

Inteligencia espiritual en población cesante: Experiencia didáctica mediada por la meditación¹

Spiritual intelligence in unemployed population:
Didactic experience mediated by meditation

*Luis Alberto Maya García 

luis.maya@ucp.edu.co

Universidad Católica de Pereira

**Jhon Alexander Sánchez Hernández

jhon.sanchez@ucp.edu.co

Universidad Católica de Pereira

***Willmar de J. Acevedo Gómez 

Universidad Católica de Pereira

RESUMEN

La inteligencia, crucial para la adaptación humana, ha sido objeto de reflexión desde tiempos antiguos. Howard Gardner propuso ocho inteligencias en 1983 y en 2001 consideró que puede existir una forma de “inteligencia espiritual”. Recientemente, la inteligencia espiritual ha ganado interés interdisciplinario, destacándose por su aplicabilidad tanto en la vida cotidiana como en la educación. Este estudio, por medio de una interpretación cualitativa de un instrumento cuantitativo, describe la influencia de la meditación en la inteligencia espiritual de personas cesantes que reciben formación en el Instituto de Capacitación Comfamiliar Risaralda. Se emplea el Test SISRI-24 de King y DeCicco (2009) y se propone una secuencia didáctica sobre meditación que incluye técnicas de respiración. Los resultados indican que la práctica de la meditación tiene un efecto positivo en el fortalecimiento de la inteligencia espiritual entre los participantes.

Palabras clave: inteligencia espiritual, ejercicio espiritual, pensamiento trascendente, meditación educativa, cesante

¹ El presente artículo es producto de Trabajo de grado realizado en la Maestría de Pedagogía y Desarrollo Humano, cohorte XXIII, durante los años 2023 y 2024.

* Luis Alberto Maya García. Licenciado en Educación Religiosa, Universidad Católica de Pereira. Especialista en Edumática, de la Universidad Católica de Pereira. Maestrante en Pedagogía y Desarrollo Humano, Universidad Católica de Pereira.

** Jhon Alexander Sánchez Hernández. Licenciado en Comunicación e Informática Educativa, Universidad Tecnológica de Pereira. Especialista en Edumática, Universidad Católica de Pereira. Maestrante en Pedagogía y Desarrollo Humano, Universidad Católica de Pereira.

***Willmar de J. Acevedo Gómez. Doctor en Filosofía. Docente e investigador Universidad Católica de Pereira, quien participa de esta investigación en el rol de Supervisión.



ABSTRACT

Intelligence, crucial for human adaptation, has been the subject of reflection since ancient times. In 1983, H. Gardner proposed eight intelligences, and in 2001 he still believes that a form of “spiritual intelligence” may exist. Recently, spiritual intelligence has gained interdisciplinary interest, highlighting its applicability in everyday life and education. Through a qualitative interpretation of a quantitative instrument, this study describes the influence of meditation on the spiritual intelligence of unemployed people trained at the Risaralda Comfamiliar Training Institute. The SISRI-24 test by King and DeCicco (2009) is used and a teaching sequence on meditation that includes breathing techniques is proposed. The results indicate that the practice of meditation has a positive effect on strengthening the spiritual intelligence of the participants.

Keywords: *spiritual intelligence, spiritual exercise, transcendent thinking, educational meditation, unemployed*

Introducción

“La inteligencia espiritual es una modalidad de inteligencia que está en todo ser humano. Naturalmente, puede estar más o menos desarrollada, lo que pasa con todos”.

Inteligencia espiritual, Francesc Torralba

Uno de los aspectos que más han inquietado al ser humano desde siempre tiene que ver con su inteligencia, ya que gracias a ella puede adaptarse a los más variados entornos y transformarlos. La inteligencia ha llegado a configurarse como un factor significativamente diferenciador entre el hombre y las demás especies que habitan el mundo. Esta inteligencia y sus posibles niveles ha sido estudiada desde la antigüedad y no solo en los tiempos modernos; según García (2016), en la China milenaria:

Confucio distinguió a los seres humanos de la siguiente manera: a) personas de “gran sabiduría”; b) personas de “inteligencia promedio”; y c) personas con “poca inteligencia”. También evaluó la personalidad de los alumnos y utilizó la información obtenida como una guía para la educación de los mismos. (p. 67)

Esto nos hace pensar en una especie de prefiguración bastante remota de lo que en nuestros tiempos manifiesta el psicólogo americano Howard Gardner, quien en 1983 presentó al mundo su teoría de las múltiples inteligencias que puede desarrollar el ser humano. Pocos años después, en *Estructuras de la mente. La teoría de las inteligencias múltiples* (1987), el mismo autor expresaba:

Los que se interesan en la evolución que ha tenido desde 1983 la teoría de las inteligencias múltiples preguntan con frecuencia si se han añadido otras inteligencias o si se han excluido algunas de las originales. La respuesta es

que he decidido no alterar, por ahora, la lista original, aunque sigo considerando que puede existir alguna forma de “inteligencia espiritual” (p. 9).

Es notable que, para gran parte de la sociedad, el desarrollo esté ligado al progreso industrial o económico, como lo dignostican diversos pensadores contemporáneos: “La sociedad del trabajo se ha individualizado y convertido en la sociedad del rendimiento y actividad” (Byung Chul Han, 2012, p. 45). Según Zohar y Marshall (2001), en la sociedad contemporánea la inteligencia espiritual se encuentra en un nivel bajo, pues nos desenvolvemos en una cultura marcada por el materialismo, la búsqueda constante de la eficacia instrumental, una visión estrecha de la vida y la falta de significado y de compromiso (p. 261).

Precisamente en esta situación, el ser humano, presionado por una idea de progreso desesperado, se va olvidando de lo que posiblemente más necesite. Con el ánimo de ir encontrando faros que iluminen el camino para abordar esta cuestión, el rastreo bibliográfico nos ha ido revelando que en las primeras décadas del siglo XXI ha surgido un creciente interés por desarrollar la inteligencia espiritual. Llama aún más la atención que este fenómeno es abordado de manera interdisciplinaria.

