

Guida allo studio

Come usare questa guida allo studio

Se hai preso in mano questo libro, è probabile che tu sia sposato o abbia intenzione di sposarti presto. Probabilmente ti sei reso conto che il matrimonio può essere una sfida o forse sei al punto di voler rinunciare. Queste domande ti aiuteranno a pensare più profondamente alle verità presentate nel libro e ad affrontare i tuoi peccati e le tue debolezze. Inoltre, aiuteranno il tuo matrimonio a crescere più robusto che mai. Ecco alcuni suggerimenti:

- Se lo usi in un piccolo gruppo, la prima domanda di ogni capitolo tende ad essere la più accessibile. Alcune delle domande successive potrebbero andare più in profondità di quanto si voglia fare in un piccolo gruppo, ma è meglio farle tutte e condividere a qualsiasi livello di profondità ci si senta a proprio agio. Spero ti confronterai onestamente con il tuo coniuge nonostante il limite di condivisione che caratterizza il piccolo gruppo.
- Se stai usando questa guida con il tuo coniuge o in un gruppo di consulenza, esamina prima le domande da solo e poi discutetele insieme. Potresti programmare un incontro settimanale con il tuo coniuge per ripassare le vostre risposte mentre vi prendere un caffè.
- Se state usando questo libro nella consulenza prematrimoniale, alcune delle domande potrebbero aver bisogno di essere adattate un po'. Parlate di ciò su cui volete lavorare o di come eviterete le insidie che non avete ancora affrontato nella vostra relazione. Sarebbe bello scrivere le vostre risposte e poi rivederle qualche anno più tardi!
- Se stai leggendo questo libro da solo perché il tuo coniuge non è interessato, queste domande sono anche per te. Dio è con te in questo percorso e ci sono molti modi in cui questo libro

può aiutare il vostro matrimonio a crescere nonostante il tuo coniuge non si stia impegnando con te.

Capitolo 1: Che cosa ti aspettavi?

1. Descrivi un momento (nel matrimonio o nella vita) in cui le tue aspettative non corrispondevano alla realtà. Quali sono stati i risultati di questa mancata corrispondenza?
2. Quali verità teologiche sono più importanti per affrontare il matrimonio con aspettative adeguate? Quali verità teologiche sono state più utili per andare d'accordo con il tuo coniuge? Quali sono invece quelle che probabilmente non stai applicando pienamente nella tua relazione?
3. Pensa ad un conflitto che hai affrontato nel vostro matrimonio. Come potrebbe l'applicazione del "già ma non ancora" della nostra realtà spirituale attuale cambiare la tua prospettiva e il tuo comportamento di fronte a questo problema?
4. Come può la Scrittura aiutarci a sviluppare la spontaneità premeditata che è descritta in questo capitolo?
5. Tripp scrive: "Dio ha deciso di lasciarti in questo mondo decaduto per vivere, amare e lavorare, perché intendeva usare le difficoltà che affronti per fare qualcosa in te che non poteva essere fatto in nessun altro modo". C'è una prova che hai affrontato che conferma queste parole? Quale prova stai affrontando attualmente a cui puoi applicare questa verità? Passa un po' di tempo in preghiera, chiedendo a Dio di operare potentemente per redimere il tuo matrimonio e i tuoi dolori.

Capitolo 2: La ragione per continuare

1. Le situazioni descritte all'inizio del capitolo sono forse più estreme di quelle che hai vissuto, ma ogni matrimonio ha dei momenti di sorpresa, sia buoni sia cattivi. Descrivi un momento di piacevole sorpresa o che ora è un ricordo divertente. Tripp afferma: "Un matrimonio basato sull'amore, sull'unità e sulla comprensione non è radicato nel romanticismo; è radicato nell'adorazione". Riflettendo a ciò che scatena le tue reazioni più intense di frustrazione o di gioia, cosa stai veramente adorando?

2. In che modo i tuoi idoli funzionali, quelle cose che adori con il tuo tempo e a cui dai valore e significato, stanno influenzando le persone a te care?
3. Pensa a una lotta che stai affrontando nel tuo matrimonio. In che modo vivere “un’adorazione che celebra Dio e trova riposo in lui” influenzerebbe questa particolare battaglia?
4. In che modo adorare Dio come Creatore, Signore sovrano e Salvatore ti darà motivo di continuare quando il matrimonio è difficile? Qual è un modo in cui puoi metterlo in pratica questa settimana?

Capitolo 3: Il regno di chi?

