

SEMINARIO TEOLOGICO DE PUERTO RICO

EVALUANDO MI REALIDAD ESPIRITUAL

GRIZELLE ESPINOSA BELTRAN

CURSO: SF 503: Iniciación en Dirección Espiritual

Otoño 2022

Profesor: Rev. Javier Gómez Marrero, DMin

La experiencia de este curso a través de todo este semestre ha sido una travesía hacia el interior. Hacia el interior de los pensamientos, del alma, hacia dentro de las intenciones del corazón. Me ha hecho reflexionar respecto de lo que digo que creo y lo que hago en realidad. Me ha permitido mirarme como en un espejo, primeramente, e ir entrando más profundamente en esas áreas que apenas uno quiere mirar, pero que son necesarias examinar para realmente ir transformándonos como dice el apóstol Pablo en Romanos 12:1, por medio de la renovación del entendimiento. Ha sido volver a las bases, a reanalizar mi vida cristiana y reenfocar las prioridades, desde volver a las disciplinas espirituales conocidas, integrar nuevas (para mí), esas que no había practicado antes, y evaluarme de una manera integral para, sobre todo, permitir al Espíritu Santo que continúe trabajando en la maravillosa obra de la santificación en mi vida. Además está decir que he tenido progreso, he dado algunos pasitos atrás en algunos asuntos, me he “descocotado” y me he vuelto a levantar. Lo que no quiero es rendirme; deseo con todo mi corazón vivir la vida cristiana en la verdad del Evangelio como fundamento. Con la intención de hacer un resumen de lo que he descubierto sobre mí en el proceso de ir trabajando los avalúos, o, como en mucho de los resultados, validar lo que ya sabía, comienzo con **Senderos Espirituales**.

Evaluando el resultado de este avalúo, mi puntuación mas alta fue Adoración. O sea, que yo conecto mejor con Dios cuando adoro. Este resultado no me asombra, pues reconozco que definitivamente es mi mejor manera de conectar con Dios. Mi segundo sendero espiritual es Contemplativo y luego le sigue Intelectual, por lo que también puedo conectar con Dios en el silencio y cuando aprendo. Como dije cuando vi que mi primer sendero espiritual es la adoración, concuerdo que puedo también conectar con Dios de estas otras dos maneras. Este

avalúo también me muestra un reto, y es el poder desarrollar una conexión con Dios en otros senderos, en otras experiencias. Como, por ejemplo, cuando estoy con otros (Relacional), cuando realizo tareas para el Reino (Servicio) o en la naturaleza (Creación). Es un reto, pero una posibilidad de aprender a ver a Dios desde otras perspectivas. Se hace pertinente continuar creando espacios para escuchar a Dios de la manera en que mejor puedo conectar y estar abierta a las posibilidades de poder hacerlo en senderos que no me son tan afines pero que debo explorar.

En cuanto a mi tipo de aprendizaje, la prueba de **“Learning Type Measure Profile”** no fue una sorpresa. Definitivamente estoy muy clara en que es la manera en que aprendo, y el análisis de ésta me puso en perspectiva las otras oportunidades que tengo para expandir la manera en que puedo aprender también, ya que no todas las experiencias de aprendizaje se adaptarán a mi estilo. Soy Tipo Dos (2) de aprendiz; el aprendiz analítico. El que necesita escuchar y pensar sobre la información, observar los datos y analizar las ideas. Preguntarse “qué” todo el tiempo. Y no me sorprende, pues luego de estudiar ciencias naturales con concentración en Microbiología, y sobre 25 años en la industria farmacéutica, definitivamente estoy adiestrada para pensar y entender de esa manera. Tampoco me extraña que el siguiente tipo de aprendizaje sea el Tipo Tres (3). Ese tipo es el que pregunta “por qué”, experimenta, construye y utiliza el sentido común. Me gustó mucho el “assessment” que hace el estudio sobre los cuidados que mi tipo de aprendizaje tiene. Se me hace importante prestar atención a esas tareas que no son fácilmente verificables y que requieren un análisis más subjetivo. Esto, ya que se me hace difícil los procesos mas simbólicos, los “brainstorming” y la toma de riesgo sin data que lo sustente. Mucho más, en el ámbito ministerial, es importante poder validar y

