

Ivonne Marie Rosa Fernández

Iniciación en Dirección Espiritual

Prof. Dr. Javier Gómez

17 de noviembre de 2021

Evaluando mi Realidad Espiritual

El ejercicio de evaluar mi realidad espiritual ha sido uno revelador y desafiante. Típicamente cuando pensaba en el ámbito espiritual, resulta un concepto tan abstracto y esotérico que no podía concretizar y mucho menos contar con herramientas prácticas para ayudarme a tomarle el pulso o evaluar mi crecimiento, más allá del Fruto del Espíritu que habla Gálatas capítulo 5. Enriendo que he sido erróneamente enseñada a creer que el desarrollo de la espiritualidad es uno que con Biblia, oración y ayuno se va a dar de manera natural, sin necesidad de incurrir en prácticas intencionales. No obstante, a lo largo de las evaluaciones realizadas cada semana y provistas en este curso, era como si una alerta prendiera en mi mente y corazón de un peligro inminente que debía atender. En cada una de estas evaluaciones fui encarada con áreas a trabajar, pero para mi sorpresa, también descubrí fortalezas que he dado por sentado en mi vida y que realmente son muy buenas y de beneficio tanto para mí, como para quienes me rodean.

Disfruté mucho la evaluación de Senderos Espirituales. A través de esta, pude evidenciar de qué maneras conecto con Dios y debo admitir que este

resultado en particular no me sorprendió. Mi sendero espiritual preferido resultó ser la Adoración, seguido por el Relacional y Servicio. La adoración siempre ha sido una pieza clave en mi relación con Dios, al punto de recordar que a la edad de 6 años tuve mi primer tiempo íntimo con Dios, una mañana mientras escuchaba en la radio una canción titulada “Mi Universo” de Jesús Adrián Romero. Recuerdo que mientras escuchaba el coro le pedía a Dios que fuera el centro de mi vida y lágrimas comenzaron a brotar de mis ojos sin parar. Siendo una niña de 6 años, no estaba muy clara de lo que experimentaba, pero sentía algo muy profundo en mi corazón. Desde ese momento, mis momentos de alabanza y adoración, son los más que conmueven mi espíritu y me llevan a conectar profundamente con mi Creador. De igual forma el sendero espiritual relacional y de servicio, son sumamente importantes y lo han sido desde mi temprana edad. Junto con mi familia teníamos momentos de adoración y oración profunda, y viví hermosas experiencias orando y sirviendo en conjunto y en comunidad.

Entre los Senderos Espirituales de menor puntuación se encuentran el Contemplativo, Intelectual y Creación. Pienso elaborar más adelante acerca de esta limitación que he identificado en mi realidad espiritual. Y me refiero al factor del silencio. El Sendero espiritual contemplativo, propone una conexión con Dios a través de contemplar la naturaleza, de tener momentos de quietud y soledad. Sin embargo, esto siempre ha representado un problema para mí, y se me hace muy difícil concentrarme o deleitarme incluso en un ejercicio de contemplación, de soledad o silencio. En tiempos de oración le he preguntado al Espíritu Santo a qué realmente se debe esta limitación. Si es quizá algo psicológico, emocional o sólo

espiritual. Me sorprendió que el Sendero Espiritual Intelectual tuviese una puntuación tan baja, considerando la importancia que tiene para mí el aprender cosas nuevas y conocer más de Dios. Sin embargo, para lo que a relación y conexión concierne, es muy probable que para mí el aspecto del conocimiento sea algo tan práctico, que no necesariamente me conduzca de primera instancia a conexión con Dios tan rápido como puede ser la adoración, comunión con otros o el servicio.

Espiritualidad Emocionalmente Sana. Debo admitir que este libro de Scazzero ha sacado a relucir muchas deficiencias en mi carácter que he aprendido a disfrazar con apariencia de piedad y jerga religiosa inculcada. Aunque nunca me he considerado una persona perfecta u orgullosa, he tenido que repensar y reconocer que no estoy tan bien espiritualmente como quiero a veces convencerme de estar. Comenzando el Capítulo 2 del libro, de entrada, llegué a la primera limitación: Reconocer y afrontar mis emociones. Siendo hija de pastor, crecí con la errónea noción de que "los trapos sucios se limpian en la casa". Que debo ser discreta con lo que me sucede, y nunca demostrar el sentirme triste o vencida. Aunque quizás puedo comprender la intención detrás de esta enseñanza, el resultado es una corrosión de mi interior, al reprimir emociones muy reales y válidas que no podían ser evidenciadas y mucho menos trabajadas desde afuera. Con este modo de pensar, comencé a invalidar todos mis sentimientos, y a no prestarle atención necesariamente a los factores que me afectaban emocionalmente, hasta que una bola de nieve, en el divorcio de mis padres en 12mo grado, se tornó en una avalancha.

