

¿Cómo hablar con dominio propio?

Trimestre 3 • Lección 6

Enfoque en el Desarrollo del Carácter

1. **Conexión:** Repasar la historia de Daniel y comentar cuán poderosas son las palabras.
2. **Enseñanza:** Escuchar la historia de Nehemías y comentar cómo él habló con dominio propio (Nehemías 2:17–20).
3. **Respuesta:** Practicar para decir palabras que vivifican.

MATERIALES

- Biblia

Materiales opcionales:

- Cartel del Versículo para Memorizar
- *La Biblia en Acción*, páginas 513–515
- Páginas del Alumno
- Lápices

Devocional del maestro

En la lengua hay poder de vida y muerte.

Proverbios 18:21a

Es probable que hayas experimentado esto, las palabras que tienen el poder de destruir y las que tienen el poder de curar. Piensa en determinados casos en que las palabras de otras personas resultaron hirientes. ¿Cómo te afectaron esas palabras? ¿Cómo te hicieron sentir acerca de ti mismo? Esas palabras, ¿aún te causan dolor? Pide a Dios que te ayude a escuchar Sus palabras de vida. Mira en la Biblia, la Palabra de Dios. Deja que Dios te guíe a versículos de verdad y sanidad.

Ahora piensa en casos específicos en que las palabras de alguien te dieron vida; tal vez fueron palabras de aliento, de amor o de agradecimiento. ¿Cómo te afectaron esas palabras? ¿Cómo Dios usó palabras para ayudarte a sanar o a crecer? Dedica unos minutos a alabar a Dios por esas palabras vivificadoras. Al prepararte para esta lección, recuerda que muchos de tus alumnos han sido profundamente heridos por las palabras. Cuando prueben su paciencia, pide a Dios que les dé dominio propio para que las palabras que salgan de su boca sean vivificadoras.

Conexión familiar: Informa a los padres o tutores de tus alumnos que esta semana los niños estarán aprendiendo acerca de cómo hablar con dominio propio. Anímalos a que hablen en familia sobre el poder de las palabras. Pueden contarles de algún caso cuando las palabras de alguien les hirieron y de otro caso cuando las palabras de alguien les ayudaron.

LA LECCIÓN

1. Conexión: Repasar la historia de Daniel y comentar cuán poderosas son las palabras.

Conforme lleguen tus alumnos, pregúntales cómo mostraron dominio propio esta semana. Agradéceles por contar sus experiencias. Felicítalos por las formas en las que mostraron dominio propio.

- **Digan tres cosas que recuerdan acerca de Daniel, basadas en la historia bíblica de la semana pasada.**

Permite que varios niños respondan.

- **La semana pasada aprendimos acerca del dominio propio. ¿Quién recuerda lo que es el dominio propio?**

Pide a uno o dos niños que respondan. Si es necesario, recuérdales que el dominio propio es la decisión de decir y hacer lo correcto, aun cuando no tengamos ganas de hacerlo.

- **¿Cómo Daniel ejerció dominio propio?**

Daniel ejerció dominio propio cuando siguió el camino de Dios y se negó a comer la comida del rey. Dios estaba con Daniel y le dio fuerza.

Hoy vamos a aprender acerca de cómo hablar con dominio propio. Vamos a empezar con una actividad que muestra cuán poderosas son las palabras. Les voy a leer varias declaraciones muy diferentes. Presten atención a cómo les hace sentir cada declaración.

Lee las siguientes declaraciones lentamente y con mucha expresión:

Declaración 1: ¡Hoy es un día horrible! Ojalá no tuviera que enseñarles hoy.

Declaración 2: ¡Hoy es un día maravilloso! Estoy muy agradecido de estar aquí con ustedes.

- **¿Cómo te hizo sentir la primera declaración acerca de la clase de hoy? ¿Cómo te hizo sentir acerca de mí? ¿Cómo te hizo sentir acerca de ti mismo?**

Permite que dos o tres niños digan lo que piensan. Si es necesario, lee de nuevo la declaración 1.

