

ADORNADAS

Viviendo juntas la belleza del evangelio

HOJA DE ESTUDIO — CAPÍTULO 8

CAPÍTULO 8: Un estado mental “Sophron”: Dominio propio y pureza mental

Preguntas de Discusión

- 1. ¿Cuál fue una enseñanza principal que obtuviste de este capítulo?**
- 2. Si estás familiarizada con la canción de Billy Joel, “New York State of Mind”, ¿cómo resumirías un “estado mental sophron”? (ver p. 164)**
- 3. Lee 2 Timoteo 1:7. ¿Qué otros significados de “sophron” se expresan aquí?**
- 4. ¿Cómo expresa 2 Timoteo 1:7 lo opuesto a una mente sana? ¿De qué maneras estos pensamientos te obstaculizan?**
- 5. ¿Qué dice Filipenses 4:8-9 que debemos hacer con este tipo de pensamientos que estorban? Piensa: ¿Qué no nos ha dado Dios? ¿Qué sí nos ha dado?**

6. Lee Filipenses 4:13. ¿Qué promesa nos da el Señor aquí?
7. ¿En qué áreas necesitamos una mente sana, disciplina o dominio propio? Ahora, específicamente, revisa la lista “¿Eres sophron?” en las páginas 170-171 y selecciona solo una cualidad en la que hayas crecido y una cualidad en la que sientas que el Señor quiere que crezcas.
8. ¿Hay alguien que haya modelado el dominio propio para ti? ¿Qué has aprendido de su ejemplo que, con la ayuda del Señor, podrías imitar?
9. ¿Hay un grupo de mujeres en la iglesia con quienes podrías reunirte para ayudarse mutuamente a crecer en el dominio propio?
-

REFLEXIÓN PERSONAL

Mi versículo para memorizar:

“Pero tú habla lo que está de acuerdo con la sana doctrina. ² Que los ancianos sean sobrios, serios, prudentes, sanos en la fe, en el amor, en la paciencia. ³ Las ancianas asimismo sean reverentes en su porte; no calumniadoras, no esclavas del vino, maestras del bien; ⁴ que enseñen a las mujeres jóvenes a amar a sus maridos y a sus hijos, ⁵ a ser prudentes, castas, cuidadosas de su casa, buenas, sujetas a sus maridos, para que la palabra de Dios no sea blasfemada.... no defraudando, sino mostrándose fieles en todo, para que en todo adornen la doctrina de Dios nuestro Salvador.”

— Tito 2:1–5, 10 (Reina-Valera 1960)

✓ APLICACIÓN

¿Cómo aplicarás lo que has aprendido en esta lección? ¿Invitarás a otras mujeres a apoyarte y a compartir tus luchas?

Mi compromiso esta semana:
