

EVALUANDO MI REALIDAD ESPIRITUAL

Profesor: Rev. Javier Gómez Marrero, DMin

SF503: Iniciación en Dirección Espiritual

Estudiante: Edgardo Rodríguez

El siguiente trabajo discutirá los resultados de 6 avalúos asignados en clase. 1- Senderos Espirituales, 2-Espiritualidad Emocionalmente Saludable, 3-Aptitudes, 4-Learning Type Measure, 5- Escala de Bienestar Espiritual y 6- DISC. Estos avalúos nos ayudan a identificar y evaluar nuestra realidad espiritual. Al final de concluiremos con una reflexión donde se integrarán los 6 avalúos.

Evalúo 1: Senderos Espirituales

Orden de como yo conecto mejor con Dios:

- | | | |
|----|----------------|-----------|
| 1- | Creación: | 21 puntos |
| 2- | Activista: | 16 puntos |
| 3- | Servir: | 15 puntos |
| 4- | Contemplativo: | 14 puntos |
| 5- | Intelectual: | 13 puntos |
| 6- | Adoración: | 11 puntos |
| 7- | Relacional: | 09 puntos |

Estoy de acuerdo con la primera; la Creación. Me encanta mirar la naturaleza y pensar en Dios. Por la noche miro lo que parece ser el espacio. Trato de identificar algunas Constelaciones como la Osa mayor (que para mí es la más fácil de localizar). Mis ojos me dicen que esas estrellas están cerca pero ya la ciencia nos ha explicado lo increíble lejos que están. Me hace recordar lo pequeño que somos ante el Universo y lo pequeño que es el universo y todas las galaxias ante Dios. Así también analizo sobre las montañas y el mar. Mis mejores momentos de oración lo hago apartándome y que se vea la naturaleza. Recuerdo que cuando me encerraba en un cuarto para orar, me distraía mucho. Tenía que hacer mucho esfuerzo para mantenerme en la oración. Me sentía mal conmigo mismo por no completar un tiempo de calidad. Cuando incluía la naturaleza era todo más fluido para mí. El patio de la parte de atrás donde vivo es mi esquina. Aun cuando llega la época de frío, me abrigo bien y salgo. Sentir el frío me hace reflexionar lo violento que es la Naturaleza y sus estaciones; y que Dios tiene control de eso. Hay meses que no importa que tan abrigado estes, no puedes enfrentarte al frío. En este caso me voy al cuarto que mejor vista tiene con las ventanas para mirar afuera.

La segunda es Activista. Han pasado muchos días desde que hice el evaluó. En estos momentos sigo trabajando en mi interior. Creo que si lo vuelvo hacer el evaluó la puntuación puede cambiar en esta área. Si me gusta dar lo mejor en las cosas que hago y si es posible dejar una marca. El trabajar mucho pude llevar al afán, al falso yo. A la misma vez la Biblia dice que todo lo que hagas lo hagas para el Señor. Así que

trato de identificar que estoy sintiendo mientras trabajo, intentando de hacerlo bien para Dios y frenando en el afán. Me encantaría estar en el grupo que multiplicaron sus talentos para Dios, pero sin caer en el “Marta, Marta siempre afanada”.

Mi tercer lugar de conectar con Dios fue Servir. Siempre tengo presente cuando Jesús enseñó los dos mandamientos más importantes. El segundo dice amaras a tu prójimo como a ti mismo. Además, en Mateo 25:40 dice: *“Y respondiendo el Rey, les dirá: De cierto os digo que en cuanto lo hicisteis a uno de estos mis hermanos más pequeños, a mí lo hicisteis.”* Se que esas enseñanzas me han ayudado a tratar a las personas. Las personas son la creación de Dios y como se discutió en la clase cada persona son pequeñas imágenes de Dios y recordarnos que existe un Dios.

El lugar 4to fue Contemplativo. Algunas de estas afirmaciones estaban relacionadas a la soledad. Yo disfruto estar solo. Cuando estoy solo veo la oportunidad de tener intimidad profunda con el Señor. Yo no me aburro ni me desespero al estar solo. Recuerdo que para la pandemia nunca me aburrí. Lamento que muchas personas hayan sufrido en esa época. Por otra parte, yo en mi hogar, lo pasé fenomenal. Terminé cosas que había dejado a mitad. Como daba la impresión de que era el fin del mundo, repasé los libros de Apocalipsis e Isaías. Conseguí en Youtube el libro de Apocalipsis animado, para visualizarlo mejor. Pase mucho tiempo con Dios. Hice mucho ejercicio y leí mucho.

