

Seminario Teológico de Puerto Rico

Evaluando Mi Realidad Espiritual

Curso SF503

Iniciación en Dirección Espiritual

Profesor Dr. Javier Gómez Marrero

Derek H. Cardona Abreu

17 de noviembre de 2021

Avalúo- Senderos Espirituales

Los resultados de este avalúo se tabulan para identificar los senderos espirituales y clasificarlos desde el preferido, siendo este el de mayor puntaje y así sucesivamente hasta el de menor puntaje. Los senderos espirituales descritos en el avalúo son los siguientes: Relacional, Intelectual, Adoración, Activista, Contemplativo, Servir y Creación. Los puntajes obtenidos por sendero espiritual fueron los siguientes: Adoración 19 puntos, Activista 18 puntos, Servir 16 puntos, Relacional 13 puntos, Creación 9 puntos, Contemplativo 7 puntos e Intelectual 6 puntos.

Como reacción inicial pensaba que Servir iba a ser mi sendero espiritual con mayor puntaje y el Contemplativo el sendero espiritual con menor puntaje. Siento que conecto mejor con Dios al realizar cosas para otras personas, para la iglesia, en resumen, para Él. En cuanto al silencio, digamos que casi siempre estoy escuchando música, algún audio libro o conversando. Ya que pocas veces estoy en silencio por esto entendía que iba a ser mi sendero espiritual con la puntuación más baja.

Los resultados obtenidos califican la Adoración y Activista como mis senderos espirituales preferidos, con mayor puntuación; Intelectual y Contemplativo con los de menor puntuación. Reflexionando en este tema de la Adoración una de las preguntas en la que estoy muy de acuerdo y habla de mí es que “Me gusta como todos los problemas del mundo – incluyendo los míos- parecen menos graves cuando estoy adorando a Dios en el templo”. Cuando centro mi mente en Dios y fluyo en el cantico y en la música, por un momento olvido los problemas que están a mi alrededor. Aún cuando realizo mis tareas académicas tengo música de adoración de fondo.

Mi hermano mayor esta pasando por un momento de salud un poco difícil. Esta lidiando con la enfermedad del cáncer y una de las canciones que estaba escuchando es “Esperaré En Ti (Wait On You)” de Elevation Worship. Mientras cantaba la canción, sentí la presencia de Dios y meditaba que en esta situación que estamos viviendo como familia, esto me llevo a reafirmar mi fe y a poner mi esperanza en Dios, esperando en Él. Actualmente soy parte del grupo de Adoración de la iglesia, ayudo cantando y en ocasiones proyectando las canciones en las pantallas.

En el sendero espiritual de Activista, una de las preguntas con la que me identifique fue “Me frustra la apatía de las personas frente a la injusticia”. Una experiencia vivida, donde marcadamente experimente esta realidad fue en mi área de trabajo luego del paso del huracán

María. La empresa requirió que el grupo de recuperación se personara en las facilidades para reestablecer las operaciones de la planta de manufactura. Debido a los estragos del huracán muchas familias no tenían cuidado para sus hijos. Varios empleados preguntaron que si había algún espacio para llevar a sus hijos adolescentes a la empresa y la respuesta inicial fue que no podían. Pero personal de administración llevaron sus hijos, en ese momento me frustré y me enojé por la indiferencia hacia a los que tenían la misma necesidad de llevar a sus hijos al trabajo. Al final, luego de varios días se les permitió a todos los empleados llevar a sus hijos adolescentes. Sentí mucha satisfacción cuando a todos los empleados se le dio la misma oportunidad.

Repasando en las preguntas relacionadas al sendero espiritual Intelectual pudiera decir que es una de las áreas que tengo oportunidad de mejorar. Todas las preguntas relacionadas a la lectura tuvieron puntajes bajos, ya que siendo sincero no tengo la disciplina de leer, y en algunos casos fallo de no leer la Biblia. Aun cuando me gusta aprender, no separo o dedico tiempo para leer y es por tal razón fue el sendero con la menor puntuación. Soy consiente que es vital que desarrolle la disciplina de la lectura a fin de poder crecer y madurar en la fe cristiana y en temas generales.