Es amplia y diversa la producción textual que se enfoca en definir la inteligencia espiritual, argumentar sus competencias y orientar su aplicabilidad en la vida cotidiana (Alonso, 2011; Amram, 2007; Arias y Lemos, 2015; Fishman, 2017; King y DeCicco, 2009; Martín-Sánchez, Rodríguez-Zafra y Cenicerros-Estévez, 2020; Torralba, 2013; Zohar y Marshall, 2001).

Otras investigaciones enfocan la relación de la inteligencia espiritual con los contextos educativos² (Acuña, 2016; Álvarez y Arias, 2021) y llegan a conclusiones como: “la inteligencia espiritual no pertenece a una creencia o a una determinada religión; por el contrario, es una inteligencia universal, propia del ser humano” (Bartolomé-Huamán; Tolentino-Quiñones y Chinchay-Huarcaya, 2021, p. 381). De igual manera, también hay investigadores que han centrado su interés en tratar de explicar la relación de esta inteligencia con la psicología humanista y la positiva, definir el concepto de inteligencia espiritual y sus competencias, elaborar y validar cuestionarios para poder medirla, y analizar resultados sobre estudios realizados sobre la localización cerebral de esta facultad (Alarcón Orozco, 2020; Martín-Sánchez, Rodríguez Zafra, y Cenicerros-Estévez, 2020; Pérez Lancho, 2016). Bautista (2012) expresa que “en nuestra cultura, las necesidades espirituales son las nuevas prioridades emergentes, que han pasado a ocupar la cúspide de nuestra pirámide de valores, desplazando al consumismo” (p. 1).

Muchos estudiosos que analizan este tipo de inteligencia la proponen desligada de la religiosidad y centrada en el reconocimiento del propio ser, con el propósito de dominar los pensamientos y tener una conciencia más clara sobre el momento presente. Zohar y Marshall (2001) sugieren que la inteligencia espiritual constituye una capacidad intrínseca del cerebro humano y de su interacción con una realidad más amplia (p. 181).

² Matriz de antecedentes bibliográficos rastreados, disponible en: https://docs.google.com/spreadsheets/d/1PeSv2gi_FSLbqXaE9VE3R6Vudp-NNawAemJK0Par14o/edit?usp=sharing.

Asimismo, se ha de tener cuidado en separar la inteligencia espiritual de la moralidad. “Una persona con gran inteligencia espiritual podría hacerse complejas preguntas morales ensayando complicadas gimnasias mentales para justificar respuestas o acciones moralmente cuestionables para una sociedad concreta sin que ello implique que su inteligencia espiritual sea más baja o peor” (Mucha Pomalazo, 2022, p. 31).

Por su parte Vaughan (2002) propone que la inteligencia espiritual “is concerned with the inner life of the mind and spirit and their relationship to being in the world. Spiritual intelligence implies a capacity for a deep understanding of existential realities, questions, and understanding of multiple levels of consciousness” [se ocupa de la vida interior de la mente y el espíritu y su relación con el estar en el mundo. La inteligencia implica una capacidad para una comprensión profunda de las realidades existenciales, preguntas y comprensión de múltiples niveles de conciencia] (p. 19).

En 2009, King y DeCicco desarrollaron un test para medir la inteligencia espiritual y primero hacen “An extensive review of the literature supports four core components: (1) critical existential thinking, (2) personal meaning production, (3) transcendental awareness, and (4) conscious state expansion” [Una amplia revisión de la literatura apoya cuatro componentes básicos: (1) pensamiento crítico existencial, (2) producción del significado personal, (3) conciencia trascendental y (4) expansión de estados de conciencia] (2009, p. 69). Y producto de esta investigación plantean una prueba con la cual se puede medir la inteligencia espiritual y cada una de sus dimensiones.

Teniendo claro que la inteligencia espiritual no se refiere ni pertenece a una confesionalidad religiosa particular, ni se vincula a una corriente espiritual específica, nos preguntamos cómo es posible su desarrollo. En este sentido, Francesc Torralba (2013) propone doce formas de “cultivar” la inteligencia espiritual entre las que se cuenta la meditación, sobre la cual expresa que “tanto en contextos religiosos como en ámbitos laicos, es reivindicada y utilizada en la vida cotidiana. Exige no solo una serie de operaciones de tipo mental, sino de carácter físico, como la postura del cuerpo y la respiración” (p. 112).

En este contexto, y considerando nuestro contacto cotidiano con las personas que acuden al Instituto de Capacitación de Comfamiliar Risaralda en su condición de cesantes, nos preguntamos: ¿Puede la meditación ser una experiencia que mejore la inteligencia espiritual de los estudiantes que participan en el curso competencias clave y transversales en el Instituto de Capacitación Comfamiliar Risaralda?

Entre las personas que acuden a Comfamiliar en condición de cesantes, es común escuchar que la sociedad ejerce una presión sobre ellos al estar fuera del ciclo de la productividad laboral, lo que afecta su estado de ánimo y su percepción negativa de sí mismos al no estar vinculados laboralmente. Una vez identificada esta problemática, se busca ofrecer una alternativa para estas personas que les permita afrontar de mejor manera la situación que están experimentando. Así surge la iniciativa de trabajar con ellos la inteligencia espiritual, puesto que, según lo expuesto anteriormente, podría facilitar el desarrollo de facultades que permiten a los individuos tener un enfoque trascendental sobre su propia existencia.

El objetivo general es describir si la meditación contribuye o no al fortalecimiento de la inteligencia espiritual en las personas cesantes que acuden al curso sobre competencias clave y transversales en el Instituto de Capacitación de Comfamiliar Risaralda.

Formulación y construcción de la inteligencia espiritual

La inteligencia es una característica del ser humano que le permite diferenciarse de otras especies animales, facilitando su adaptación y modificación exitosa en diversos entornos. En cuanto a la evolución del concepto de “inteligencia”, es relevante considerar lo expresado por Peña (2004), de quien se toman los datos que se presentan a continuación. Esta capacidad comenzó a ser sistematizada y medida en 1905 por Alfred Binet y Théodore Simon, quienes crearon el primer test de inteligencia, basado en problemas lógico-matemáticos.