- **¿Cómo te hizo sentir la segunda declaración acerca de la clase de hoy? ¿Cómo te hizo sentir acerca de mí? ¿Cómo te hizo sentir acerca de ti mismo?**

Permite que dos o tres niños digan lo que piensan. Si es necesario, lee de nuevo la declaración 2.

Lee las siguientes dos declaraciones lentamente y con mucha expresión:

Declaración 1: Simplemente no aprenderás. No importa cuánto te esfuerces. ¡Nunca vas a ser un buen alumno!

Declaración 2: Es difícil aprender, pero eres inteligente y te estás esforzando. ¡Cada día estás mejorando!

- **¿Cómo te hizo sentir la primera declaración acerca de ti mismo?**

Permite que dos o tres niños digan lo que piensan. Si es necesario, lee de nuevo la declaración 1.

- **¿Cómo te hizo sentir la segunda declaración acerca de ti mismo?**

Permite que dos o tres niños digan lo que piensan. Si es necesario, lee de nuevo la declaración 2.

Lee las últimas dos declaraciones lentamente y con mucha expresión.

Declaración 1: Eres un niño malo. Siempre te metes en problemas. ¡Deberías ser diferente!

Declaración 2: Eres especial y único. Dondequiera que vayas contagias alegría. ¡Me alegro que estés aquí!

- **¿Cómo te hizo sentir la primera declaración acerca de ti mismo?**

Permite que dos o tres niños digan lo que piensan. Si es necesario, lee de nuevo la declaración 1.

- **¿Cómo te hizo sentir la segunda declaración acerca de ti mismo?**

Permite que dos o tres niños digan lo que piensan. Si es necesario, lee de nuevo la declaración 2.

Las palabras que hablamos influyen grandemente en los demás. Todos hemos sido afectados, en buenas y malas formas, por las palabras de otras personas.

- **¿Alguna vez te han herido las palabras de alguien? ¿Cómo te sentiste?**

Permite que uno o dos niños respondan. Sólo deben decir lo que sintieron y no lo que alguien les dijo.

- **¿Cómo te sientes cuando alguien te dice algo bueno o alentador?**

Permite que los niños cuenten experiencias propias. Éste es un buen momento para que des un ejemplo de cómo has sido afectado positivamente o en forma negativa por las palabras de alguien.

Nuestras palabras son poderosas. Podemos usarlas para ayudar y animar a otros. Ese es el propósito que tienen nuestras palabras. Si no controlamos lo que decimos, nuestras palabras pueden dañar y destruir a otros. A veces, cuando estamos enojados o heridos, cuando tenemos temor, o si simplemente no pensamos en lo que decimos, nuestras palabras pueden dañar a alguien.

- **¿Cuál puede ser el resultado de decir palabras hirientes a alguien?**
- **La semana pasada aprendimos acerca del dominio propio. ¿Qué relación hay entre las palabras que hablamos y el dominio propio?**

Necesitamos dominio propio para poder controlar nuestras palabras.

Cuando perdemos el control de nuestros sentimientos y hablamos palabras de ira, frustración, dolor o amargura, podemos herir el corazón de alguien. Las palabras mal dichas pueden terminar con una amistad o ser la causa de que alguien haga algo horrible. Pueden causarle dolor a alguien por mucho tiempo, a veces aun por el resto de su vida. Hoy vamos a leer acerca de un hombre en la Biblia llamado Nehemías, que habló con dominio propio, aun cuando pudo haber sido muy difícil hacerlo.

Consejo para el maestro: Algunos de los niños de tu clase pueden haber sufrido abuso verbal.

Esas palabras han dejado en ellos heridas profundas. Por los ejemplos que han visto puede ser que sea difícil para ellos controlar lo que dicen. Ora con ellos por sanidad en este aspecto.