1. Qual è stata la prima cosa che ti ha attratto al tuo coniuge la prima volta che lo hai visto?
2. Tripp scrive: “Quello che vogliamo veramente è che il nostro coniuge ci ami tanto quanto noi amiamo noi stessi, e se il nostro coniuge è disposto a farlo, avremo una relazione meravigliosa”. Pensa all’ultimo conflitto che hai avuto con il tuo coniuge. In che modo volevi che il tuo coniuge ti amasse tanto quanto ami te stesso o che servisse il tuo regno? Come avresti potuto allentare la situazione sacrificando i tuoi desideri?
3. “È quando l’attrazione scema, i difetti si palesano e il sogno muore che il vero amore ha la sua migliore opportunità di germogliare e crescere”. Come puoi confermare questa verità nel tuo matrimonio?
4. Cosa c’è da aspettarsi da una persona se il vero amore e le priorità del regno di Dio devono essere il fulcro di un matrimonio? È un sacrificio che sei disposto a fare?
5. Come cambierebbe il tuo matrimonio se considerassi i problemi che affronti come strumenti della grazia di Dio per renderti la persona che lui vuole che tu sia?

Capitolo 4: Giorno dopo giorno

1. Elenca tre modi specifici in cui un matrimonio che è “fissato verticalmente”, in altre parole correttamente incentrato su Dio, appare diverso da un matrimonio che non lo è.
2. Qual è un’abitudine che state già avendo ogni giorno per edi-

- ficare il vostro matrimonio? Fai un *brainstorming* con il tuo coniuge su un'abitudine che potresti aggiungere per aiutare ognuno di voi a sentirsi amato.
3. Identifica un'abitudine attuale che sta distruggendo il vostro matrimonio. Quali nuovi parametri o responsabilità potresti mettere in atto per risolvere il problema?
 4. Tripp ha presentato molti esempi di "piccoli momenti" e disattenzioni che possono lentamente distruggere un matrimonio. Quale o quali ti hanno convinto? Usa questa opportunità per riconciliarti con il tuo coniuge mentre confessi i momenti in cui non gli presti attenzione.
 5. Rileggi i sei impegni di un matrimonio sano. Quale di questi stai coltivando e mettendo in pratica ogni giorno? Quale di questi ha bisogno di un po' di impegno? Pensa ad alcuni cambiamenti pratici che vorresti fare questa settimana per riprendere ad avere un matrimonio sano.

Capitolo 5: Confessare

1. Tripp afferma che "la mancanza di speranza è un modo di vedere e non uno stato d'essere". Cosa pensi che significhi questa affermazione e come si applica al matrimonio?
2. Credi che il tuo più grande problema coniugale sia il tuo stesso peccato? Cosa servirebbe per portarti a riconoscere che è vero?
3. Qual è una cosa sconsiderata o imprudente che fai ora e che non avresti mai pensato di fare prima del matrimonio? Come sta influenzando il tuo coniuge e il tuo matrimonio? Se non sai rispondere a questa domanda, chiedi al tuo coniuge e sii pronto ad ascoltare con spirito umile evitando di difenderti.
4. Il vostro matrimonio mostra due qualità essenziali: *l'umiltà nell'approcciabilità* e *il coraggio dell'amorevole onestà*? Quando è stata l'ultima volta che tu e il tuo coniuge avete avuto una conversazione che ha mostrato queste caratteristiche? Come potete coltivarle?
5. Ripassa le nove abitudini quotidiane di uno stile di vita che si basa sulla confessione presenti alla fine del capitolo. Quale consideri la più difficile? Quale passo farai questa settimana per coltivare la grazia della confessione?

Capitolo 6: Cancellare i debiti

1. Hai mai dovuto risarcire un debito finanziario o ti è mai stato condonato? Descrivi la situazione. Come ti sei sentito?
2. Tripp descrive una progressione che molte coppie affrontano: mostrare immaturità e fallire; avvilupparsi in stili di vita confortevoli; stabilire difese; nutrire antipatia; diventare oppressi; invidiare altre coppie; fantasticare sulla fuga. Quali di questi problemi hai affrontato nel vostro matrimonio? Quali modelli sani hai messo o vuoi mettere in pratica per uscire da questa progressione?
3. Qual è l'*impegno verticale* incentrato sul perdono che risulta in una *transazione orizzontale*? Come hai visto questi due fattori operare nei momenti di riconciliazione che riguardavano il tuo matrimonio o altre relazioni? Hai mai provato a perdonare orizzontalmente senza iniziare dalla tua relazione con Dio? Perché non funziona?
4. Quali sono alcuni esempi di momenti in cui hai o non hai bisogno di chiedere perdono al tuo coniuge? Perché è importante fare questa distinzione sia a livello teologico sia a livello relazionale?
5. Quali sono i benefici del perdono nel matrimonio? Come li hai visti operare nel tuo matrimonio?