honrar los sentimientos como una manera de conocer el mundo. Esto fue muy significativo para mí, ya que tiendo a ponerlos en segundo plano, y dirigirme a lo tangible o analizable. Me hizo estar más consciente, tanto de mi misma, como validar lo que están sintiendo los demás. Me gustó también que me anima a lanzarme a las cosas un poco más “fuera de la caja”. Tratar de vez en cuando estar abierta al cambio, ir con mis instintos, abrir mi mente a otras posibilidades, experimentar el caos y retar la complacencia. Definitivamente, este avalúo me retó muchísimo y quiero experimentar muchos de los consejos.

En la **Escala de Bienestar Espiritual**, mis resultados fueron: un sentido de bienestar espiritual moderado (92 de 41-99), un sentido moderado de bienestar religioso (47 de 21-49), y un nivel moderado de satisfacción acerca de la vida y su propósito (45 de 21-49). Estos resultados están más hacia al límite de un sentido de bienestar alto; pues están en el límite superior de moderado. Sin embargo, más allá los números, es lo que significan. ¿Qué cosas no me causan deleite o no he encontrado deleite en ellas? ¿Cómo puedo descansar en el Señor para disfrutar la vida? Esas son las preguntas medulares que trajo este resultado, y con las que he tenido que trabajar durante este tiempo. Y es parte de la introspección que he venido haciendo durante estos meses.

Siguió el avalúo relacionado a las aptitudes “**Competency Test Report**”. Este avalúo también me resultó muy interesante. Como dicen las instrucciones, esto es un “self-assessment” y que normalmente somos bastante críticos con nosotros mismos, sin embargo, los resultados también me parecieron muy conocidos. De manera general, puedo ver que donde soy más alta es en mi comunicación escrita, en hacer “checking” (observar las acciones de otros y las propias). Las otras siete competencias que le siguen son relacionadas: notar, analizar, decidir,

planificar y organizar, comunicar verbalmente, dirigir y manejo de mi propio desarrollo y a mi misma. Las competencias con la puntuación más baja fueron tomar la iniciativa, crear, perseverar, reaccionar flexible, funcionar bajo presión, ayudar y conectar (networking). Me puedo relacionar con el resultado, aunque me parece que el trabajar bajo presión es algo que hago todos los días y entendía que lo manejaba bien. Sin embargo, estas son mis propias contestaciones, por lo que debo darle atención a este asunto. De hecho, reaccionar con flexibilidad y funcionar bajo presión fueron las más bajas. Reconozco que se me hace difícil relajarme en asuntos de presión, pero mas que entrar en pánico, asumo el rol directivo. O sea, asumo todas las decisiones y contengo el problema para que no sea mayor y dirijo lo que hay que hacer sin preguntar. Y eso, tengo que mejorarlo. Entro en modo “esto es lo que hay que hacer, no pregunten”. En muchas ocasiones, soy asertiva, pero como me mostraba el avalúo anterior, pierdo de perspectiva validar cómo se sienten las personas. Siendo tan estructurada con las reglas y los procedimientos, para nada me sorprende ser poco flexible. Sin contar con que mi crianza fue así también. Y éste es otro punto que tengo que traer a la conciencia en mis acciones diarias. Para ser justa conmigo, o utilizando las palabras del profesor Gomez, para “darme gracia”, considero que, en este momento de mi vida, las competencias en las que salgo con puntuación alta son importantes para el rol que tengo en mi trabajo, y para beneficio y bendición de mis empleados.

Y antes de entrar en la evaluación integral a la luz de los capítulos del libro de Scazzero, el último reporte es relacionado a la personalidad “**DISC Personality Report**”. Increíblemente, todos los avalúos han sido consistentes en las fortalezas o áreas mas desarrolladas de mi vida, y las que definitivamente, se han quedado atrás y necesitan atención. La prueba de DISC no fue