Por último, el otro sendero espiritual con menor puntuación fue el Contemplativo. Reconozco que tengo que mejorar en términos de separar tiempo en silencio y reflexión. Confieso que vivo una vida bastante ocupada, con muchos compromisos, y no soy intencional en separar tiempo de reflexión. Esto en algunos casos me ha llevado a estar bastante abrumado con las situaciones que vivo.

Este avalúo me llevo a reflexionar en mi realidad. Tengo que seguir trabajando y disfrutando mi tiempo de adoración, al igual que seguir ayudando a otros siendo compasivo aun cuando esté en una situación favorecedora. Considero que muchas personas se hacen indiferentes a los demás por que en están en posiciones de poder, pensando ser superiores. En la medida que Dios me ayude, estaré dispuesto asumir posturas que lo representen a Él y ayuden a otros. En cambio, dentro del sendero espiritual Intelectual y Contemplativo tengo mucha oportunidad para mejorar. Tengo que intencionalmente separar tiempo para lo siguiente: leer la Biblia, leer literatura que me ayude a mi crecimiento espiritual y personal, y practicar el silencio para reflexionar en la palabra de Dios y sobre mi vida.

Reconozco que si trabajo con estas áreas de oportunidad veré a Dios mas real en mi vida y podre vivir experiencias que me acercaran mas a Él. Tengo que poner manos a la obra.

Espiritualidad Emocionalmente Sana Libro de Peter Scazzero

Capítulo 2: Conócete a ti mismo para que puedas conocer a Dios. *Cómo convertirse en un ser autentico.*

Expresa Scazzero que “Dios creó a los seres humanos para que sintiéramos una gran cantidad de emociones.” (pg. 42) Las emociones son por tanto parte legítima de la forma en que fuimos creados por Dios. Esta verdad resulta liberadora sobre todo cuando pensamos que no debemos sentir “x” o “y” emoción negando o disfrazando la misma mediante la colocación de una careta, aparentando que todo está bien. Esto es algo que me confrontó, ya que en muchas ocasiones actuaba en contra de lo sentía o no admitía lo que realmente estaba pasando. En ocasiones el resultado de esta actitud me hizo sentir peor. Al leer esto siento paz en el hecho de que para ser sano debo admitir mis emociones, a fin de poder trabajar con ellas.

En la sección titulada “La gran tentación de ser falso” (pg. 49) se explican tres falsas identidades que Satanás nos ofrece. Estas tres mentiras, son las siguientes: *Soy lo que hago* (comportamiento), *Soy lo que tengo* (posesiones) y *Soy lo que otros piensan* (popularidad). Con relación a la primera mentira expreso que: “Mi trabajo y mi posición no define quien es Derek”. Con respecto a la segunda mentira me digo: “Derek, tu identidad no está definida por lo poco o mucho que tienes. No está definida por cuando ganas al año”. Confieso que esto es algo con lo que ocasionalmente lucho.

En momentos dados me encuentro pensando en mi salario, si debería ganar más o pensando si es suficiente. Estoy claro que mi identidad no está ligada a mis posesiones ni a mi salario, pero debo evitar caer en el juego de que tengo que ganar más dinero. Por que a veces me siento abrumado pensando que tengo que seguir haciendo más para incrementar mi salario. Y realmente lo que tengo que hacer es poner mi fe en Dios que es mi proveedor y de Él viene todo lo que tengo.

Respecto a la tercera mentira afirmo que: “Mi valor no está ligado a la opinión de los demás”. Hoy en día las redes sociales nos han llevado a pensar que la cantidad de “likes” en una foto o en un comentario es lo que completa nuestra felicidad. Hay personas que se desviven por esto, y muestran un falso yo para obtener la aceptación de otros. Lo que realmente importa es lo que dice Dios sobre mí.