Los últimos 3 fueron Intelectual, adoración y relación. A lo mejor en mi Falso Yo podría pensar que intelectual sería uno de los primeros 3 pero no fue así. Creo que todos queremos estar en grupos relacionados con intelectual. Para eso son los avalúos para ver dónde estamos y no en dónde creemos que estamos. La realidad que a los otros temas les di más puntuación y definitivamente yo conecto más con Dios con el grupo de Creación.

Evalúo 2 Espiritualidad Emocionalmente Sana

El segundo evalúo es de algunos capítulos del libro Espiritualidad Emocionalmente Sana. Identifiqué unas áreas que me hicieron detenerme y reflexionar. Una de estas es el “No hacer caso a los sentimientos de ira, tristeza y miedo”. Hay muchas enseñanzas en la Biblia, pero en ocasiones no las interpretamos de la forma correcta. No recuerdo escuchar a ningún hermano en la fe decir abiertamente “Tengo ira”. Habría sido juzgado de no tener a Dios en el corazón. De igual manera si se expresar miedo o tristeza. Llegué a recibir enseñanzas que si en verdad confías en Dios no debe haber tristeza en tu corazón. Sin embargo, los Salmos están llenos de expresiones de tristeza. David ventilaba sus emociones en los canticos. Job maldijo el día de su muerte. Dios nos dio las emociones y los sentimientos. Debo ventilar mis sentimientos ante Dios. Reconocer como me siento me ayudara a tomar mejores decisiones.

Otro punto para reflexionar en este evalúo es que Dios no me está pidiendo que deje las cosas buenas como desarrollar un arte, compartir con los amigos o cualquier otra

cosa que me produzca felicidad. Hubo una época en mi vida que la enseñanza que escuchaba era que todo es pecado. Ir a la playa era pecado. Compartir con personas que no van a la iglesia era pecado. A lo mejor el propósito detrás de esta enseñanza era cuidarnos. La intención era buena pero la enseñanza no. Creo que, si somos luz en medio de las tinieblas, puedes estar en un equipo deportivo, disfrutarlo y dar testimonio.

El libro habla de la división de una vida normal y otra vida sagrada. Adorar en la iglesia y conducir un carro como criminal. La pregunta que me hago es ¿Cuánto yo reflejo a Dios en el trabajo, en la iglesia, en la carretera, en la fila del banco? ¿Creo que los que aman al Señor de corazón se hacen la misma pregunta? El libro menciona que se ha descubierto que los cristianos hacemos los mismos pecados que cometen las personas no cristianas. Hay que reconocer que, aunque soy separado para Dios soy otro miembro más en esta sociedad y todos los que asisten a la iglesia. Entender que esta carrera es de distancia y debo conectar con Dios todos los días, debo renovar mis fuerzas, descansar y cuidarme. El libro en el capítulo 5 *Retroceder para poder avanzar* hace referencia de las familias imperfectas en las historias bíblicas. Menciona las mentiras de los hijos de Jacob, las trampas de Jacob y hace una lista de todos estos héroes bíblicos y todas sus imperfecciones. Aquí intento identificar mis errores para mejorar y reconocer que Dios me ama aun con mis errores, así como Él amó a estos personajes bíblicos con tantas imperfecciones.

Un aprendizaje en el libro es que el cuidado de uno mismo no es egoísmo, es la correcta administración del único don que tenemos. Creo que lo primordial es cuidar mi espíritu. Pero el cuidar mi espíritu no significa descuidar todo lo demás. En 3era Juan 2 dice: *“Amado, yo deseo que tú seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma.”* Debemos cuidar nuestro cuerpo con dieta, ejercicio, descanso y limpieza. De igual forma nuestra salud mental. Debemos atender nuestras relaciones e incluirlos como espiritual.