la excepción. Este avalúo prueba la personalidad basada en el comportamiento típico diario. El reporte me dio un resumen de impacto positivo, que lee así: “Tu actúas de una manera asertiva y diplomática, y luchas por una vida estable y ordenada. Eres orientada a las metas, pero tiendes a evitar los riesgos. Manejas bien la presión- te retas a ti mismo y esperas que otros hagan lo mismo. Y cuando lo leo, veo mucho de lo que otros avalúos me han dicho. Del área del DISC, mi porcentaje mayor esta en la C de “Compliance” o cumplimiento, que describe cómo me acerco y organizo mis actividades, procedimientos y responsabilidades. El orden que mi DISC salió (desde la mayor personalidad dominante a la menor) es: Compliance, Dominance, Steadiness, Influence. Por lo que vuelve a salir que los porcentos más bajos están asociados a mi temperamento y la manera en que me relaciono con la gente y la manera en que me comunico con otros.

Finalmente, tocó mirarnos a través del libro Espiritualidad Emocionalmente Sana de Peter Scazzero. Y aquí tengo que hacer una confesión. Me encontré tratando de ignorar y retrasar el proceso de sentarme a mirar todos los resultados de una forma integral. Descubrí que mi inconsciente estaba sabotando el asunto. Y es que, aunque hace años me siento en alguna manera cómoda con entender mis fortalezas y debilidades, hay ciertas “habitaciones” dentro de mí a las que no quiero entrar. Pero llegó el momento de hacerlo. De mirarme de la mano del Espíritu Santo, quien nos escudriña hasta lo más profundo. Como dice el salmista en el **Salmo 139: 1 “Oh Jehová, tú me has examinado y conocido. Tú has conocido mi sentarme y mi levantarme; has entendido desde lejos mis pensamientos. Has escudriñado mi andar y mi reposo, y todos mis caminos te son conocidos.”** En los siguientes párrafos, resumo mi reacción acerca de todos los avalúos desde una perspectiva de progreso y áreas a mejorar, y bajo la lupa de los capítulos del libro.

A nivel personal y profesional, soy muy organizada. Necesito hacer planes, las cosas tienen que estar estructuradas. Puedo tomar proyectos complejos y subdividirlos para trabajarlos de una manera sencilla hasta que se completa según el “timeline”. Me gusta que se hagan las cosas bien desde la primera vez. Soy estricta en el cumplimiento de los procedimientos y las regulaciones. Me esfuerzo demasiado porque se ejecuten las cosas, y en ese afán, puedo ser intolerante a los errores. Me gusta enseñar y explicar, pues tengo esa fortaleza de hablar y hacerme entender. Sin embargo, con el propósito de ser exitosa en lo que se me encomienda, soy muy racional y dirigida a los hechos, y muchas veces pierdo de perspectiva la parte humana. La realidad es que todos nos agotamos y necesitamos ser comprendidos. Tiendo a ser lo que se conoce como “casa sola”, y no disfruto los trabajos en grupo (es un asunto de mantener el control), algo que aprendí de mi padre. Recuerdo que cuando me preguntaban por que estaba estudiando microbiología, aparte de que me encanta las ciencias naturales, mi respuesta era que “las bacterias no hablan ni protestan, las prefiero porque no tengo que bregar con la gente”. Los avalúos de personalidad, aprendizaje y competencia afirman las conductas que describo, a la vez que establecen las fortalezas que mi personalidad también tiene. En el rol de líder, soy una persona con mucha atención a los detalles. También tengo la capacidad de ver el macro de las cosas, y de prevenir, tomando en consideración los beneficios y riesgos a corto y largo plazo. Sin embargo, a nivel relacional, tengo mucho camino todavía por recorrer, reconociendo también, que cuando me comparo con años anteriores, puedo ver el progreso obtenido.

Reconozco que Dios me ha llevado por caminos que no hubiese escogido por cuenta propia. Llevo sobre 15 años supervisando en la industria farmacéutica, y estuve sobre 13 años dirigiendo el ministerio de Adoración de la iglesia a la que pertenezco. La chica introvertida, pero de temperamento fuerte, le ha tocado trabajar con gente en vez de bacterias. ¡Y vaya qué escuela han sido estos años! Siempre me ha estado curioso el humor de Dios; exponernos a procesos y propósitos que no queremos y que terminamos amando y reconociendo que éramos nosotros los equivocados. Descubrí en este semestre, que, mucho de lo que tengo que

