunte algunas maneras en cómo puede manifestar el cariño diariamente.

EL RETO

7. Después de leer el Proyecto Personal (pgs. 28-30) complete el Paso A. Escoga una de las tres categorías en la que se siente más débil. Decídase hacer un cambio esta semana para mejorar en esta área y escríbalo aquí. Tal vez le ayude a ser más cumplida si lo comenta a su esposo o a una amiga.

6. a. Lea Mateo 19:13-15. Haga un contraste en las actitudes de los discípulos y de Jesús hacia los niños.

Discípulos

Jesús

b. ¿Cuándo se identifica más usted con la actitud que tuvieron los discípulos?

¿Con la de Jesús?

8. Ore en cuanto a esta área débil en su vida.

SESION 3: SER TEMPLADAS

TENER DOMINIO PROPIO

Meta: Examinar las diferentes facetas de ser templada e identificar áreas en su vida donde necesita ejercer dominio propio.

Lea capítulos 4 y 9 en LA MEDIDA DE UNA MUJER.

LA CARACTERISTICA:

1. a. ¿Qué significa para usted la palabra "templanza"?

b. ¿Cómo compara su respuesta anterior con la definición del escritor en la página 35?

c. ¿Cuáles áreas específicas de su vida están involucradas?

4. Según el punto tres en página 79, ¿qué inclinaciones culturales han afectado nuestras ideas en cómo criar a los niños y gozar de una vida familiar feliz?

EL CHARACTER:

5. a. 1 Reyes 3:16-28 cuenta una historia del amor verdadero de una mujer. ¿Cómo supo Salomón cuál fue la verdadera madre?

b. ¿Comunica su amor a sus niños solamente en tiempos difíciles?

d. ¿En qué maneras es diferente ser templada y tener dominio propio?

2. En páginas 31 y 32, el autor dice que las mujeres sin esperanza están más dadas a las bebidas. ¿Por qué esto puede ser la verdad?

¿Qué dice Efesios 5:18 a una persona que vive esta situación?

3. "Hay presiones crecientes, nuevas demandas e increíbles pretensiones en niveles de conducta" en la cultura de hoy (pg. 33).

a. Haga una lista de las presiones que la cultura ejerce sobre la mujer.

2. En la página 76, el escritor señala que en el tiempo de Pablo probablemente las mujeres tuvieron hijos por "cumplir con el deber". En la actualidad, ¿las mujeres tienen problemas en amar a sus hijos por esta misma razón?
Sí _____ No _____

¿Por qué?

3. ¿Qué puede hacer una madre cuando tiene sentimientos negativos hacia sus hijos? (Pgs. 76-81).

¿Tiene otras sugerencias en base a su propia experiencia?

SESION 6: AMAR A SUS HIJOS

Meta: Analizar los factores que están afectando su amor para con sus hijos e identificar actitudes específicas que podrían estorbar la comunicación de su cariño para con ellos.

Lea capítulo 8 en LA MEDIDA DE UNA MUJER.

LA CARACTERISTICA:

1. Lea las tres historias en páginas 72-74. Antes de tener hijos, ¿qué preguntas podría una pareja plantearse para no tener resentimientos contra ellos más tarde?

b. ¿Cuáles son algunas maneras en que ella procura escapar de sus frustraciones?

c. ¿Se pueden aplicar algunas de estas a su vida? Explique.

4. Lea otra vez el párrafo que comienza "Pero aún en este caso" (pg. 34).

a. ¿Puede pensar en algunas maneras en que esto se aplica a usted?

b. ¿Cuál es su pauta para evaluar si su conducta es aceptable?

EL CARACTER:

5. Lea Jueces 14-16.

a. ¿Qué lecciones puede aprender de la vida de Sansón en cuanto a la falta de templanza y dominio propio?

b. ¿Cómo respondió Dios a la petición de Sansón?

6. Lea 1 Corintios 9:24-27.

a. ¿Qué implican estos versículos en cuanto al propósito de tener control de uno mismo y ser consistente?

b. ¿Cómo pudieramos ser "eliminadas" de "correr la buena carrera"?

b. ¿En qué maneras describen correctamente estos versículos a su matrimonio?