2. Enseñanza: Escuchar la historia de Nehemías y comentar cómo él habló con dominio propio (Nehemías 2:17–20).

Opcional: Si usas *La Biblia en Acción*, pide a los niños que rápidamente lean las páginas 513–515.

Haz un resumen del trasfondo del pasaje de hoy.

Hoy vamos a escuchar una historia de la Biblia acerca de Nehemías. Las historias bíblicas son verídicas. Años antes de la época de Nehemías, muchos israelitas vivían en su ciudad capital de Jerusalén. La ciudad estaba protegida por todos lados por murallas altas y anchas. Pero cuando los babilonios conquistaron a Jerusalén, destruyeron las murallas de la ciudad. Los israelitas que no murieron a espada fueron llevados como esclavos a Babilonia.

Cerca de setenta años después, parte del pueblo de Dios regresó a Jerusalén. Pero por mucho tiempo las murallas de la ciudad no fueron reconstruidas; ¡no hasta casi ciento cincuenta años después de que habían sido destruidas! Los israelitas que vivían en la ciudad se sentían desprotegidos. No tenían ninguna protección contra sus enemigos.

Los persas habían conquistado a los babilonios, y Nehemías que era un Israelita que se había quedado en Babilonia, trabajaba en el palacio del rey de Persia. Nehemías supo de la condición de inseguridad en la que se encontraban sus compatriotas y oró a Dios, pidiendo al Señor que le sea posible ir a Jerusalén para reconstruir las murallas. Nehemías tenía miedo de pedir al rey que lo dejara ir a Jerusalén. El rey podría decirle que no, o podría castigarlo por haber preguntado. Nehemías oró a Dios de nuevo, cuando estaba por hablarle al rey. Después de orar le pidió al rey permiso para ir a Jerusalén. ¡El rey le dijo que sí! Hasta envió a algunos de sus soldados con Nehemías para que lo protegieran en el viaje. Nehemías estaba seguro de que Dios seguiría contestando a sus oraciones. Estaba seguro de que Dios le daría a él y a los israelitas fuerza para reconstruir las murallas.

Una vez que Nehemías llegó a la ciudad, examinó las murallas en ruinas para ver qué había que hacer para reconstruirlas. Escuchen lo que Nehemías dijo a los líderes del pueblo de Dios que estaban en Jerusalén.

Lee Nehemías 2:17–18 en tu Biblia. Si es posible, comparte la imagen de Nehemías de la Biblia en Acción.

*Por eso les dije: —Ustedes son testigos de nuestra desgracia.
Jerusalén está en ruinas, y sus puertas han sido consumidas por el fuego.
¡Vamos, ánimo! ¡Reconstruyamos la muralla de Jerusalén para que ya
nadie se burle de nosotros! Entonces les conté cómo la bondadosa mano
de Dios había estado conmigo y les relaté lo que el rey me había dicho.*

Nehemías 2:17–18

Cuando el pueblo de Dios comenzó a reconstruir las murallas, algunos oficiales que no eran israelitas pero que vivían cerca de allí, se sintieron amenazados y se enojaron. Elige a cuatro niños para que pasen al frente y simulen ser personajes de la historia. Asigna a un niño para que sea Nehemías. Pídele que se pare al frente de la clase y que represente que construye un muro. Los otros tres niños deben pararse a cierta distancia del niño que hace de Nehemías. Ellos serán los tres oficiales enemigos. Todos deben representar la siguiente escena mientras la lees.

Estos oficiales no israelitas se burlaron de Nehemías y los hijos de Israel, y se rieron de ellos.

Si es posible, comparte la imagen de Burlándose de los Constructores de la Biblia en Acción.

Los tres oficiales deben gritar uno de los insultos a Nehemías. Deben actuar como si se burlaran.

“¿Qué piensan ustedes débiles israelitas que están haciendo?”

“¿Cómo piensan que los montones de polvo se convertirán en muros?”