Bajo el tópico “Diferenciación: cómo ser fiel a tu ser verdadero” (pg. 58) Scazzero hace una adaptación de la escala de Bowen sobre la diferenciación. Cuando analizo esta escala me

ubico entre 50-75. En ocasiones fallo en poder oír sin reaccionar y comunicarme sin llevarle la contraria. De vez en cuando lucho en mi interior para no sentir la necesidad de querer cambiar a algunas de las personas que están a mi alrededor. Esporádicamente me he sentido autosuficiente y no reconozco la dependencia en los demás. Por las razones antes mencionadas no me ubico en el nivel de 75-100.

El autor en la sección “Cómo desarrollar tu ser autentico” (pg. 61) presenta cuatro verdades practicas para comenzar a realizar la transición radical de vivir fielmente según nuestro ser verdadero en Cristo. (1) Presta atención a tu interior en silencio y en soledad, (2) Encuentra compañeros de confianza, (3) Sal de tu zona de comodidad y (4) Ora para pedir valor.

Evaluando estas verdades encuentro la siguiente no fortalezas; tengo muchos compromisos en mi vida (distracciones), tengo que detenerme y para poder escuchar mis sentimientos, mis sueño y anhelos y poder escuchar a Dios. Como fortaleza, cuento con un grupo de personas de confianza donde me siento libre de poder abrir mi corazón para expresar lo que realmente siento y lo que estoy viviendo. Personas que no tendrán reparo de confrontarme si es necesario. Estoy muy agradecido de Dios de ponerlos en mi camino.

Capítulo 5: Agrandas tu alma a través del dolor y la pérdida. *Renunciar a tus limites.*

No podemos huir de la realidad, la verdadera vida espiritual es un compromiso absoluto con la realidad. Si con valentía enfrentamos el proceso de la perdida llegaremos a obtener conocimiento de nosotros mismos y experimentaremos una transformación poderosa. Como menciona el capitulo, Dios puso limitaciones a nuestro alrededor para mantenernos humildes.

En “Bajar nuestros escudos de defensa” (pg. 129) el autor describe los mecanismos de defensa más comunes. *Negar, Minimizar, Culpar a otros, Culparnos a nosotros mismos, Racionalizar, Intelectualizar, Distraer y Ponerse hostiles.* En mi relación de noviazgo una de las cosas con las que trabajo con mi novia es con el mecanismo de defensa de Distraer. La mayoría del tiempo soy yo quien inicia la conversación para resolver y traer resolución a los problemas. Inclusive me ha dicho que siempre estoy enfocado en lo negativo, como el ejemplo que menciona el libro. Tengo claro que la única forma de crecer y mejorar es dialogando, inclusive los temas negativos. En el diálogo sincero es donde nos conocemos y realmente mostramos quienes somos.

En la sección “La aflicción bíblica en Job: el camino de Dios hacia nuevos comienzos” (pg. 132) se nos presenta cinco fases diferentes de aflicción bíblica que son fundamentales en nuestro caminar con Jesús. (1) Prestar atención, (2) Esperar en el punto intermedio de la confusión, (3) Aceptar el don de los límites, (4) Trepar la escalera de la humildad y (5) Dejar que lo pasado dé a luz lo nuevo. En estos momentos mi hermano mayor está pasando por un proceso de salud, recuerdo que al principio y antes de comenzar su primer tratamiento de quimioterapia nos reunimos como familia para, como dice el libro, prestar atención a la tristeza y confusión que estábamos viviendo. Fue un momento muy refrescante por que pudimos dialogar y proveer palabras de aliento y al final terminamos con una oración.

Confieso que la mayor parte del tiempo prefiero tener el control, esto relacionado al punto número dos, el libro cita Salmos 37:7 “Guarda silencio ante el SEÑOR, y espera en Él con paciencia” (pg. 136). Tengo que practicar más el esperar en Dios guardando silencio y sin actuar. Reflexionando en el punto tres me digo: “Derek tienes que reconocer que tienes límites”. Específicamente en el trabajo me comprometo en hacer muchas tareas adicionales a las inherentes a mi posición lo que provoca en la mayoría de las veces atrasos en mis deberes, completando los mismos a último minuto. Estoy en un proceso de ajuste, ya que reconozco que el tiempo no es ilimitado.