Capitolo 7: Estirpare le erbacce

1. Se il vostro matrimonio fosse un giardino, che aspetto avrebbe? Cosa vedono i passanti quando guardano ciò che state coltivando nella vostra relazione? Con quale delle insidie menzionate lotti di più: egoismo, disimpegno, disattenzione, moralismo, paura o pigrizia? Come influisce questo sul tuo coniuge? Se non sei sicuro, chiediglielo con umiltà e mente aperta.
2. Quali sono alcune cose che vorresti demolire o sradicare nel tuo matrimonio per renderlo più forte? Sii onesto e aperto con i tuoi sentimenti; ascolta cosa ha da dire il tuo coniuge senza giudicare o essere difensivo.
3. Quali sono invece alcune cose che vorresti costruire o coltivare nel tuo matrimonio per renderlo più forte? Sii onesto e aperto

con i tuoi sentimenti; ascolta cosa ha da dire il tuo coniuge senza giudicare o essere difensivo.

4. Qual è una cosa pratica che farai questa settimana per estirpare le erbacce nel tuo giardino matrimoniale?

Capitolo 8: Piantare i semi

1. Quale abitudine ti sei sforzato ad eliminare? Cosa hai fatto per raggiungere l'obiettivo? In che modo gli insegnamenti appresi potrebbero applicarsi al vostro matrimonio?
2. Galati 5:15 dice: "Se vi mordete e vi divorate a vicenda, guardate di non essere consumati l'uno dall'altro". Pensa ad una occasione in cui sei stato aggressivo e cattivo con il tuo coniuge. Cosa è successo dopo? Come puoi evitare che piccoli atteggiamenti peccaminosi e aggressivi diventino distruttivi?
3. Influenzi positivamente o negativamente i pensieri che il tuo coniuge ha su sé stesso, sul mondo e su Dio? Come potrebbe cambiare il modo in cui ti relazioni con il tuo coniuge se ti rendessi conto di influenzare la sua vita?
4. Tripp scrive: "Un matrimonio consiste nel sapere a cosa dire di no". Cosa intende dire con questo e come lo hai verificato nel vostro matrimonio? Di quali frutti dello Spirito (elencati in Gal. 5:22-23) ha più bisogno il tuo matrimonio in questo momento? Qual è una cosa pratica che farai questa settimana per servire il tuo coniuge con amore?
5. Il frutto dello Spirito, insieme a qualsiasi altro aiuto che troviamo per il nostro matrimonio, si trova solo combattendo la battaglia spirituale presente nel tuo cuore con la potenza dello Spirito Santo. Sei pronto a combattere la battaglia? E se sì, come hai intenzione di farlo?

Capitolo 9: Sporgere il collo

1. Cosa diresti a Guglielmo e Cristina se venissero da te per chiederti un consiglio?
2. Dopo aver risposto al questionario sulla fiducia, come valuteresti il vostro matrimonio? Quali risposte ti hanno sorpreso o sfidato?
3. Qual è una cosa che il tuo coniuge fa o può fare per far crescere

la tua fiducia in lui o lei? Ora chiedi al tuo coniuge qual è una cosa che fai o puoi fare per far crescere la sua fiducia in te.

4. Qual è una cosa che il tuo coniuge fa a volte che diminuisce la tua fiducia in lui o in lei? Ora chiedi al tuo coniuge qual è una cosa che a volte fai tu che diminuisce la sua fiducia in te?
5. Tenendo conto delle tue risposte alle domande 3 e 4, qual è un'abitudine che puoi iniziare ad avere questa settimana per far crescere più fiducia nel vostro matrimonio? Per esempio, se non riesci a prestare attenzione a ciò che dice il tuo coniuge, potresti trovare un modo per programmare un momento durante la giornata per parlare insieme. O se ti stai lamentando del tuo coniuge con gli altri, potresti aver bisogno di chiedere ai tuoi amici di aiutarti nella rendicontabilità.