Fue esta avalancha la que Dios utilizó para que pudiese yo darles nombre a estas emociones y descubrir en un proceso continuo, en el que aún me encuentro, a da con la Ivonne que por años se reprimió detrás de una apariencia. Como explica Scazzero, en la medida en que Dios me ha enseñado a conocerme, lo he podido conocer a Él. No como el Dios que me enseñaron, El que no tolera “changuerías” o se cansa de mi angustia, sino como el Dios que atiende, que cuida y que enjuga lágrimas. Lo he conocido no como un Dios recalcitrante y autoritativo, sino como el Dios que tiene un gran sentido del humor y que se ríe de mis chistes.

En el Capítulo 5 del libro de Scazzero, pude rebobinar y recordar un libro que me ayudó muchísimo hace unos meses atrás: “Mending Broken Branches”. El concepto de pérdida y luto es uno que he estado rumiando por varios meses, y de ser un aspecto de “debilidad” se ha convertido hoy día en una fortaleza. Incluso escribir esa afirmación, me parece algo tan extraordinario y me siento muy orgullosa de ese escalón alcanzado. Uno de mis más grandes lamentos lo fue, como mencioné anteriormente, el divorcio de mis padres. Luego de 9 años en el campo misionero y 5 años de pastorado en Puerto Rico, todo acabó con una desgarradora separación que se dio en mi último año de escuela superior y entrada a la universidad. Desarrollé una expectativa tan grande e ingenua de que la intervención de Dios no permitiría que esto se concretizara. Sin embargo, mi decepción fue tan profunda cuando se dio, que estuve batallándola por años. Y aunque desarrollé un tipo de cayo para que el dolor no fuera tan fuerte, nunca

pude sanar por completo. No fue hasta que leí el libro antes mencionado en enero de este año, mientras me retiré con mi esposo un fin de semana, que sentí que Dios me liberó. En este libro, la autora propone el enlutarse por expectativas que no se cumplieron. Enlutarse por no haber tenido la mejor figura paternal, la mejor crianza, el mejor modelaje o la mejor experiencia. Llorarlo, aceptarlo, para poder pasar la página. Recuerdo que me hincué de rodillas y le pedí a Dios que me ayudara a sentir luto, a matar las expectativas que estuviesen aún latentes en mí. Esa misma noche, luego de orar, en un sueño me ví en mi graduación de escuela superior, junto con toda mi familia, unida, sin el divorcio. Para nada como realmente ocurrió. Al verme tan feliz junto con mis padres, desde afuera, me di cuenta en el sueño que esa era la expectativa que tenía que morir en mí y que el proceso de luto por ella me liberaría. Comencé a llorar en el sueño e incluso cuando me levanté de madrugada, lágrimas bajaban por mis mejillas. Me hincué de rodillas ahí mismo y le extendí a Dios mis expectativas frustradas, las lloré y ahí se las entregué. Desde esa madrugada, soy otra. Sentí una milagrosa liberación de Dios que me transformó. Desde ese momento he trabajado más saludablemente mi relación con mi padre, mi madre y mi hermano, no partiendo desde la expectativa, sino de la aceptación de que no puedo cambiarlos a ellos, ni esperar que Dios haga algo en ellos, sólo puedo ser intencional en permitir que Dios trabaje y me transforme a mí.

En el Capítulo 6 descubrí una limitación. No tolero el silencio. No puedo manejar el silencio de Dios, y mucho menos el mío. Largos períodos de silencio y soledad me producen ataques de ansiedad. Así lo viví en mi internado misionero

en Tailandia en el 2019. La misionera con la que me quedé estuvo varada en Camboya por 3 días en la gestión de renovar su visa. Durante ese tiempo me quedé sola en una casa en Bangkok y en vez de ser productiva, salir, conocer el vecindario, explorar, evangelizar, me quedé encerrada en una profunda desesperación. Ni siquiera usé el tiempo para meditar o hablar con Dios. Al contrario, estuve todo el tiempo contando los minutos y llorando por la ansiedad que sentía. No sé a que se debe esta reacción. Este miedo a la quietud o a la soledad y luego de esta lectura, entiendo que debo buscar ayuda profesional para descubrirlo y así trabajarlo.