De acuerdo con Secadas, citado por Peña (2004): “En lo sucesivo, las técnicas psicométricas abrieron un ancho cauce a las investigaciones diferenciales de la inteligencia” (p. 24). Peña también menciona que Guilford (1956) mostró que las concepciones tradicionales sobre la medida de la inteligencia (como coeficiente intelectual, CI) son representativas solo de una pequeña muestra de las capacidades mentales. Desde entonces, surgió un nuevo concepto de capacidades superiores que se ha desarrollado en diferentes direcciones, abarcando diversas formas de actividad intelectual (p. 24).

Como resultado de esta evolución del concepto de inteligencia, surgieron nuevas propuestas, como la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner en 1983. Gardner concibe la inteligencia como una red de capacidades diversas, que se agrupan

en ocho tipos de diferentes. Cada individuo posee estas inteligencias, que se desarrollan en mayor o menor medida según su entorno social y familiar. La combinación de estos factores conforma el pensamiento total o inteligencia global de cada persona (cf. Gamandé Villanueva, 2014, pp. 12-13).

En ese momento, Gardner identificó ocho inteligencias presentes en todas las personas: la lingüística-verbal, la musical, la lógico-matemática, la espacial, la corporal-kinestésica, la intrapersonal, la interpersonal y la naturalista. Posteriormente, Gardner sugirió la posibilidad de dos nuevas inteligencias adicionales, como señala Macías (2002): “Además de estas inteligencias, hoy [2000] Gardner está investigando dos probables nuevas inteligencias, es decir, aún son planteamientos hipotéticos: la inteligencia existencial y la moral” (p. 35).

La primera de estas, la inteligencia existencial, es la base para la formulación de la inteligencia que se aborda en este estudio. Macías (2002) define la inteligencia existencial como aquella que “señala la sensibilidad por la existencia del ser humano, mostrando inquietud por reflexiones sobre la trascendencia humana, sobre alfa y omega” (p. 35).

A partir de la identificación de esta novena inteligencia propuesta por Gardner, surgieron investigaciones de otros autores interesados en su desarrollo. Entre ellos, Zohar y Marshall, quienes en la primera década del siglo XXI publicaron *SQ Spiritual Intelligence*, acuñando el término inteligencia espiritual (IES). Según estos autores:

La IES no tiene necesariamente conexión con la religión. Para algunos, la IES puede hallar un modo de expresión a través de la religión organizada, pero ser religioso no garantiza un alto coeficiente de IES. Muchos humanistas y

ateos lo tienen, y muy alto; mientras que otras personas profundamente religiosas lo tienen muy bajo. (p. 23)

A partir de las investigaciones de Zohar y Marshall, surgieron diversos estudios sobre la IES. Por ejemplo, Robert Emmons (2000) y David B. King (2008), quienes influyeron a su vez en el filósofo español Francesc Torralba (2013), autor de *Inteligencia espiritual*, para quien esta facultad:

más allá de las distintas y ricas caracterizaciones que se han esbozado, es específicamente humana, facultando para tener aspiraciones profundas e íntimas, para anhelar una visión de la vida y de la realidad que integre, conecte, trascienda y dé sentido a la existencia. (p. 25)

La inteligencia espiritual ayuda a establecer relaciones más profundas, basadas en una madurez interior que se puede alcanzar de diversas maneras. Torralba propone doce formas de desarrollar la IES, teniendo en cuenta la diversidad de personalidades. Sus propuestas incluyen actividades sencillas y cotidianas como el ejercicio físico o el disfrute musical, hasta otras más complejas como el filosofar y la contemplación. Además, orienta sobre la forma de dar un nuevo enfoque a actividades que contribuyen al crecimiento espiritual, como la solidaridad, el arte y la meditación.

Torralba (2013) sostiene que la meditación no es exclusiva de una tradición o religión, ya que también se practica en contextos laicos. La meditación consiste en entrenar la mente mediante un método que permite cultivarla y potenciarla para darle profundidad a la existencia (p.112).

Una actividad realizada conscientemente y con la disposición de aportar al crecimiento personal tiene la capacidad de otorgar a la persona un mayor control

sobre sí misma. El dominio personal, obtenido a través de la meditación, se basa en la regulación de los pensamientos y el control de las emociones. La creencia, además, es una cuestión tanto de voluntad como de inteligencia. Según Torralba (2013):

La creencia es una cuestión de voluntad, pero también de inteligencia. Como indica José Ortega y Gasset en *Ideas y creencias*, todo ser humano, por el mero hecho de serlo, vive en unas determinadas creencias, religiosas o no. La disponibilidad para creer se debe a esta forma de inteligencia que hay en él. (p. 25)

Secuencia didáctica: facilitador del quehacer docente

En la labor diaria del docente surge esa constante inquietud sobre cómo intervenir en el proceso educativo para motivar e impactar a sus estudiantes. Con respecto a las herramientas pedagógicas, Restrepo (2017) las define como "... estrategias de aprendizaje fundamentales que se pueden utilizar al encontrarnos en el proceso de enseñanza-aprendizaje, tienen un carácter intencional e implican, por tanto, un plan de acción por parte del docente a cargo del grupo" (p. 41).

La secuencia didáctica puede ser una herramienta útil para hacer una presentación más dinámica e integradora de lo que se desea investigar. Es importante considerar que entre los participantes puede haber quienes adopten una postura de negación frente a la espiritualidad, o quienes no estén familiarizados con este tipo de inteligencia. La herramienta seleccionada es adecuada para este propósito, ya que: "Una secuencia didáctica siempre debe dirigirse a una situación didáctica, es decir, una situación de aprendizaje que requiere ser animada juntamente con los estudiantes para contribuir al

logro de las competencias" (Pimienta y Enríquez, 2009, en Pimienta, 2011).