Capitolo 10: Qualcuno di cui fidarsi

1. Ripensando ai primi anni del vostro matrimonio, quali sono state alcune cose che avete fatto bene durante questo "laboratorio di fiducia"? Quali sono state invece alcune delle cose che avete fatto male? Oppure, se non siete ancora sposati, quali cose pensate di fare per iniziare ad accrescere la vostra fiducia reciproca appena vi sposerete?
2. Pensa alla tua ultima discussione con il tuo coniuge: in che modo ripensare al conflitto, tenendo a mente ciò che abbiamo detto sulla fiducia, potrebbe averti aiutato a risolverla meglio, più velocemente o in modo più soddisfacente?
3. In che modo accrescere la tua fiducia in Dio potrebbe aiutarti ad essere un coniuge migliore?
4. Quali degli elementi che costruiscono la fiducia, elencati nel capitolo, sono più impegnativi per te: essere chiaro, essere fedele alla parola data, affrontare i tuoi errori, prenderti cura dell'altra persona, non tenere il broncio a lungo, o ricordare che la fiducia è guerra? Perché ti è difficile? Quali sono alcuni modi pratici in cui potresti iniziare a lavorare su quest'area di debolezza?
5. Dedica un po' di tempo questa settimana per parlare e ascoltare il tuo coniuge, e pregare con lui su come accrescere la fiducia nel vostro matrimonio. Questa conversazione deve essere

continua, non solo un evento occasionale!

Capitolo 11: “All you need is love”

1. Descrivi la prima volta che hai detto “ti amo” a qualcuno. Che significato aveva per te quando l’hai detto per la prima volta? Cosa significa per te adesso?
2. A cosa ti sei adattato nel matrimonio considerandolo “normale” nonostante non debba esserlo?
3. Hai mai pensato all’unità in questo modo: “L’unità risulta quando l’amore si interseca con la differenza”? Sei d’accordo o no con questa affermazione? Perché?
4. Noti qualcuno dei segni di siccità nel tuo matrimonio: disunione, incomprensione, separazione, incapacità di agire o conflitto? Quali di queste cose potreste essere prossimi ad affrontare? Come avete intenzione di impegnarvi per rinnovare l’area nella quale siete mancanti?
5. Ci sono modi in cui ti sei accontentato di un amore fasullo piuttosto che fare il lavoro necessario per costruire il vero amore insieme al tuo coniuge? In quali aree specifiche ti stai accontentando di qualcosa di minore rispetto al meglio che Dio ti offre? Tra queste aree di forza, su quale vuoi investire di più?

Capitolo 12: Pronto, volenteroso e disposto ad amare

1. Rileggi il testo sull’amore in 1 Giovanni 4. Quali sono le caratteristiche dell’amore cruciforme descritto in questi versi?
2. In quali modi hai dimostrato questo tipo di amore al tuo coniuge? In quali modi hai rifiutato di offrirgli questo tipo di amore?
3. In quali modi ti aspetti implicitamente (o forse esplicitamente) che il tuo amore sia ricambiato piuttosto che offrirlo come un sacrificio incondizionato?
4. Tripp scrive: “Forse uno dei peccati più misconosciuti nel matrimonio è il peccato di dimenticanza”. Cosa intende dire con questo? In che modo lo hai verificato?
5. Rispondi alle domande auto-valutative poste nel capitolo: il vostro matrimonio è alimentato, mosso e motivato da un amore reale che adora Dio, che è focalizzato sull’altro, che

dona sé stesso e che è disponibile? Hai preso e stai vivendo questo impegno? Dove hai bisogno di ricercare il perdono e di impegnarti in maniera nuova e migliore?

6. Quali delle descrizioni di ciò che l'amore è trovi difficili? Qual è una cosa che puoi fare questa settimana per lavorare sulla tua area di maggiore debolezza?

Capitolo 13: Stupenda grazia

1. Quali sono state alcune delle prime differenze che hai notato tra te e il tuo coniuge?
2. Quali differenze hanno causato il maggior attrito tra di voi? Quali sono le differenze che avete imparato ad apprezzare di più e perché?
3. Come può una visione più solida della sovranità di Dio trasformare il modo in cui vedi le differenze tra te e il tuo coniuge?
4. Qual è un modo in cui puoi celebrare le differenze tra te e il tuo coniuge questa settimana?
5. Cosa significherebbe per voi interpretare le vostre lotte matrimoniali come parte del piano di Dio e un segno della sua grazia, piuttosto che un'interruzione del suo piano o un ostacolo alla grazia? Come cambierebbe la vostra vita matrimoniale quotidiana?
6. Qual è una differenza tra te e il tuo coniuge che ti ha cambiato in meglio? Qual è quella che potrebbe migliorarti se la accettassi?

Capitolo 14: Prima del buio

1. Affrontiamo la realtà dando un nome al problema. Se consideri onestamente il vostro matrimonio, qual è una cosa che ti infastidisce veramente nel modo di fare del tuo coniuge? Quali aspetti della personalità o dell'educazione familiare hanno contribuito a questo modo di fare?
2. Perché consideri essere un problema l'aspetto che hai identificato nella domanda precedente? Perché questa particolare cosa ti fa arrabbiare? Ripensa alla tua personalità e alla tua educazione mentre cerchi di capire cosa sta realmente accadendo.