manejar, ya Dios ha venido trabajándolo conmigo. Mi crianza “religioso-militar” como la describo, ha tenido una influencia increíble en quien soy. Me ha servido para mucho en la vida, pero ha traído desafíos en los asuntos relacionales. Como dice Scazzero en el capítulo 5 del libro *Espiritualidad Emocionalmente Sana*, “La espiritualidad verdadera nos libera para vivir el presente con alegría. Sin embargo, exige que retrocedamos para poder avanzar”. Y más adelante establece “Mirar al pasado aclara el presente. Pero no te hagas ilusiones: es doloroso.” Si, es incómodo y doloroso mirar al pasado para entender conductas que venimos arrastrando generacionalmente, pero toca hacerlo.

No he tenido la oportunidad de hacer un genograma al detalle, pero inicié uno de manera general, y pude encontrar rasgos en ambas familias, paterna y materna, que definitivamente traigo conmigo. Siempre me han dicho que el carácter fuerte es una herencia de “los Espinosa”. Pero cuando miro las generaciones de mis abuelos maternos y su historia, ¡parece de película! Mi abuela materna fue una mujer de armas tomadas y también tengo mucho de ella. Desde cosas buenas como ser la persona que reunía toda la familia en su casa (el lugar de encuentro de todos en la familia) y a todos nos gustaba estar allí en los días festivos, hasta ser una mujer muy autoritaria, capaz de poner a su esposo a obedecerle. Mi padre, contable de profesión, resultó que me pasó mucho de su temperamento. Mi abuelo paterno no lo dejó ir a la universidad como el quería, por lo que tuvo que terminar sus estudios más tarde en su adultez, incluyendo los de teología, los cuales terminó (incluyendo su doctorado), ya cercano a los 70 años. Había en él la necesidad de completar sus estudios académicos. Por esta razón, tan pronto mi padre notó en mí siendo aun pequeña, que era inteligente, puso una carga en mí de ser esforzada y excelente en los estudios. Y de alguna manera, yo internalicé que siendo así tendría su aprobación, por lo que me esmeraba hasta el límite para ser la chica de excelencia académica y perfecta. Esto abonó a mis ansiedades, a mi perfeccionismo, a la poca tolerancia con los errores míos y de otros, y a buscar la aceptación realizando cosas para otros. Yo tengo muchísimo de mi papá; creo que mucho más que de mi mamá. Tengo su poca tolerancia, puedo herir con mis palabras, y por muchos años fui tajante, inflexible y autoritaria.

Así que Dios me mostró la prueba de fuego que ninguno de nosotros desea pasar. Encontrarme con el muro o “la noche oscura del alma”. Eso lo puedo entender hoy. Siendo mi padre mi “role model”, era de esperarse el impacto que tendría en mí cuando se divorció de mi madre, a sus 27 años de casados, y teniendo yo 25 años, y recién casada. De hecho, mi padre se fue de la casa una vez me fui de luna de miel con mi esposo. Me movieron el piso... sentí que el mundo se me vino abajo. Que todo lo que era mi seguridad se había perdido. Esto provocó que pasara por un proceso de depresión profunda por casi un año, junto con mucho coraje e impotencia, que desquité con mi esposo. Le decía a mi esposo cuando solo teníamos dos años de casados: “lo que se resuelve en 2 años, no voy a dejar que llegue a 27 años para resolverlo, no voy a ser como mis padres”. Fueron años muy difíciles en nuestro inicio del matrimonio. A esto se añadió dos procesos de aborto espontáneo que sufrí en los siguientes años. En mi dolor y desesperación quise divorciarme de mi esposo. Quería salir corriendo del mundo, desaparecer. Renegaba lo que estaba viviendo. Salió a la luz que yo solo había tenido religión, pero no una verdadera relación con Dios, ni madurez en el evangelio. Culpé a Dios de que me había abandonado. Antes de casarnos, habíamos decidido que nos congregaríamos en la iglesia que mi esposo asistía. Y eso hicimos, sin embargo, y sin darnos alguna razón, nunca me hicieron miembro de la iglesia. Y sin ser miembro, no podía participar. Eso fue secando mi vida espiritual; no me sentía parte de la comunidad de fe, mi familia estaba rota y mis abortos me recordaban que no era capaz de tener una familia propia. Para coronar mis primeros 5 años de matrimonio, mi hermano de 25 años muere en un accidente de tránsito, dejando dos hijos de cuatro y un año huérfanos de padre, y esto, cuando al fin yo había tenido mi primera hija, la cual contaba con solo 6 meses de nacida.