Para desarrollar la secuencia didáctica se ha definido el objetivo y planificado el paso a paso. Se tiene en cuenta el conocimiento del contexto y de las personas que participarán, puesto que lo que funciona en un grupo de personas no siempre funciona en otro grupo; así compartan las mismas características, cada grupo tiene su dinámica. Se definen también los conceptos clave de tal manera que tengan relación entre ellos y el contexto.

Como parte de la planificación es necesario hacer un primer diagnóstico que nos permita identificar los puntos fuertes de los estudiantes: cuáles son sus saberes previos, cuáles son sus inteligencias dominantes y sus necesidades según el contexto en que se desenvuelven.

Metodología

La presente propuesta emplea un instrumento cuantitativo y un análisis cualitativo en un nivel descriptivo. Dadas sus características y su objetivo de describir cómo la práctica de la meditación contribuye, o no, al desarrollo de la inteligencia espiritual en una población específica, puede considerarse como una exploración de tipo descriptivo. Según Hernández et al. (2014), esta metodología "busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis" (p. 92).

Instrumentos

Un instrumento utilizado en esta investigación es el cuestionario presentado por King y DeCicco (2009), diseñado para medir el impacto que la

secuencia didáctica ha tenido en la inteligencia espiritual de los participantes. El cuestionario *Spiritual Intelligence Self-Report Inventory* (SISRI-24), mediante la respuesta a 24 cuestiones enfocadas en cuatro dimensiones: Pensamiento crítico existencial (PCE), Producción del significado personal (PSP), Conciencia Trascendental (CT) y Expansión de estados de conciencia (EEC), permite medir objetivamente la inteligencia espiritual de los individuos involucrados en este estudio.

Otro instrumento empleado es la secuencia didáctica³, que tiene como centro la meditación. La utilización de esta secuencia hace más fácil la presentación de la inteligencia espiritual, considerando el tiempo limitado y las diferentes características de los participantes. Las actividades programadas se diseñaron para verificar la influencia de la meditación en el desarrollo de la inteligencia espiritual. Estas actividades incluyen prácticas meditativas y técnicas de respiración, técnicas de enfoque, posturas y estrategias para meditar.

Participantes

El grupo sobre el que se hace la intervención está conformado por estudiantes del curso de competencias clave y transversales del mecanismo de protección al cesante de la agencia de empleo de Comfamiliar Risaralda. Se cuenta con un total de diez participantes, cinco hombres y cinco mujeres, en edad laboral, los cuales se encuentran en edades entre los 18 y 65 años. Es una población heterogénea integrada por personas de diferentes profesiones

y niveles educativos, pertenecientes a distintos estratos socioeconómicos.

Consideraciones éticas

En el desarrollo de este estudio se han considerado los principios éticos fundamentales que guían las investigaciones científicas con seres humanos, conforme a las directrices establecidas por la Declaración de Helsinki y la normativa ética vigente en Colombia, como lo establece la Resolución 8430, de 1993, del Ministerio de Salud.

1. Consentimiento informado

Todos los participantes en el estudio fueron debidamente informados acerca de los objetivos, metodología y posibles implicaciones de su participación en la investigación. Se garantizó que el consentimiento fuera libre, informado y voluntario, obteniendo su firma en el formato correspondiente. Además, se aseguró que los participantes comprendieran el propósito del estudio y tuvieran la libertad de retirarse en cualquier momento.

2. Confidencialidad y anonimato

La privacidad y la confidencialidad de la información proporcionada por los participantes fueron salvaguardadas en todo momento. Los datos recolectados fueron anonimizados para evitar que pudieran ser asociados a personas específicas, y se implementaron protocolos de manejo y almacenamiento seguro de la información, de manera que solo el equipo de investigación tuviera acceso a los datos recopilados.

3. No maleficencia y beneficencia

La investigación fue diseñada de tal manera que los riesgos para los participantes fueran mínimos, priorizando siempre su bienestar. Se

³ Formato de la secuencia didáctica empleada durante la intervención, disponible en: <https://docs.google.com/document/d/1PzYQZLEYW2R2391HkdVod3dB8dMkcFy3BFWGeuV0avI/edit?usp=sharing>

aseguró que la participación en el estudio no generara daños físicos, psicológicos o sociales a las personas involucradas. Adicionalmente, se buscó que los resultados de la investigación contribuyeran al beneficio de la comunidad, promoviendo una comprensión más profunda del fenómeno estudiado y potenciando posibles acciones en pro de su desarrollo.

4. Respeto a la dignidad humana y diversidad cultural

Dado que la investigación se llevó a cabo en un contexto social específico, como es la población cesante que asiste al Instituto Comfamiliar, se tomaron en cuenta las particularidades culturales, religiosas y sociales de los participantes. Se respetaron en todo momento sus creencias, costumbres y formas de vida, promoviendo un ambiente de diálogo respetuoso y de inclusión.

5. Responsabilidad social

El equipo investigador asumió una postura de responsabilidad social, comprometiéndose a que los resultados de esta investigación sean utilizados para mejorar el bienestar colectivo y aportar al conocimiento de las dinámicas sociales y religiosas de la región. Asimismo, se consideró la posibilidad de compartir los resultados con las comunidades participantes, como una manera de devolver el conocimiento generado en el estudio.

6. Transparencia y honestidad

Durante todas las fases del proceso investigativo, se mantuvo una conducta transparente y honesta, evitando cualquier tipo de fraude, manipulación de datos o de resultados que pudieran distorsionar la realidad investigada. Además, el equipo de investigación se comprometió a

divulgar los hallazgos de manera objetiva y fiel a la verdad.

Procedimiento

Inicialmente, se hace un rastreo bibliográfico sobre meditación con el fin de identificar sus diversos tipos, la complejidad que encierra su práctica, además de las maneras más adecuadas para realizar los ejercicios. Posteriormente, se procede a diseñar la secuencia didáctica teniendo en cuenta los tiempos que se disponían para interactuar con el grupo y la condición de los espacios en lo que se realizaría la intervención. El primer encuentro se lleva a cabo en el salón de clases del Instituto Comfamiliar, en su sede de Santa Rosa de Cabal. Al interactuar con el grupo se pudo identificar que algunos de ellos ya tenían experiencias previas de meditación y participaban de actividades de índole espiritual o religioso. Se realizó una contextualización referida a la inteligencia espiritual y luego se les solicitó que realizaran el cuestionario SISRI-24, para establecer un puntaje base antes de la aplicación de la secuencia.

El segundo y tercer día de intervención se desarrollan en el salón de clases, donde se consigue implementar las actividades propuestas en la programación. Tras la realización de los ejercicios de meditación, se les consulta a los participantes sobre su experiencia. El encuentro final transcurre en un ambiente diferente, en el parque recreacional Consotá, lo que permite que los ejercicios sean ejecutados en una zona verde y en interacción con el entorno natural. Al final de este encuentro, se anima a los colaboradores a completar nuevamente el cuestionario para realizar una comparación y determinar si ha habido cambios en su inteligencia espiritual. Esto permitirá describir

de manera precisa cualquier modificación que se haya presentado.

Resultados

El Inventario de Autoinforme de Inteligencia Espiritual, elaborado por King y DeCicco (2009), permite obtener un puntaje final en un rango de 0 a 96 puntos, el cual evalúa el nivel de inteligencia espiritual según el puntaje obtenido. Se considera una puntuación baja entre 0 y 32, media entre 33 y 55, y alta entre 56 y 96 puntos. Este instrumento de medición facilitó realizar un diagnóstico sobre el estado inicial de la inteligencia espiritual de los participantes a quienes se aplicó la secuencia didáctica.

Es interesante destacar que solo los participantes P2 y P8, quienes obtuvieron 33 y 46 puntos respectivamente, se encontraban en el rango de puntuación media establecido por la prueba antes de realizar la intervención. Ambos participantes, al responder por segunda vez el cuestionario, lograron una calificación alta al obtener 67 y 68 puntos, respectivamente. Los demás participantes ya se encontraban en una calificación alta al iniciar la dinámica y, según sus puntajes, lograron sostenerla luego de realizados los ejercicios.

Para una mejor comprensión de la influencia que ejerce la meditación en el desarrollo de la IES se hace un análisis de cada una de las dimensiones evaluadas en el cuestionario en los dos momentos de aplicación.

Pensamiento crítico existencial

Tabla 1.
Resultados PCE

PCE (0-28)				
Código de participante	Pre-test	Post-test	Diferencia	% IES
P1	25	28	3	100,0
P2	9	17	8	60,71
P3	26	21	-5	75,00
P4	27	28	1	100,0
P5	25	24	-1	85,71
P6	19	17	-2	60,71
P7	26	22	-4	78,57
P8	22	19	-3	67,86
P9	21	20	-1	71,43
P10	21	27	6	96,43

En la Tabla 1 se refleja la evolución experimentada en la dimensión del pensamiento crítico existencial (PCE), la cual se refiere a la capacidad de reflexionar sobre la vida, la muerte, el universo, entre otros aspectos (Fishman, 2013). Notablemente, en el caso del participante 2 (P2), se observa un aumento de 8 puntos en esta dimensión, tras la implementación de la secuencia didáctica. Este incremento representa un avance significativo en el PCE para P2, quien inicialmente obtuvo la puntuación más baja, ya que pasó de 9 a 17 puntos. Estos resultados sugieren que la aplicación de la meditación como eje de la secuencia didáctica ejerce un efecto positivo en el desarrollo de esta dimensión.

Producción de significado personal

Tabla 2.
Resultados PSP

PSP 0-20				
Código de participante	Pre-test	Post-test	Diferencia	% IES
P1	20	20	0	100,00
P2	6	13	7	65,00
P3	20	15	-5	75,00
P4	18	20	2	100,00
P5	18	18	0	90,00
P6	15	15	0	75,00
P7	20	20	0	100,00
P8	14	13	-1	65,00
P9	15	15	0	75,00
P10	17	17	0	85,00

En la Tabla 2, se destaca el progreso notable de P2. Este participante experimentó un aumento sustancial en su puntuación, pasando de 6 a 13 puntos. Este avance indica una mejora en la capacidad de P2 para atribuir significado personal a su existencia. Asimismo, es importante señalar que tiene la posibilidad de continuar desarrollando esta dimensión, ya que, según los resultados del test, solo ha alcanzado un 65% de su máximo potencial en la producción de significado personal (PSP). Este hallazgo sugiere que hay margen para un crecimiento adicional en esta área.

Conciencia trascendental

Tabla 3.
Resultados CT

CT 0-28				
Código de participante	Pre-test	Post-test	Diferencia	% IES
P1	24	23	-1	82,14
P2	11	22	11	78,57
P3	22	19	-3	67,86
P4	26	28	2	100,00
P5	24	20	-4	71,43
P6	20	19	-1	67,86
P7	28	28	0	100,00
P8	5	21	16	75,00
P9	20	20	0	71,43
P10	24	27	3	96,43

En esta dimensión, se observa una marcada diferencia en los resultados tras la intervención, evidenciando valores significativamente positivos. Por ejemplo, P8 experimentó un aumento notable, elevando su puntuación de 5 a 21 puntos. Esta dimensión se centra en comprender cómo se relaciona el individuo con sus pares y el entorno más allá de lo físico o material y, ya que algunos de los participantes no se interesaban anteriormente por ejercicios de meditación o actividades de índole espiritual, se puede atribuir a este factor que algunos de ellos hayan obtenido un puntaje negativo en el segundo momento de la evaluación.