Capítulo 6: Descubre los ritmos del Oficio Diario y el Sabbat. *Detenerse para respirar el aire de la eternidad.*

Este capítulo comienza hablando sobre una soga que salvaba la vida de granjeros en los Estados Unidos, ellos ataban la soga a la puerta trasera de su casa hasta el granero y cuando llegaban tormentas en las que no podían ver nada, utilizaban la soga para regresar a salvo al hogar. Menciona que el Oficio Diario y el Sabbat son esas sogas que nos llevan de regreso a Dios en las tormentas de la vida. Desde el comienzo del capítulo me veo reflejado en “hacemos tantas tareas diferentes que no somos conscientes de estar haciendo tres cosas al mismo tiempo” (pg. 146) y “son muchos los que están programados en exceso, tensos, adictos a la prisa, frenéticos, preocupados...” (pg. 146).

La intención del Oficio Diario y el Sabbat es detenernos para rendirnos a Dios en toda confianza. En la sección “Los elementos centrales del Oficio Diario” (pg. 153) se enumeran cuatro elementos centrales: (1) Detenerse, (2) Centrarse, (3) Silencio y (4) Las escrituras.

Scazzero explica que el detenerse es la esencia del Oficio Diario y que tiene que ser un tiempo donde no tengamos apuros para que las lecturas y las oraciones penetren profundamente en nuestro espíritu. Centrarse, es el tiempo necesario para alejarse de las tensiones, distracciones y sensaciones, con el fin de comenzar a descansar en el amor de Dios. El Silencio, consiste en calmar cualquier voz interna y externa para servir a Dios. Aquí con toda sinceridad confieso que no me detengo, cuando saco tiempo para orar la mayoría del tiempo lo hago con un tiempo seleccionado. Las Escrituras, se refiere a sacar tiempo para leer y meditar en las sagradas escrituras. Al igual que no dedico tiempo para centrarme, no practico el silencio y saco poco tiempo para leer la Biblia.

En la sección “Los cuatros principios del Sabbath bíblico” (pg. 160) menciona: (1) Detenerse, (2) Descansar (3) Disfrutar y (4) Contemplar. “Detenerse” es parte del sentido literal de la palabra hebrea *Sabbat*. Pensamos que no podemos detenernos hasta no terminar nuestros proyectos y trabajos. No bien terminamos algo y otra cosa ocupa su lugar. Parece que 24 horas no son suficientes. Sin embargo, tenemos que detenernos, admitir que tenemos limites y que podemos confiar en Dios, pues el mundo sigue su curso. Tengo que aprender detenerme y poner mi confianza en Dios. Mi mundo y sus circunstancias no se van a desplomar si hago una pausa.

Detenerse esta relacionado con “Descansar”, nos dice el autor que; “Cuando nos detenemos y descansamos, respetamos nuestra humanidad y la imagen de Dios en nosotros.” Esto realmente me confronta porque podemos decir que nos faltamos el respeto a nosotros mismos y a Dios cuando no lo hacemos. Scazzero expone una lista de cosas en las que debemos descansar y sugiere que hagamos inicialmente una selección de uno o dos e iniciemos la práctica de descansar de estas por los próximos meses. El listado incluye: trabajo, cansancio físico, apuros, tareas múltiples, competitividad, preocupación, toma de decisiones, ponerte al día en los tramites, hablar y la tecnología.

“Disfrutar” es el otro componente del Sabbath. Nos dice el autor que es un llamado a; “disfrutar y deleitarnos en la creación y sus dones.” (Pg. 165) Es un ir mas despacio en la vida, como si estuviéramos participando de una danza. La mayoría del tiempo voy de prisa, esto lo identifico como una no fortaleza, la prisa la mayoría del tiempo no permite que disfrutemos el momento que estamos viviendo. Finalmente “Contemplar”, lo que esta relacionado a la consagración a Dios. Incluye la meditación en Su amor que no cambia respecto a nosotros.

Todos estos elementos de Sabbat requieren que seamos intencionales. En la práctica judía, estos se preparaban de antemano para la celebración del Sabbat.

Capítulo 7: Crece como un adulto emocionalmente maduro. Aprender nuevas técnicas para amar bien.

En este capítulo el autor inicia presentándonos el problema de la inmadurez emocional. En la vida nos preparamos con habilidades y competencias, pero muchas veces no lo hacemos para llegar a ser adultos emocionalmente. Aun cuando tengamos una edad cronológica que nos describe como adultos, podemos ser bebés, niños o adolescentes emocionalmente hablando. Luego de describir las características emocionales dentro de estas categorías nos reta hacia la búsqueda de la madurez emocional de un adulto. Esta inicia reconociendo que nuestra relación con Dios también incluye la relación con los demás. Nuestro amor a Dios también demanda el espacio de otros en nuestra vida. El pasaje bíblico que mejor revela esta verdad lo tenemos en Mateo 22:37-40, donde Jesús nos dice; “Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente. Este es el primero y grande mandamiento. Y el segundo es semejante: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. De estos dos mandamientos depende toda la ley y los profetas.”

El amor del adulto emocional que nos muestra Jesús, era su relación con el Padre y como se relacionaba con la gente amándoles y teniendo compasión. Fue criticado por los líderes religiosos por que comía y se sentaba con pecadores y publicanos. Nuestra tendencia es que los demás sean como nosotros, actúen como nosotros y hagan las cosas como nosotros las hacemos. Esta actitud no refleja al adulto emocional. El adulto emocional reconoce que hay dos mundos, “Mi Mundo” y “Tu Mundo” y como expresa el autor; “Reconocer la naturaleza única y la individualidad de cada ser humano de la tierra es de crucial importancia para la madurez individual” (Pg. 180). El autor bajo el tópico “Madurez emocional y conflicto” (pg. 182) nos dice que otro aspecto de esta relación es nuestra capacidad para resolver nuestros conflictos con madurez. Resalta el papel de pacificadores. Este no es una negación al conflicto sino la búsqueda de una solución verdadera. Para lograr la misma señala la importancia de hablar y escuchar, el respecto a los demás, el cuidado de no suponer cosas de los demás, la clarificación de las expectativas y el cuidado con las alergias y desencadenantes. Respecto a esta última, el autor nos habla de la forma en que reaccionamos. Compara estas reacciones a las alergias que

experimentamos en lo físico, las llama *alergias emocionales*. Define estas alergias como; “reacciones intensas ante algo del presente de nos recuerda, consciente o inconscientemente, un acontecimiento del pasado” (Pg. 191).

Al reflexionar sobre este capítulo idéntico que tengo las siguientes fortalezas: Respeto a los demás, pero puedo verme luchando internamente con la necesidad de querer cambiar a las personas; Pudiera verme tratando de tranquilizar a los demás por miedo a la forma en que van a reaccionar; En ocasiones lucho con concentrarme en una conversación y a veces he fallado en no responder a lo que se me está compartiendo y hablar rápido de otro tema o de lo que tengo en la mente.

También identifico las siguientes fortalezas: Aun cuando estoy bajo presión, puedo reafirmar mis creencias y valores con respeto y sin enemistades; Puedo evaluar con precisión mis fortalezas y debilidades, y soy capaz de discutir acerca de ellos libremente con los demás; No veo a las personas como objetos; En cuanto al respeto yo me doy y les doy a los demás el derecho de que se nos diga la verdad.

Avalúo- Aptitudes

Este avalúo define competencias o aptitudes como 'una combinación de conocimiento y perspicacia, mentalidad y habilidad que es perceptible en el comportamiento de uno y que es utilizado para lograr objetivos en la práctica '. Los resultados de este avalúo indican cómo se ha calificado en 16 competencias fundamentales en comparación con la población activa de Europa occidental. Estas competencias son: Darse cuenta (Noticing), Tomar la iniciativa, Analizando, Decidiendo, Creando, Planificando y Organizando, Perseverando, Reaccionando flexiblemente, Funcionando bajo presión, Comunicándose verbalmente, Comunicándose por escrito, Ayudador, “Networking”, Verificando, Liderando y Autogestión y autodesarrollo.

Los resultados obtenidos fueron colocados en orden de puntaje (de mayor a menor puntaje) indicando que mis aptitudes son las siguientes: Darse cuenta (Noticing), Ayudador, “Networking”, Liderando, Perseverando, Autogestión y autodesarrollo, Funcionando bajo presión, Decidiendo, Comunicándome verbalmente, Verificando, Analizando, Planificando y organizando, Creando, Comunicándome por escrito, Tomando la iniciativa y por último Reaccionando flexiblemente.

Darse cuenta, fue la aptitud con mayor puntuación. Me identifico con esto, ya que en ocasiones siento que nací con un radar. En ocasiones puedo estar haciendo alguna tarea y a la vez saber lo que está sucediendo a mi alrededor capturando detalles importantes. Un aspecto positivo es que logro identificar cosas que están ocurriendo a mi alrededor. En muchas ocasiones me ayuda para poder dirigir la conversación o para alejarme de ciertos temas dependiendo del caso. En el aspecto negativo me he tenido que concientizar a no contestar a preguntas o involucrarme en situaciones que no están dirigidas a mí y a su vez me pudiera distraer con facilidad.

Reaccionando flexiblemente fue la aptitud con la menor puntuación. Con respecto a esto tengo como diríamos “sentimientos encontrados”. Siento que en ocasiones puedo ser muy flexible, como por ejemplo flexibilizar mis deseos y objetivos por el bien común del grupo o de la relación. Por otro lado, cuando tengo una convicción con respecto a un tema o a una idea no soy de cambiar con facilidad. En el ámbito personal se me hace difícil ajustar mis planes o mi forma de hacer las cosas si estoy convencido que mi manera es la mejor manera de hacer las cosas. En ocasiones debo ser más flexible y escoger mis batallas, no todo es importante y debe realizarse como yo creo.

Avalúo- Learning Type Measure

Este avalúo permite identificar que estilo de aprendizaje tiene el estudiante. Consiste en cuatro estilos: Estudiantes imaginativos - Tipo 1, Estudiantes analíticos - Tipo 2, Estudiantes de sentido común - Tipo 3 y Estudiantes dinámicos - Tipo 4. Mis puntajes en los tipos de aprendizajes fueron los siguientes: Tipo 1- 40, Tipo 2-29, Tipo 3- 53 y Tipo 4- 28. Según los resultados mi estilo de aprendizaje de mayor puntuación correspondió al Tipo 3 -estudiante de sentido común y el más bajo el Tipo 4 el dinámico.

Como maestro me identifico en mostrar aplicaciones prácticas. En ocasiones colaboro a jóvenes de la iglesia mediante tutorías en el área de matemáticas, especialmente en álgebra. Reflexionando en aplicaciones prácticas, me escucho casi cantándole los pasos uno a uno para resolver problemas matemáticos. Uno de mis lemas es que tienes que hacer las cosas paso a paso y así lo aprenderás.

Como líder procuro que mi equipo de trabajo esté orientado a las tareas y se mueva rápidamente. Esto en ocasiones complica las cosas. Ya que cuando asigno tareas espero que las personas se muevan como yo, rápido a ejecutar. Recién pase a ser supervisor de mantenimiento en mi trabajo, confieso que le pido mucha sabiduría a Dios para abordar a personas debieron ejecutar las tareas asignadas con prontitud y a mi juicio no lo hicieron.

Esto capto mi atención, “los estudiantes de tipo tres son especiales porque “no se quedan ahí”, sino que hacen el trabajo”. Esta frase realmente me describe pues soy ese tipo de persona que me gusta actuar y trabajar. Dos de las estrategias que utilizo para influenciar a mi grupo de trabajo son: como se dice en inglés “lead by example” y asigno tareas en las cuales yo estoy dispuesto a trabajar. Estas dos estrategias me ayudan a demostrarle a mi grupo que hago el trabajo.