“¿Si un animalito se subiera sobre el muro lo derribaría!”

Los niños que han actuado deben quedarse de pie o sentarse tranquilamente allí donde están.

- **¿Cómo creen que Nehemías respondió a los oficiales?**

Permite que los niños expresen sus ideas.

Vamos a leer en la Biblia lo que les contestó Nehemías.

Lee Nehemías 2:19–20.

Quando lo supieron, Sambalat el horonita, Tobías el oficial amonita y Guesén el árabe se burlaron de nosotros y nos preguntaron de manera despectiva: —Pero, ¿qué están haciendo? ¿Acaso pretenden rebelarse contra el rey? Yo les contesté:—El Dios del cielo nos concederá salir adelante. Nosotros, sus siervos, vamos a comenzar la reconstrucción. Ustedes no tienen arte ni parte en este asunto, ni raigambre en Jerusalén.

Nehemías 2:19–20

- **¿Cómo respondió Nehemías a los oficiales que se burlaron de él?**

Nehemías mantuvo la calma. No reaccionó con ira. En cambio, mostró dominio propio. Nehemías habló con confianza. Su respuesta a la burla honró a Dios. Les dijo a los que se burlaban que Dios les daría éxito, a él y a sus compañeros israelitas. No importaba lo que dijeran los oficiales para tratar de disuadir a los constructores. ¡Nehemías tuvo razón! Con la ayuda de Dios, ¡reconstruyeron las murallas en sólo 52 días!

- **Si Nehemías hubiera perdido el control de sus emociones y se hubiera enojado, ¿qué podría haber sido diferente?**

Pide a dos o tres niños que expresen sus ideas. Ellos tal vez respondan que Nehemías podría haber hecho algo enojado que después habría lamentado. Él podría haber herido a alguien y quizás lo hubieran arrestado o incluso matado. Si Nehemías se hubiera enojado, definitivamente no habría glorificado a Dios.

Quando alguien dice o hace algo que nos hace enojar, que nos hiere o nos asusta, podemos reaccionar conforme a esos sentimientos o podemos pedirle a Dios que nos ayude a hablar con dominio propio. A lo largo del libro de Nehemías, vemos que Nehemías oró a Dios en todo lo que hizo. Él quiso ir a Jerusalén, por eso oró a Dios. Tuvo miedo de hablarle al rey, por eso oró. Cuando los oficiales enemigos se burlaron de él, también oró. Nehemías llevó cada situación y decisión a Dios. Como resultado, Dios le dio sabiduría y le ayudó a ejercer dominio propio. Cuando se burlaron de Nehemías, respondió con palabras de sabiduría de Dios y dominio propio.

- **¿Qué podemos aprender de Nehemías respecto de hablar con dominio propio?**

Permite que los niños digan lo que piensan. Algunos podrían aprender de Nehemías que Dios puede ayudarles para que hablen con dominio propio. Pueden orar a Dios por cualquier motivo, así como hizo Nehemías. ¡Dios estará con ellos para ayudarles! Algunos también podrían aprender que pueden glorificar a Dios con lo que dicen.

3. Respuesta: Practicar para decir palabras que vivifican.

Vamos a leer un versículo de la Biblia que habla del poder de nuestras palabras.

Si es posible, lee Proverbios 18:21 en tu Biblia. Si utilizas el Cartel del Versículo para Memorizar, muéstralo a los estudiantes.

En la lengua hay poder de vida y muerte.
Proverbios 18:21a

- **Este versículo dice: “En la lengua hay poder de vida y muerte”. ¿Qué piensan ustedes que significa?**

Permite que los niños expresen sus ideas.

En este versículo, “la lengua” se refiere a las palabras que hablamos. ¡Las palabras son muy poderosas! Las palabras positivas pueden dar vida, alegría y ánimo a las personas. Las palabras negativas pueden derribar el ánimo. Pueden hacer que la gente se ponga triste o que se enoje. Las palabras negativas pueden dañar o herir su corazón y sus sentimientos.