Expansión de los estados de conciencia

Tabla 4.
Resultado EEC

EEC 0-20				
Código de participante	Pre-test	Post-test	Diferencia	% IES
P1	20	20	0	100,00
P2	7	15	8	75,00
P3	13	17	4	85,00
P4	8	16	8	80,00
P5	14	20	6	100,00
P6	8	13	5	65,00
P7	5	4	-1	20,00
P8	5	15	10	75,00
P9	4	11	7	55,00
P10	13	16	3	80,00

Después de la implementación de la secuencia didáctica, esta dimensión revela la mayor diferencia positiva. Es evidente que la mayoría de los participantes experimentaron mejoras notables en esta capacidad, destacando especialmente P8, quien, con una diferencia de 10 puntos, pasó de 5 a 15 puntos. Estos resultados sugieren que, por medio de la meditación, pudo ejercer control sobre el momento de ingresar a estados de conciencia más elevados, permitiendo percibir las situaciones con mayor claridad.

Puntaje total comparativo IES

Tabla 5.
Comparativo puntajes totales

IES (0-96)				
Código de participante	Pre-test	Pos-test	Diferencia	% IES
P1	89	91	2	94,79
P2	33	67	34	69,79
P3	81	72	-9	75,00
P4	79	92	13	95,83
P5	81	82	1	85,42
P6	62	64	2	66,67
P7	79	74	-5	77,08
P8	46	68	22	70,83
P9	60	66	6	68,75
P10	75	87	12	90,63

Al evaluar el resultado global del test después de la intervención, se destaca un progreso notable en el desarrollo de la IES. Los datos revelan que 8 de los 10 participantes experimentaron un incremento en su inteligencia espiritual. Específicamente, P2 exhibe el avance más significativo, con una diferencia positiva de 34 puntos en comparación con su evaluación inicial, seguido por P8, que evidenció un aumento de 22 puntos. Asimismo, P4 mostró una mejora de 13 puntos, mientras que P10 registró una diferencia positiva de 12 puntos con respecto al test inicial.

La mayor diferencia en P2 se ve en la dimensión CT, con una diferencia positiva de 11 puntos que representa un 32% del avance total en el desarrollo de su inteligencia espiritual. Similarmente, P8 presenta su mayor diferencia en la dimensión CT, evidenciando un aumento positivo de 16 puntos,

que constituye un notable 73% del avance total en el desarrollo de su IES. Estos hallazgos subrayan la importancia de la dimensión de la consciencia trascendental en el crecimiento de la inteligencia espiritual de ambos participantes y resaltan la eficacia de las estrategias pedagógicas en esta dimensión específica.

Adicionalmente, la mayor variación en las dimensiones de P4 se da en la dimensión EEC, con una diferencia positiva de 8 puntos, que representa el 62% del avance total en el desarrollo de su IES. La mayor diferencia en las dimensiones de P10 se da en PCE, con una diferencia positiva de 6 puntos, que representa el 50% del avance total en el desarrollo de su IES.

Discusión

La inteligencia espiritual brinda al individuo que la desarrolla la capacidad de interrogarse por su ser. Este cuestionamiento es a nivel no solo material o físico, sino que va más allá y se preocupa por su ser trascendental. Este aspecto es propio de la dimensión nominada *Critical Existential Thinking* (CET). Respecto de esta dimensión, se puede considerar que “It is currently argued that critical existential thinking can be applied to any life issue, as any object or event can be viewed in relation to one’s existence” [Actualmente se argumenta que el pensamiento existencial crítico puede aplicarse a cualquier cuestión de la vida, ya que cualquier objeto o acontecimiento puede verse en relación con la propia existencia] (King y DeCicco, 2009, p. 70).

Este pensamiento, aunque es natural y aporta en gran medida a la inteligencia espiritual, cuenta con algunos factores que dificultan su óptimo desarrollo. El no ser conscientes de la realidad emocional logra

influir sobre la inteligencia espiritual, como lo manifiestan Zohar y Marshall (2001):

cada vez que experimentamos el estremecimiento de la belleza o de la verdad que nos supera, oímos lo sublime en una obra musical, vemos la majestuosidad de un amanecer en la montaña, sentimos la profunda simplicidad de una nueva idea, vivimos las honduras de la meditación o la maravilla de la oración, estamos percibiendo nuestra IES y, en alguna medida, usándola para curarnos. (p. 6)

Por otra parte, al considerar lo mencionado por los autores del cuestionario, se entiende que es natural que, al abordar preguntas existenciales y proporcionar respuestas a las mismas, se perciba un alto índice en esta dimensión. La realización de los ejercicios de meditación guiada permitió a los participantes llevar a cabo una introspección que, en algunos casos, facilitó la comprensión de que existen aspectos de su propia existencia que requieren una mayor atención. Esto sugiere que aquellos participantes que obtuvieron un puntaje menor en la primera prueba lograron darse cuenta de que pueden prestar más atención a sus cuestiones existenciales. Resultado de esto es que los rangos de diferencia negativos son cercanos al resultado inicial, el más lejano de -5 puntos arrojado para P3.

Otra de las dimensiones evaluadas para conocer el nivel de desarrollo de la inteligencia espiritual, la producción de significado personal (PSP), es definida por King y DeCicco (2009) como “la capacidad de construir significado y propósito personal en todas las experiencias físicas y mentales, incluida la capacidad de crear y dominar un propósito de vida” (p. 70). Esta dimensión tiene una gran relevancia para la inteligencia espiritual, ya que permite dar un enfoque trascendental a diferentes

actividades. Al respecto, Vaughan (2002, citado por Nasel, 2004) manifiesta que “La integración activa de la espiritualidad en la vida diaria, y el uso y aplicación adaptativa de habilidades, valores y recursos asociados a ella representan la expresión de la inteligencia espiritual”.

En cuanto a la búsqueda interior y el autorreconocimiento, la meditación ofrece la capacidad de dar acceso a un pensamiento más profundo sobre sí mismo. Esta idea es complementada por Aguilar y Musso (2008), quienes en su texto citan a Osho (1996): “La meditación es un estado de observación acrítica de los contenidos cognoscitivos. Es un medio de descondicionamiento, por lo que los orientales lo conocen como el camino hacia la liberación o la iluminación” (p. 243).

Teniendo en cuenta que esta dimensión se desarrolla a partir de las experiencias del individuo y que entre la primera y la segunda prueba transcurrieron únicamente tres días, es comprensible que no hayan tenido experiencias que contribuyeran a su crecimiento en este aspecto. Es por ello que se puede apreciar en los resultados que una cantidad significativa de participantes, seis, mostraron igualdad en sus resultados en las dos aplicaciones de la prueba. En cuanto a los dos participantes que obtuvieron un resultado menor en el segundo momento, esto podría estar relacionado con el hecho de que al realizar una introspección a nivel personal y comunitario, reevaluaron sus experiencias, lo que llevó a un cambio en su significado personal.

Prosiguiendo con el análisis se halla la dimensión que permite tener una comprensión más profunda del propio individuo y de su entorno. “Implica la capacidad de percibir dimensiones trascendentes del yo (por ejemplo, un yo trascendente), de los

demás y del mundo físico (por ejemplo, el no materialismo, la interconexión) durante el estado normal de conciencia de vigilia” (King y DeCicco, 2009, p. 70). La relevancia de esta dimensión es comentada por Nasel (2004), al expresar que “Al igual que la inteligencia espiritual, la trascendencia espiritual incluye un sentido de unidad entre todos los seres vivos y tolerancia hacia los demás” (p. 53).

En este orden de ideas es posible inferir que, al realizar los ejercicios orientados a identificar la relación con sus seres cercanos, los participantes hayan logrado identificar algunas falencias para establecer un vínculo de manera espiritual. Por ejemplo, al momento de preguntarles por su experiencia al meditar al aire libre, P8 manifestó “... me es más fácil conectarme así; logré notar muchos cantos de pájaros a la distancia, sentí que me limpiaba de preocupaciones, de energías que se llevó el árbol...” (minuto 1:43 del video)⁴. Basados en los resultados de esta dimensión, se puede inferir que la aplicación de la secuencia didáctica logró que aquellos participantes que por diversas razones no se interrogan sobre su existencia más allá del ser físico consiguieran sentirse parte de una totalidad.

Llegados a este punto se puede observar la dimensión que permite identificar la profundidad del ser espiritual. Este último componente tiene la capacidad de hacer entrar en estados espirituales de conciencia, conciencia pura y conciencia cósmica. (cf. King y DeCicco 2009, p. 71). Los estados de conciencia (EC) son las diferentes maneras en que la conciencia se expresa, situación que depende de diversos factores, como los niveles de pensamiento. Los EC están ligados a las experiencias, sentimien-

⁴ Video de la reflexión después de meditar al aire libre, disponible en: VID_20231214_134151.mp4

tos y la situación social particular de cada individuo (para una revisión, ver Herrán, 2006). Esto implica que existan diversas maneras de acceder a esos estados alterados de la conciencia, y se ha identificado que es posible lograrlo mediante la práctica de ejercicios de relajación y meditación (cf. King y DeCicco 2009, p. 71).

En cuanto a esta dimensión, se constata que solo un participante obtuvo un puntaje negativo al realizar por segunda vez la prueba. Es posible inferir que este participante no haya comprendido las preguntas relacionadas con este componente, ya que sus respuestas no muestran coherencia. La afirmación inicial de esta dimensión es: “Soy capaz de entrar en estados de conciencia más elevados”, a la cual asignó un cero, que se traduce como su aceptación de que no consigue acceder a esos estados. Posteriormente, en la siguiente afirmación: “Frecuentemente veo las situaciones y opciones de forma más clara cuando me encuentro en estados más elevados de conciencia”, dio una respuesta de cuatro, lo que implica que en esos estados su percepción es más clara; esta respuesta resulta incoherente, ya que, si no puede entrar en dichos estados, no se entiende cómo podría beneficiarse de ellos.

Los resultados obtenidos sugieren que la práctica de la meditación puede tener un impacto positivo en el desarrollo de la inteligencia espiritual de los participantes. Se observaron mejoras significativas en áreas como la capacidad de cuestionarse por relaciones más trascendentales y plantearse interrogantes más profundas sobre su propia existencia. Estos hallazgos respaldan la hipótesis de que la meditación no solo puede ser beneficiosa para

el bienestar mental y emocional de los estudiantes, sino también para su crecimiento espiritual.

En resumen, luego de reflexionar sobre lo realizado, la intervención sugiere que diseñar y ejecutar una secuencia didáctica centrada en la meditación puede influir positivamente en el fortalecimiento de la inteligencia espiritual de las personas que participen en las actividades propuestas.

Limitaciones

La propuesta investigativa, aunque fue planificada y preparada para una ejecución eficaz, enfrentó algunas limitaciones que merecen ser mencionadas y consideradas. La primera limitación fue el tiempo disponible para llevar a cabo la intervención con el grupo de muestra participante, lo cual se debió al trámite requerido para obtener el debido permiso de las directivas del Instituto Comfamiliar, necesario para acceder al espacio e interactuar con los estudiantes.

La segunda se relaciona con la cantidad de participantes que integraron la muestra, ya que su bajo número impidió la formación de un grupo de comparación. Asimismo, sería interesante realizar una intervención similar a la de esta propuesta en grupos poblacionales con características diferentes; por ejemplo, personas con estabilidad laboral, jóvenes universitarios o personas privadas de libertad. Esto, con el fin de validar el impacto que logra tener la meditación sobre la inteligencia espiritual de personas que se encuentran en diversas situaciones y bajo distintos factores contextuales.