3. Come puoi sollevare questa questione con il tuo coniuge in modo costruttivo, utile e incoraggiante?
4. Quali risorse ti ha dato Dio per edificare il tuo matrimonio? In quale modo potresti usare queste risorse in modo migliore?
5. Tripp scrive: “La vostra speranza per un matrimonio duraturo e amorevole si trova in un solo posto: l’amore di Dio per voi”. Vivete come se questo fosse vero? Come potresti cambiare le tue parole e le tue abitudini in modo da affidarti veramente all’amore di Dio affinché trasformi il tuo matrimonio?

Capitolo 15: Occhi ben aperti

1. Come puoi distinguere concretamente la differenza tra coniugi “uniti e che combattono insieme contro le cose che minacciano il loro matrimonio” e coniugi che “combattono separatamente, legandosi al dito i torti dell’altro, rendendo il matrimonio difficile?” Quale delle due dinamiche descrive meglio il vostro matrimonio? Se è la seconda, quando è avvenuto questo subdolo cambiamento?
2. La maggior parte dei matrimoni sono una combinazione di lavoro e pigrizia. Quali prove dimostrano che ti stai impegnando nel tuo matrimonio? Quali prove dimostrano che ti stai lasciando andare?
3. Cosa puoi fare questa settimana per mostrare attenzione e apprezzamento nei confronti del tuo coniuge?
4. Identifica un’abitudine nel tuo matrimonio e che hai smesso di avere. Come potresti riprenderla?
5. Tripp scrive: “Dio vuole che il vostro matrimonio sia uno strumento guidato dalle sue mani sagge e amorevoli per salvarti dal tuo regno egoistico e trasformarti in una persona che vive per niente di meno che il suo regno, la sua giustizia e la sua gloria”. In che modo ti stai impegnando per raggiungere questo obiettivo? In quali modi tendi ad essere pigro, a fregartene e addirittura a porre degli ostacoli ai modi in cui Dio vuole farti crescere?

Capitolo 16: In ginocchio

1. Quanto spesso preghi per il tuo coniuge e per il tuo matrimonio? Quando è stata l’ultima volta che hai pregato con il tuo

- coniuge? Sei soddisfatto di queste risposte? Se no, cosa vorresti fare di più?
2. Leggendo questo libro, in quale aspetto della tua peccaminosità sei stato recentemente ripreso?
 3. La tua vita matrimoniale assomiglia ad “un’oscillazione costante tra il peccato e la grazia”? Se la risposta è negativa, cosa manca affinché sia un elemento della tua relazione?
 4. Considerando ogni frase separatamente, descrivi come pregare usando il Padre Nostro come modello potrebbe aiutare il tuo matrimonio. Quali realtà teologiche ti ricordano queste parole sacre? Come dovrebbero essere applicate nel contesto matrimoniale?
 5. Prega il Padre Nostro con il tuo coniuge, se possibile, concentrandoti specialmente sulle aree del matrimonio nelle quali state lottando.

Capitolo 17: Adorazione, lavoro e grazia

1. Dopo aver letto questo libro, come è cambiata la tua comprensione dei motivi delle tue lotte matrimoniali?
2. Se dovessi dare un consiglio ad una giovane coppia che sta pensando di sposarsi, come definiresti lo scopo del matrimonio?
3. Tripp elenca diverse caratteristiche di un matrimonio in cui la vita delle persone è plasmata dall’adorazione di Dio. Come hai visto migliorare gli aspetti del tuo matrimonio quando ti sei concentrato sulla tua relazione con Dio? Quale aspetto potrebbe essere migliorato? Hai qualcosa da aggiungere a questa lista? C’è qualche altro aspetto in cui la vera adorazione di Dio aiuta la relazione matrimoniale?
4. Dando un’occhiata all’elenco che mostra cosa vuol dire impegnarsi veramente nel duro lavoro che rende bello un matrimonio, quali sono le cose che stai facendo bene e meno bene? Su cosa potresti lavorare questa settimana?
5. Sapendo che il segreto per migliorare il tuo matrimonio è amare Dio di più, quali sono alcuni passi pratici che farai per accrescere la tua relazione con lui? Condividili con il tuo coniuge e chiedigli rendicontazione.
6. Quando mediti sulla grazia di Dio e le possibilità di ciò che può

Matrimonio

fare in un matrimonio in cui le persone sono disposte a mettere al giusto posto l'adorazione e l'impegno, quali speranze nutri per il tuo matrimonio?