EL RETO:

7. Lea nuevamente Paso A de Un Proyecto Personal (pgs. 68-69).

a. ¿Habrán áreas en su relación conyugal donde las acciones deben tener la prioridad sobre los sentimientos?

b. Si no tiene este problema ¿en cuáles áreas una mujer pudiera estar luchando para aprender a amar?

EL CARACTER:

5. Lea Efésios 5:21-33 y 1 Corintios 13. Estos son dos pasajes bien conocidos que tratan sobre el amor. Enumere algunas características de una relación amorosa según estas citas.

6. a. Proverbios 12:4 y 18:22 hablan del efecto positivo que la esposa tiene sobre su cónyuge. Escríbalos poniendo su nombre en lugar de la palabra "esposa" o "mujer".

EL RETO:

7. Lea de nuevo el Proyecto Personal al final de capítulo 4, especialmente Paso C en la página 36.

a. ¿Hay áreas en su vida donde necesita desarrollar la templanza y el dominio propio ?

b. Designe un plan para esta semana en donde puede poner en práctica estas cualidades en su vida. Escríbalo aquí. Esto le ayudará a ser responsable y cumplida.

8. Comparta su decisión con su esposo (o amiga íntima) para que le ayude a cambiar, y ore pidiendo a Dios que le dé la victoria durante esta semana.

**SESION 4: SER FIELES EN TODO
ENSEÑAR LO QUE ES BUENO**

Meta: Reconocer la sana doctrina y descubrir áreas en su vida donde no está actuando conforme a lo que cree.

Lea capítulos 5 y 6 de LA MEDIDA DE UNA MUJER.

LA CARACTERISTICA:

1. ¿Cómo define "fiel en todo" el escritor? (Pgs. 42-44).

2. ¿Qué significa "enseñar lo que es bueno"? (Pgs. 52-53, 57).

¿Cuáles dos aspectos de nuestra vida están involucrados?

3. a. ¿Cuál es la diferencia entre el amor "fileo" y el amor "agape"? (Pgs. 66-67).

b. En estas páginas, el escritor habla del proceso de aprender a amar a su esposo. ¿Cómo puede una mujer mayor servir de modelo o ejemplo para usted en este sentido?

4. ¿Está usted de acuerdo con la frase "los sentimientos de afecto pueden aprenderse"? (Pg. 69).
Sí _____ No _____

¿Por qué?

SESION 5: AMAR A SUS MARIDOS

Meta: Discutir sobre dos clases de amor y conocer maneras en cómo hechos cariñosos pueden guiar a sentimientos cariñosos en su relación con el esposo.

Lea capítulo 7 de LA MEDIDA DE UNA MUJER.

LA CARACTERISTICA:

1. Para usted ¿qué significa la palabra "amor"?

Según el autor en la página 64, ¿qué pasa cuando un matrimonio tiene problemas?

2. ¿Cuáles son las dos perspectivas que Pablo utilizaba en los conflictos matrimoniales? (Pgs. 65-66).

3. ¿Qué guías puede usar para determinar si está enseñando sana doctrina?

¿Si está oyendo sana doctrina?

4. El autor habla mucho de la importancia que tienen las mujeres mayores en ser buenos ejemplos para las jóvenes.

- a. Apunte unas cualidades que ha visto en algunas mujeres que han influido en su vida positivamente.

- b. ¿En qué formas está procurando ser buen ejemplo para las más jóvenes?

EL CARACTER:

5. Jesucristo fue el Supremo Maestro de lo que es bueno. ¿Qué clase de cosas enseñaba y por qué fue considerado como el "Maestro bueno"? (Mateo 19:16-17).

8. Haga Paso A en un Proyecto Personal de capítulo 6 (pgs. 58-59). Escoga una de las áreas en que quiere mejorar, y planee un proyecto que sea realizable. Escríbalo abajo. Ore y pida la ayuda de Dios para llevarlo a cabo.

6. Piense en la parábola de los dos hijos (Mateo 21:28-30). El padre pidió lo mismo de los dos. ¿Cuál fue más fiel?

¿Por qué?

EL RETO:

7. Lea las citas bíblicas bajo Un Desafío Final (pgs. 48-49). Escoga una o dos de estas y medite en ellas esta semana. Escríbalas en tarjetas y colóquelas en lugares visibles en su hogar u oficina para que recuerde la fidelidad de Cristo y su obra sobrenatural en su persona.