Pero lo que pudo ser una historia que terminara en desgracia, tuvo un fin de bien y un nuevo comienzo de la mano de Dios. Scazzero dice: “la gran noticia del cristianismo es que tu familia biológica de origen no determina tu futuro. ¡Es Dios quien lo determina! ¡Lo que ocurrió anteriormente no es tu destino!”. Pudimos cruzar al otro lado de este muro con la ayuda del

Espíritu Santo. Llegamos a una nueva comunidad de fe, en la cual llevamos mas de veinte años, y donde hemos aprendido lo que es el amor de Dios que restaura y nos da propósito.

¿Cómo ha ido mi progreso, a pesar de lo que he vivido y de las debilidades que cargo? Pues mi esposo y yo, de la mano de un consejero cristiano, nos determinamos a acercarnos a Dios para restaurar nuestras vidas. Tengo un esposo maravilloso que no se rindió. Me amó como para entrar en el proceso y puedo decir que aún me ama. Me tomó de la mano y me dijo que, si yo quería seguir, el también. ¡Y lo hicimos! Este pasado mes, el 29 de noviembre del 2022, cumplimos 25 años de casados. Y no han sido ni fáciles ni color de rosa todo el tiempo, pero hemos sido felices y determinados en superar las adversidades. Hoy puedo mirarlo con otros ojos; esos que aman a pesar del tiempo, el cambio físico y los achaques. Sigo aprendiendo.

Cuando evalúo mi vida profesional y ministerial, los años supervisando y dirigiendo ministerios han sido la escuela perfecta de Dios para moldear mi carácter. De ser una mujer “casa sola”, hoy disfruto la alegría de ser comunidad, de tener amigos y de ser parte. Cometí muchos errores al principio del liderato, sin embargo, hoy puedo decir que he aprendido. ¡Si, amo la gente que dirijo! Me preocupan sus vidas, sus situaciones. A mis empleados les busco alternativas cuando están en situaciones familiares que pueden impactar su trabajo. Tengo compañeros de trabajo que cuando han recibido noticias difíciles, se me acercan para que pueda orar por ellos.

En cuanto a mi vida familiar, en casa mis hijas tienen una madre, imperfecta, pero que lucha por ellas. Las animo en los estudios, y busco crearles un ambiente de armonía. Les hablo de aprender a descansar. Conversamos, nos abrazamos, nos decimos “te amo”, oro por ellas y saben que cuentan conmigo “para las que sean”. Trato de ser transparente con ellas; ven mis imperfecciones y áreas a mejorar, pero también ven el esfuerzo que hago por ser mejor cada día. Todavía trabajo con la ira y con el perfeccionismo. Lo bueno de este proceso es que no depende solo de mí; me aferro al Espíritu Santo en el proceso. He aprendido a pedir perdón y a

perdonar. Se que según pase el tiempo, continuar en la carrera de la fe traerá otros muros, otros desafíos porque “es la manera que tiene Dios de “purgar nuestros afectos y pasiones” para que podamos disfrutar de su amor y entrar en una comunión más rica y plena con El.” (Scazzero).

¿Qué tengo como tarea de aquí en adelante? Completar al detalle mi genograma. Indagar en la historia familiar para entender mi pasado y mejorar mi presente y futuro. Tengo que sanar todavía asuntos de mi niñez y de mi adultez temprana, y estoy en procesos de terapia al respecto. Soy una obra en construcción, pero tengo expectativas de gozo con lo que Dios está haciendo y lo que seguirá haciendo en mi vida.

Inicié la evaluación de mi realidad espiritual con el Salmo 139, versos 1-2. Me gustaría terminarlo con los versos finales del mismo Salmo:

Salmo 139: 23-24 “Examíname oh, Dios, y conoce mi corazón; pruébame y conoce mis pensamientos; y ve si hay en mi camino de perversidad, y guíame por el camino eterno”.

Amén!