Evalúo 3: Aptitudes y Competencias

El siguiente evalúo se enfoca más en la competencia para crear un perfil, trabajar en tus debilidades y reconocer en que áreas podrías desempeñarte mejor. Este es el orden de mis resultados:

1. Planificación y organización
2. Analizando
3. Crear
4. Reaccionar con flexibilidad
5. Perseverante
6. Decidir
7. Funcionamiento bajo presión
8. Liderando

9. Tomar la iniciativa

10. Autogestión y autodesarrollo

11. Ayudar

12. Notar

13. Comunicación por escrito

14. Comunicarse verbalmente

15. Comprobación

16. Redes

Según este evalúo soy bueno en la planificación y organizando. Hay 3 perfiles, estos son: el emprendedor, el comerciante y el comunicador. Observé que los que planifican y organizan podrían ser buenos comerciantes según el evalúo. Yo soy el peor comerciante del mundo. Yo compro algo, al tiempo me doy cuenta de que no lo huso y lo regalo a un amigo que lo necesite. Después, pasa el tiempo y lo necesito y termino comprándolo de nuevo a un precio mayor. Gracias a Dios por mi esposa que ha logrado corregir esto. Yo veo las necesidades y pienso en suplirlas. Recuerdo escuchar personas decir en medios de situaciones: "De aquí surge un negocio" Yo no tengo esa visión. Yo sé que yo organizo y planifico en el trabajo porque si no lo hago va a haber consecuencias. En mi casa, como no siento esa consecuencia o presión (porque mi esposa lo hace) no me considero organizado en ciertas áreas. Yo aprendo de los avalúos, veo cosas relacionadas a mi pero no lo tomo a 100%. Creo que el ser humano es complejo y se adapta a las circunstancias. Yo por ejemplo he tenido que modificar

pensamientos para poder adaptarme a ciertos trabajos. Recuerdo tener un trabajo que me sentía mal. Lo pude manejar diciéndome: “Vamos, que José fue un esclavo; y tu trabajo se acaba a las 5pm” Cuando termine mis estudios y me fui del trabajo me dijeron que lo había hecho muy bien, que cuando quiera volver tenía las puertas abiertas y muchas cosas que me dio la impresión de que creían que a mí me gustaba estar allí. Al tiempo de trabajar en la Escuela, decido entrar al Army y tengo que adaptarme a la cultura militar. En el Army trabajé en Logística, después fui instructor de Combatives y ahora estoy en Asuntos Religiosos. En cada uno he tenido que desarrollar competencias distintas y hasta trabajar en mi interior para adaptarme.

Evalúo 4: Tipos de aprendizajes

Mi perfil de aprendizaje según este Evalúo es el tipo 2. Aparentemente prefiero criticar la información y recopilar datos objetivos que respalden mis ideas. Significan que, por encima de todo, aprendo mejor asimilando hechos abstractos en teorías coherentes. También, me siento cómodo en situaciones que me permiten usar mi mentalidad para deducir respuestas correctas y precisas. Los estudiantes de tipo dos saben de inmediato cuándo es importante saber algo. Esa última oración si se parece a mí. De tanta información que recibimos siempre trato de identificar qué en realidad me concierne. La mayoría de los estudiantes de tipo dos prosperan en entornos donde se desafía su intelecto, especialmente cuando la tarea de aprendizaje requiere un seguimiento minucioso y respeto por las ideas comprobadas. El resultado del avalúo menciona a que los aprendices del tipo dos pasan horas interminables en una investigación tranquila pero disciplinada, por lo general obtienen autoestima al

demostrar que conocen los hechos a fondo y disfrutan resolviendo problemas abstractos difíciles. Aquí es donde digo que el ser humano es complejo. Yo entiendo que entre más se me facilite el material, mejor para mi es el aprendizaje.

Al igual que el avalúo de aptitudes y competencias, el tener que adaptarme a distintos trabajos me ha ayudado aprender de distintas formas. Si yo fuese a escoger, elegiría los aprendizajes en orden cronológicos o sistémicos. Que lleven un orden. Que yo pueda ir en una escalera y cada escalón es importante para poder enfrentar el otro escalón.

Avalúo 5: Escala de Bienestar Espiritual

El avalúo 5 identifico el puntaje de bienestar espiritual. Esto se obtiene combinando el bienestar religioso y bienestar existencial. En este evaluó mi puntaje fue alto. Mi teoría es que esta puntuación dependerá de tu relación con Dios y cuanto has profundizado en tu interior con El. Por ejemplo, la oración 11 decía: “Creo que Dios le preocupan mis problemas” Todos los que llevamos tiempo en el Señor y hemos establecido una relación con El y un pacto sabemos que esto es un CA (completamente de acuerdo).