Por otro lado, fui confrontado con la siguiente, “Su naturaleza individualista suele ser una limitación para el aprendizaje porque llegan a conclusiones pensando que su forma de abordar el problema es universal para todas las personas.” Esto lo identifico como una complejidad. Como estoy consiente de esto, he aprendido que debo preguntar al grupo de trabajo como entienden que debemos solucionar el problema. En muchas ocasiones fallo, porque antes de preguntar sugiero la manera en que se deben resolver. Aunque es complejo, trabajaré en este asunto de estar consiente de la importancia de escuchar al grupo, ya que hay diferentes maneras de resolver problemas y se debe escoger la más conveniente, y no necesariamente la mía.

Avalúo- Escala de Bienestar Espiritual

Este avalúo me permitió contestar preguntas para obtener resultados relacionados al Bienestar Espiritual (BE), Bienestar Religioso (BR) y Bienestar Existencial (BEX). Obtuve un puntaje total de 100, un puntaje en preguntas impares de 46 y un puntaje de preguntas pares de 54. En base a las escalas los puntajes reflejan: un sentido de BE alto, ya que el puntaje se encontró dentro del rango de 100-120; un sentido moderado de BR, ya que el puntaje se encontró dentro del rango de 21-49 y en el BEX sugiere un nivel alto de satisfacción acerca de la vida y un claro sentido de propósito, ya que el puntaje se encontró dentro del rango de 50-60.

En resumen, estuve en el “border line” para reflejar un sentido de BE moderado. Como menciona este avalúo el BE es una medición del bienestar general percibido, para ilustrarlo de manera matemática sería algo como $BE = BR + BEX$. Mis resultados de BR fueron bajos en comparación con los resultados de BEX.

El BR mide como visualizo mi relación con Dios y refleja mi satisfacción y conexión con Él en este momento. La siguiente descripción fue una que me confrontó y me llevo a reflexionar: “No tengo una relación personal con Dios que me satisfaga”. Mi respuesta fue Moderadamente de Acuerdo (MA). Reconozco que tengo que trabajar con establecer una relación personal con Dios, una relación como la que Él quiere que tenga con Él y no como la que tengo al presente. En otras preguntas relacionadas con el BR, estoy claro que Dios me ama y se interesa por mí, Él se preocupa por mis problemas.

El BEX mide mi satisfacción con respecto a la vida y al propósito de esta. La frase con menor puntaje (4) fue “Me siento pleno y satisfecho con la vida”, mi respuesta fue De Acuerdo (DA). Sobre este punto entiendo que tengo que trabajar con mi relación con Dios para poder sentirme pleno. Reconozco que Dios es el único que puede llenarme por completo, Él es quien lo llena todo. Como dice la pregunta 20, estoy claro que hay un propósito verdadero para mi existencia.

De niño, de joven y aun de adulto Dios ha dado palabra a mi vida mediante varios predicadores que han visitado mi iglesia que mi llamado es pastoral. Siempre he estado activo y ayudando en la iglesia que pastorean mis padres. Pero hubo una etapa, que no quería estar en esos zapatos de pastor. Pero aquí estoy, comenzado mis estudios teológicos en el seminario con el fin de prepararme y estar listo para cuando sea el momento. Tengo que mejorar mi relación con Dios para poder balancear la ecuación.

Avalúo- DISC (Personality Questionnaire)

Este avalúo permite determinar el perfil de personalidad. Se descubre cómo los factores DISC (por sus siglas en inglés) Dominio, Influencia, Firmeza y Cumplimiento explican el comportamiento de la persona hacia los demás y las cosas cotidianas que hace. Dominio se refiere la forma en que se afrontan los problemas, como uno se reafirma y como se controlan las situaciones. Influencia describe la forma en que se trata con las personas, la forma en que se comunica y se relaciona con los demás. Firmeza representa el temperamento: paciencia, perseverancia y consideración. El Cumplimiento describe cómo uno enfoca y organiza las actividades, procedimientos y responsabilidades.