Referencias bibliográficas

- Acuña, P. (2016). *Desarrollo de habilidades de inteligencia espiritual en jóvenes formadores de catequistas: Una fórmula de acompañamiento espiritual en una parroquia de la diócesis de Talca* [tesis de magíster, Universidad Alberto Hurtado]. UAHURTADO. <https://repositorio.uahurtado.cl/bitstream/handle/11242/23791/MAPBravoS.pdf>
- Aguilar, G. y Musso, A. (2008). La meditación como proceso cognitivo-conductual. *Suma Psicológica*, 15(1), 241-258. <https://www.redalyc.org/pdf/1342/134212604010.pdf>
- Alarcón Orozco, E. (2020). Un proyecto para trabajar la inteligencia espiritual a través de coaching. *Revista de Ciencias de la Comunicación e Información*, 25(2), 91-105. [http://doi.org/10.35742/rcci.2020.25\(2\).91-105](http://doi.org/10.35742/rcci.2020.25(2).91-105)
- Alonso, A. (2011). *Pedagogía de la interioridad*. Narcea.
- Álvarez, S. y Arias, R. (2021). *Propuesta pedagógica mediada por las TIC para fortalecer la inteligencia espiritual* [trabajo de magíster, Fundación Universitaria Los Libertadores]. https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/3851/Arias_Alvarez_2021.pdf
- Amram, Y. (2007). The Seven Dimensions of Spiritual Intelligence: An Ecumenical Grounded Theory. Paper presented at the 115th Annual Conference of the American Psychological Association, San Francisco, CA. <http://www.yosiamram.net/papers>
- Arias, R. y Lemos, V. (2015). Una aproximación teórica y empírica al constructo de inteligencia espiritual. *Enfoques*, 27(1), 79-102. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1669-27212015000100005&script=sci_arttext
- Bartolomé-Huamán, A., Tolentino-Quiñones, H. y Chinchay-Huarcaya, J. (2021). Inteligencia espiritual: Importancia de su implementación en el sistema educativo. *593 Digital Publisher CEIT*, 6(6-1), 375-384. <https://doi.org/10.33386/593dp.2021.6-1.838>
- Bautista Guadalupe, J. M. (2012). Inteligencia espiritual por desconocimiento. *Padres y Maestros*, (348), 9-13. <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/583>
- Emmons, R. A. (2000). Spirituality and Intelligence: Problems and Prospects. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 10(1), 57-64. https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1001_6
- Fischman, D. (2017). *Inteligencia espiritual en la práctica: Cómo aplicarla en la vida y en la empresa*. Planeta.
- Gamandé-Villanueva, N. (2014). *Las inteligencias múltiples de Howard Gardner: Unidad piloto para propuesta de cambio metodológico* [Trabajo de grado, Universidad Internacional de la Rioja] REUNIR. <https://reunir.unir.net/handle/123456789/2595>
- García, J. (2016). La introducción de la escala de inteligencia de Stanford-Binet en el Paraguay. *Interacciones*, 2(1), 65-83. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5759440>

- Gardner, H. (2001). *Estructuras de la mente. La teoría de las múltiples inteligencias* (6.ª ed.). Fondo de Cultura Económica.
- Han, Byung-Chul. (2012). *La sociedad del cansancio*. Herder.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. (6.ª ed.). McGraw-Hill / I Interamericana Editores.
- King, D. B. (2008). *Rethinking claims of spiritual intelligence: A definition, model, and measure*. [Master's thesis, Trent University].
https://central.bac-lac.gc.ca/.item?id=MR43187&op=pdf&app=Library&oclc_number=682256364
- King, D. B. y DeCicco, T. L. (2009). A viable model and self-report measure of spiritual intelligence. *International Journal of Transpersonal Studies*, 28(1), 68-85. <https://doi.org/10.24972/ijts.2009.28.1.68>
- Macías, M. A. (2002). Las múltiples inteligencias. *Psicología desde El Caribe*, (10), 27-38. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21301003.pdf>
- Martín-Sánchez, A., Rodríguez-Zafra, M. y Cenicerros-Estévez, J. C. (2020). Definición y competencias de la inteligencia espiritual. Estudio cualitativo. *Acción Psicológica*, 17(2), 83-102. <https://doi.org/10.5944/ap.17.2.29527>
- Mora-Mérida, J. A., Martín-Jorge, M. L. (2007). La escala de la inteligencia de Binet y Simon (1905): Su recepción por la psicología posterior. *Revista de Historia de la Psicología*, 28(2-3), 307-313. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2384629>
- Mucha Pomalazo, M. I. (2022). *Viabilidad de la inteligencia espiritual como novena inteligencia múltiple* [Trabajo académico, Universidad Ricardo Palma]. URP. https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/5827/T030_07497810_T%20MARTHA%20IGNACIA%20MUCHA%20POMALAZO.pdf
- Nasel, D. (2004). *Spiritual orientation in relation to spiritual intelligence: A consideration of traditional Christianity and New Age individualistic spirituality* [PhD thesis, University of South Australia]. UniSA Research Degree Theses. <https://hdl.handle.net/1959.8/24948>
- Peña del Agua, A. M. (2004). Las teorías de la inteligencia y la superdotación. *Aula Abierta*, (84), 23-38. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1307820>
- Pérez Lancho, M. C. (2016). Inteligencia espiritual. Conceptualización y cartografía psicológica. *International Journal of Develop Mental and Educational Psychology*, 2(1). 63-69. <https://www.redalyc.org/journal/3498/349851777007/html/>
- Pimienta Prieto, J. H. (2011). Secuencias didácticas: Aprendizaje y evaluación de competencias en educación superior. *Bordón* 63(1). 77-92. <https://recyt.fecyt.es/index.php/BORDON/article/view/28906>
- Restrepo M. (2017). *El material didáctico como herramienta pedagógica para fortalecer la atención de los niños de transición de la normal superior Santa Teresita de Lórica, Córdoba* [trabajo de grado, Universidad

Santo Tomás de Aquino]. USTA. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/15637/Martharetrepo20181.pdf>

Torralba, F. (2013). *Inteligencia espiritual*. Plataforma.

Vaughan, F. (2002). What is spiritual intelligence? *Journal of Humanistic Psychology*, 42(2), 16-33. <https://doi.org/10.1177/0022167802422003>

Zohar, D. y Marshall, I. (2001). *Inteligencia espiritual*. Plaza & Janes.