La oración 15 “Mi relación con Dios me ayuda a no sentirme solo” a no ser que no tengas un problema de depresión esto es otro CA. La oración 1 decía: “No encuentro mucha satisfacción al orar en privado con Dios” esto es un CD (completamente en desacuerdo). Es lamentable que un cristiano tenga una puntuación baja aquí.

Probablemente hay muchos. El profundizar con Dios contesta muchas de las preguntas de la vida. Le da mucho significado a nuestra vida y mucha esperanza.

La biblia menciona que en los últimos tiempos la ciencia avanzara. Esto incluye las ciencias de la salud mental. Las ciencias de la salud mental han hecho un buen trabajo. Creo que el tope de la ciencia relacionada con la salud mental es cuando incluyan todos los versículos bíblicos en las terapias. La teoría de Erikson dice que la última etapa de desarrollo es integridad vs desesperación. Esto es en la vejez. Si no hiciste las cosas bien tendrás un sentimiento de desesperación y tristeza. El libro de Eclesiastes 12 1-8 dice: *“Acuérdate de tu Creador en los días de tu juventud, antes que vengan los días malos, y lleguen los años de los cuales digas: No tengo en ellos contentamiento; antes que se oscurezca el sol, y la luz, y la luna y las estrellas, y vuelvan las nubes tras la lluvia; cuando temblarán los guardas de la casa, y se encorvarán los hombres fuertes ... y el polvo vuelva a la tierra, como era, y el espíritu vuelva a Dios que lo dio. Vanidad de vanidades, dijo el Predicador, todo es vanidad.”* Esta hablando de la vejez. Dice que el hombre fuerte se encorvara, los viejos. En otras palabras, que nos acordemos de Dios por que al llegar a la vejez no tendrás alegría. Estarás triste y desesperado como lo menciona la Teoría de Erikson.

Evaluó 6: DISC: Información de personalidad

El resultado del avalúo fue el siguiente: 44% Dominancia: describe la forma en que enfrenta los problemas, se reafirma y controla las situaciones. 30% Estabilidad: describe su temperamento: paciencia, persistencia y consideración. 16% Cumplimiento: describe cómo aborda y organiza su actividad, procedimientos y responsabilidades. 10% Influencia: describe la forma en que tratas a las personas, la forma en que te comunicas y te relacionas con los demás. En este avalúo no tuve una puntuación alta en organización como en el avalúo de las aptitudes. Los Perfiles que

se utilizan a menudo son Triunfador, Entrenador, Evaluador, Consejero, Creador, Individualista, Inspirador, Investigador, Pensador objetivo, Perfeccionista, Persuasor, Practicante, Entusiasta, Orientado a resultados o Especialista.

Conclusión

En conclusión, los avalúos te permiten tener una idea de quién eres. Saber las competencias que tienes para enfrentar la vida. Te ayuda a visualizar como ves la vida. Puedes entender de que forma conectas con Dios con más facilidad. Conocer estos resultados puedes colocarte en una posición de ventaja. Primero, no perderás tu tiempo culpándote de porque no logras algo de una forma en particular. El conocer tus debilidades te permite hacer planes para trabajar en ellas. También podrías reclutar a alguien con esas capacidades para que el trabajo se realice. Lo mas importante, mejorar tu conexión con Dios y tu bienestar espiritual.

En algunos de los avalúos se me hacía difícil elegir. Cuando habían 2 que se parecían a mí, pero tenía que elegir a cuál le daría la puntuación más alta. Por supuesto no podemos pedir 100% perfección, pero nos da una idea de cómo estamos. En el avalúo de aptitudes dio como resultado que soy organizado y en el avalúo de Personalidad (DISC) salí que no era tan organizado. Yo sé la respuesta a esta contradicción. Si hay consecuencias graves soy organizado. Si no hay consecuencias, me relajo y me enfoco en algo con que amerite más prioridad. Cuando combinas todos estos avalúos puedes visualizar para tu propio perfil.

Según los resultados soy una persona que prefiere conectar con Dios usando la naturaleza. Además, para las cosas del trabajo soy organizado y planificador, esa es mi

competencia mas fuerte. En el área de aprendizaje, prefiero la información y recopilar datos que respalden las ideas. Al esto yo le añado para no encasillarme, que la humanidad al ser compleja tiene la capacidad de adaptarse. Dependiendo de la situación (como ya lo hemos hecho otras veces) cambia, se adapta, aprende y sale a flote. Filipenses 4:13 *"Todo lo puedo en Cristo que me fortalece."*