De igual forma, en el aspecto del descanso, debo considerar ser más intencional en ello. Me siento profundamente culpable cuando realizo algún gasto o separo algún tiempo solo para mí. Tiempos donde no hay productividad, salvo mi deleite y disfrute. Tiempos de detenerme y encararme con mi realidad y emociones. Y reconozco que, al no cumplir con esto, como cita Scazzero en su libro a Thomas Berton: “We do violence to ourselves.”

En el capítulo 7 fue donde realmente me preocupé. Siempre me he considerado una persona atenta y amorosa, sin embargo, nunca me había puesto a pensar la razón por la que amo o atiendo. La inmadurez emocional es muy peligrosa y a lo largo de la evaluación me he dado cuenta de que me ha afectado muchísimo a lo largo de mi vida. No amo necesariamente esperando algún beneficio particular, o con intención manipular para obtener algo de alguien, pero sí demuestro afecto esperando recibir la misma atención o cuidado, porque no

siento merecerlo o no me siento capaz de que otro me ame, si yo primero no me esfuerzo por ganarlo. Este modo de pensar y vivir es extenuante y muy doloroso, es un trayecto lleno de decepciones y falta de amor propio. He descubierto, que en lo que al amor se refiere, vivo de “alergia emocional” en “alergia emocional” constante. Mi mayor muestra de esto lo ha sido mi matrimonio.

Tengo un esposo maravilloso, buen hombre, buen proveedor y sé que será excelente padre para nuestra hija. Sin embargo, el pensamiento de que en cualquier momento se va a cansar de mí y me va a dejar, no sale de mi mente. Este pensamiento me aturde, me persigue. Cuando el sale o la mínima muestra de querer estar solo, ir al gimnasio u otros menesteres que le impidan estar conmigo, llega este pensamiento muy inmaduro y co-dependiente que se me hace muy difícil manejar. Recuerdo cuando teníamos solo algunos meses de casados. Típicamente, el separa las horas de la noche para ir a orar, me incomodaba muchísimo porque mi tiempo de oración es de mañana, pero no quería decirle nada. Hasta que un día, no pude contener las lágrimas, caminé hacia la sala, donde el estaba y entre sollozos le reclamé por qué hacía esto. Mi realización era que no quería estar conmigo. Sin embargo, mientras le reclamaba recordé que, en los últimos meses del matrimonio de mis padres, mi papá se quedaba orando en la sala de nuestra casa hasta tarde en la noche, para evitar estar con mi mamá. Y es este un ejemplo de alergia emocional. Uno de los tantos que el matrimonio me ha dejado ver y que, gracias a estas evaluaciones y este curso, tengo herramientas para trabajar.

Para la autoevaluación de Aptitudes me alegró mucho ver liderazgo, comunicación escrita, tomar iniciativa, comunicación verbal, creación, análisis y ayudar entre las aptitudes más desarrolladas. Ser maestra realmente requiere tener estas fortalezas y creo que en parte escogí esta profesión por esa misma razón. Especialmente las aptitudes de liderazgo y el tomar iniciativa, son las que más disfruto ejercer en el ámbito laboral y eclesial, pues amo trabajar con las personas y servirles en lo que pueda. Sin embargo, entre las que las aptitudes que debo trabajar se encuentran: trabajar bajo presión, toma de decisiones, perseverar y reaccionar de manera flexible. Reconozco que de igual manera que las aptitudes desarrolladas, estas también son muy importantes en mi profesión y en la vida. Y son precisamente las áreas en las que he tenido dificultades desde que comencé a trabajar. Manejar la ansiedad en tiempos de notas, perseverar en mis decisiones acerca de evaluaciones cuando los padres comienzan a insistir y presionar que cambie de opinión, ser flexible cuando alguna situación hace que deba cambiar mis planes semanales etc. Y aunque ya tenía alguna idea de las fortalezas y áreas a mejorar en mis aptitudes, el realizar esta autoevaluación y ver esta realidad representada de manera empírica y con recomendaciones para desarrollarlas, será de mucha ayuda para crear un plan estratégico e intencional con ese propósito.