Luego de contestar las preguntas mis resultados fueron los siguientes: Firmeza un 37%, Influencias un 35%, Dominio un 18% y Cumplimiento un 10%. El cuestionario menciona que el impacto positivo que probablemente tengo en las personas es que “Disfrutas interactuando y ayudando a las personas. Está abierto a nuevas ideas y procedimientos. Aunque está tranquilo y controlado, todavía proyecta entusiasmo y optimismo.”. También menciona que “Su comportamiento natural de apoyo, escucha y empatía lo convierte en un buen entrenador. Alguien a quien las personas recurren cuando necesitan ayuda o consejo.”. Algunas cualidades que distinguen a una persona con personalidad en el cuadrante de Firmeza son: afinidad, practicante, inspirador, entusiasta, cauteloso, discreto, entrenador, pacífico, autosuficiente, adaptable y medido.

Estoy muy de acuerdo con los resultados obtenidos en este avalúo. Especialmente en el ámbito laboral soy una persona donde otros recurren para ayuda y/o consejos. Hay días que recibo muchas visitas a mi cubículo para consultas y aclarar dudas. En mí siempre hay un anhelo de ayudar a otros. Cuando comparto mis conocimientos, mis consejos, en fin, cuando contesto preguntas siento una satisfacción inmensa. Experimento un sentimiento de alegría que llena mi corazón. Me identifico con la mayoría de las cualidades mencionadas en el cuadrante de Firmeza.

Como persona entusiasta siento interés y placer al hacer las cosas, la mayoría del tiempo hago las cosas con un buen ánimo. Trabajo por alcanzar mis metas y por lo general no abandono el camino que me lleva hacia ellas. Le doy gracias a Dios que ha puesto en mí el anhelo de ayudar a otros. Estoy seguro de que lograré completar esta meta de crecer como hijo de Dios en el seminario y cumplir mi grado de maestría, y en el proceso bendecir e impactar la vida de otros.

Conclusión

Este trabajo me dio la oportunidad de completar una serie de avalúos que revelaron áreas de mi vida y me permitieron identificar fortalezas y no fortalezas. En este proceso descubrí que dentro de los senderos espirituales mis preferidos son Adoración y Activista; los menos preferidos Contemplativo e Intelectual. Pensaba que Servir iba a ser mi sendero espiritual con mayor puntaje, ya siento que conecto mejor con Dios al realizar cosas para otras personas, para la iglesia, en resumen, para Él. A su vez encontré que Darse cuenta es mi aptitud primordial y Reaccionado flexiblemente es mi menor aptitud.

Descubrí que mi estilo de aprendizaje preferido es el de sentido común y el menos preferido es el dinámico. Confirme que como líder procuro que las tareas asignadas se trabajen rápidamente. Pude realizar una radiografía de mi Bienestar Espiritual, Religioso y Existencial. Por hoy tengo un sentido alto de Bienestar Espiritual y Existencial; y un sentido moderado de Bienestar Religioso. Dentro de los perfiles de personalidad, destaco como una persona con una personalidad firme o en el cuadrante de Firmeza.

Identifique varias fortalezas y no fortalezas o como pudiéramos decir áreas de oportunidad. Disfruto el tiempo de adoración y cuando adoro centrado en Dios se me olvidan los problemas a mi alrededor e incluso los míos. Hacer justicia hacia los demás me llena de mucha alegría y soy intolerante cuando siento que existe doble vara. Disfruto y me llena de satisfacción ayudar a otras personas. Siempre estoy a la disposición de ayudar. Las antes mencionadas fueron algunas de las fortalezas que fueron confirmadas durante este proceso.

Entre las áreas de oportunidad tengo que trabajar son varias cosas. Tengo que sacar tiempo en silencio para meditar en la palabra de Dios. Tengo que dedicar tiempo para orar, para leer la Biblia y para leer literatura que me acerque a Él. Tengo que intencionalmente evitar estar todo el tiempo de prisa. Tengo que reconocer que hay límites y que el tiempo no es ilimitado. Tengo que dejar de hacer tantos compromisos y concentrarme en el momento que estoy viviendo para disfrutar de la vida y las bendiciones que Dios me ha dado.

Le doy gracias a Dios por darme la oportunidad de estar aquí, de estudiar su palabra y poder realizar este trabajo que me permitió identificar donde debo mejorar. Confío plenamente que Dios me dará las estrategias para poder arreglar aquellas cosas que necesito mejorar. Que Dios me ayude en este proceso, Amen.