Al hablar con dominio propio no siempre decimos lo primero que se nos viene a la mente. Cuando alguien dice algo que nos duele, podemos ejercer dominio propio y hacer una pausa para tomar la decisión de decir las palabras adecuadas. Hablar con dominio propio significa decir palabras que dan vida.

- **¿Cuáles son ejemplos de palabras que dan vida, que podemos decir a las personas que conocemos?**

Permite que los niños expresen sus ideas. Si es necesario, da estas sugerencias: Pueden felicitar a las personas; si alguien es divertido, amable, o experto en matemáticas, se lo pueden decir. Si alguien está triste o desanimado, pueden decirle que Dios lo ama y que son especiales para Él. Las palabras “gracias” y “lo siento” son otros ejemplos de palabras que dan vida.

Divide la clase en grupos de dos a tres niños. Diles que leerás varias situaciones. Después de cada situación, los grupos deben comentar cómo podrían responder con dominio propio. Dale un par de minutos para que comenten la situación, luego pide a uno o dos grupos que digan a toda la clase sus respuestas. Repite esto por cada situación.

Situación 1: Hay un niño nuevo en tu salón en la escuela. Él es muy inteligente y se siente orgulloso de serlo. Se burla de ti porque tienes que estudiar mucho y no entiendes bien las materias. ¿Cómo puedes ejercer dominio propio en tu forma de tratarlo?

Situación 2: Has estado muy enojada o enojado con tu amiga. Muchas veces se enferma y te pide que le ayudes a ponerse al día con sus tareas escolares. Ayer te dijo un secreto: que tiene SIDA. Ella tiene temor de que otras personas se enteren y se burlen de ella. ¿Cómo podrías ejercer dominio propio con tus palabras y decirle algo que sea vivificador?

Situación 3: Tu padre murió cuando eras pequeño. Ahora tu mamá tiene que criarlos ella sola, a ti y a tus hermanos. Ella trabaja largas horas en una fábrica y apenas gana suficiente dinero para alimentar a la familia. Una tarde, tu mamá llega a casa agotada y te grita sin razón. ¿Cómo reaccionarías si ejerces dominio propio?

Reúne a los alumnos todos juntos de nuevo.

- **¿Qué es más difícil: ejercer dominio propio al hablar con un amigo o al hablar con alguien que no le caes bien? ¿Por qué?**

Es más difícil ejercer dominio propio al hablar con alguien que no nos cae bien. Nehemías ejerció dominio propio al hablar con personas que se burlaban de él. Es difícil hacer eso; pero Nehemías no lo hizo en su propia fuerza. En la historia de hoy hemos visto que Nehemías oró a Dios, y Dios le ayudó a hacer las cosas difíciles.

Así como las palabras de Nehemías, ¡tus palabras son poderosas! Tienen poder de vida y de muerte. Piensa en una persona a quien le puedes decir palabras de vida esta semana. Puede ser un amigo, un maestro, o alguien de tu familia. Puede ser alguien con quien te llevas bien o alguien con quien generalmente no te llevas bien. Al pensar en esta persona, considera cómo podrías ejercer dominio propio al hablarle esta semana. Pide a Dios que te ayude a hablarle con dominio propio y con palabras que dan vida. Otorga tiempo a los niños para pensar y orar en silencio.

Opcional: Si usas las Páginas del Alumno, da tiempo para que los niños respondan en esas hojas.

Finaliza la clase orando sobre los niños esta bendición, basada en Proverbios 18:21.

Bendición: ¡En la lengua hay poder de vida y de muerte! Con tus palabras puedes derribar o edificar a las personas. Que Dios te dé la fuerza necesaria para que controles tu lengua y digas palabras que dan vida.

Si tienes tiempo, comparte esta canción con los niños:

"Aquí Estás" <https://youtu.be/Dj8gGf7-FVI>