En la evaluación de “Learning Type Measure” obtuve el resultado de “Type 1 Learner”. Este resultado me hizo mucho sentido y me ayudó a identificar fortalezas que no consideraba que lo fuesen tanto en mi faceta de estudiante, como de maestra. Entre ellas se encuentra que tengo una fuerte preferencia por escuchar y

discutir ideas. De manera que aprendo mejor relacionando nuevas ideas con conocimientos previos y experiencias personales. De igual forma, situaciones que me permiten utilizar mis estrategias de comunicación verbal para fomentar la conexión entre las personas e ideas. Como estudiante, soy hábil cuando lo que se debe aprender debe juzgarse por su relevancia. Puedo reconocer inmediatamente cuando algo (o alguien) es auténtico. Típicamente me va bien en entornos donde hay respeto por ideas de todos y donde se fomente el pensamiento disidente, y la generación de opiniones. Y según establece el reporte, los "Type One Learners" son especiales porque logramos "tomar el aprendizaje como algo personal".

Sin embargo, al igual que las fortalezas, también se encuentran algunas áreas por desarrollar. Como ocurre con todos los seres humanos, nuestros dones también crean el espacio natural para nuestras limitaciones. Por ejemplo, una de estas limitaciones para mí lo es que no presto suficiente atención al detalle y la precisión de las ideas. Por la misma razón, también puedo tener dificultades con el pensamiento individualista y los resultados impersonales. Realidades que, en muchas situaciones, son esenciales para la resolución de problemas y la acción. Especialmente este aspecto de la dificultad en la toma de decisiones también salió a relucir en la autoevaluación de Aptitudes.

En la autoevaluación de bienestar espiritual obtuve un sentido de bienestar espiritual moderado, al igual que un sentido bienestar religioso moderado y sentido de bienestar existencial moderado, que sugiere un nivel moderado de satisfacción acerca de la vida y su propósito. Estos resultados me parecieron razonables y me

alegra saber que hay espacio para mejorar y trabajar, pero aún así, ya hay un camino recorrido. Las premisas fueron bastante de directas y a mi entender, certeras en cuanto a las áreas que medían. Contestarlas tomó mucha introspección y tiempo para que el resultado fuese lo más certero posible y evidenciara entonces las áreas de bienestar y las áreas a desarrollar.

Para la autoevaluación de DISC (Dominance, Influence, Steadiness and Compliance) los factores DISC para mí están ordenados como: Influencia, Dominio, Estabilidad, Cumplimiento. De acuerdo con este orden, se puede concluir que tengo una fuerte motivación propia para conocer a personas de todos los ámbitos de la vida y fomentar esas relaciones. De igual forma tengo un entusiasmo por todo tipo de ideas y proyectos, propios y ajenos. Es probable que la gente me describa como sociable, persuasiva y optimista. En este reporte particular, identifico mucha similitud con la autoevaluación de Aptitudes y “Type of Learner.” Ya que se puede visualizar la fortaleza del aspecto social y relacional, al igual que el liderazgo y la influencia. Fortalezas que aprecio y agradezco, pues son determinantes para mi profesión y desempeño.

A manera de conclusión, agradezco el haber realizado este ejercicio intencional de introspección y autoevaluación que me ha confirmado algunas percepciones acerca de mí misma, pero que también han revelado fortalezas y áreas a trabajar que desconocía. He reconocido la fortaleza del liderazgo, las relaciones interpersonales, el trabajo en grupo, el servicio en comunidad, el desarrollar nuevas ideas y también he sido desafiada a trabajar en las áreas como lo son: integrar espacios de silencio y soledad en mi día a día, identificar y atacar

las alergias emocionales que empañan fortalezas que pudiese tener. Y de igual forma, a pesar de tener buenas ideas, aprender a dedicarle tiempo a la estructuración de ellas, para no dejar las ideas en lo abstracto, sino poderlas concretizar. He descubierto que tengo parte del camino recorrido, pero aún queda mucho por trabajar, tanto emocional, como espiritualmente. Y esta experiencia intencional e introspección me ha otorgado herramientas prácticas e intencionales para ello, como lo es conseguir un(a) mentor(a), que no es trabajo fácil, pero necesario. Crear un plan de acción y seguirlo. Dedicarle tiempo a la oración y a la contemplación, de manera que pueda aprender a disfrutar de las pequeñas cosas en donde también se encuentra Dios, aunque no lo sepa o lo perciba ahora.