



AVANZANDO HACIA EL DESARROLLO ÍNTEGRO DE LA PERSONA: APROXIMACIÓN AL CONCEPTO DE INTELIGENCIA ESPIRITUAL

Advancing towards the integral development of the person:
Approach to the concept of spiritual intelligence

ELENA ALARCÓN OROZCO
Universidad de Málaga, España

KEYWORDS

*Spiritual intelligence
Emotional intelligence
Spiritual education
Emotional education
Spirituality
Human strengths
Interiority*

ABSTRACT

In the present work, an approach to the concept of spiritual intelligence is exposed as part of the bio-psycho-socio-spiritual reality of the human being, with the aim of generating the need for a spiritual education that completes emotional education and favours integral development of the person, as a fundamental part of the purpose of the educational system.

PALABRAS CLAVE

*Inteligencia espiritual
Inteligencia emocional
Educación espiritual
Educación emocional
Espiritualidad
Fortalezas humanas
Interioridad*

RESUMEN

En el presente trabajo se expone un acercamiento al concepto de inteligencia espiritual como parte de la realidad bio-psico-socio-espiritual del ser humano, con el objetivo de generar la necesidad de una educación espiritual que complete la educación emocional y favorezca al desarrollo íntegro de la persona, como parte fundamental de la finalidad del sistema educativo.

Recibido: 11/ 09 / 2022

Aceptado: 16/ 11 / 2022

1. Introducción

El objetivo de la educación emocional es el desarrollo de las competencias emocionales, imprescindibles para el desarrollo integral de la persona y para la construcción del bienestar personal y social. El desarrollo integral de la persona es, además, la finalidad del sistema educativo y conlleva trabajar en la construcción de la personalidad del individuo, así como en el pleno desarrollo de sus capacidades intelectuales, sociales, culturales y emocionales. Este planteamiento supone un reto que conlleva un cambio de paradigma educativo que supere el interés por el desarrollo de capacidades intelectuales, sociales y culturales, y promueva el desarrollo de capacidades o competencias emocionales que contribuyan al conocimiento de sí mismo y de los demás (Bisquerra y Mateo, 2019).

De hecho, tal y como apunta Bisquerra (2011), la educación emocional trata de dar respuesta a estas necesidades que no están lo suficientemente atendidas en el curriculum académico ordinario que debe responder a las demandas sociales, teniendo en cuenta que nuestro actual sistema social se caracteriza por el cambio y la transformación que se producen a una gran velocidad, por tanto, no es tan importante la posesión del conocimiento como las habilidades para saber gestionar la información y tomar decisiones que permitan al individuo la rápida adaptación al cambio.

Es por esta razón, que en las últimas décadas ha crecido el interés por la inteligencia emocional ya que, como afirman Palomera *et al.* (2008), el trabajo de la inteligencia emocional nos permite desarrollar capacidades para reconocer, comprender, facilitar y regular nuestras emociones. Sin embargo, nosotros pensamos que esas capacidades no son suficientes para hablar del desarrollo íntegro de la persona, ya que, siguiendo a Torralba (2021), la persona tiene necesidades que van más allá de lo corporal, lo psicológico o lo social, pues son necesidades de orden espiritual.

En este sentido, nos situamos en una concepción integrada del ser humano como una realidad bio-psico-socio-espiritual, defendida, entre otros, por Vargas y Moya (2018) y apoyada por las nuevas corrientes de la psicología humanista y la psicología positiva.

Esta concepción del ser humano implica que, al hablar del desarrollo íntegro de la persona, tengamos que considerar no solo las capacidades intelectuales, sociales, culturales y emocionales, sino también la espiritualidad como parte esencial de la misma, hablamos entonces de que este nuevo paradigma educativo debe incluir el "aprender a ser".

Partiendo de esta premisa, nos planteamos la necesidad de trabajar el componente espiritual, preparando a nuestro alumnado para desarrollar el pensamiento crítico que les permita reflexionar sobre la propia espiritualidad, sobre nuestro sistema de valores, los estilos de vida a los que invitan los medios de comunicación, las redes sociales y la publicidad. La inteligencia espiritual permite distanciarnos de todo esto para poder tomar decisiones desde la libertad y la conciencia crítica.

Pero no es posible trabajar la inteligencia espiritual con el alumnado, sin una formación por parte del profesorado. Es por esto que consideramos fundamental establecer programas de formación docente, en los que estos puedan trabajar su inteligencia espiritual y así dar respuesta a esta necesidad educativa.

En este ensayo, se ofrece una primera aproximación al concepto de educación espiritual, que incide en las facetas espirituales y las fortalezas humanas, que pueden ser trabajadas para desarrollar las competencias emocionales y espirituales, colaborando de este modo al desarrollo íntegro de la persona, finalidad del sistema educativo actual. Concretamente, presentamos una primera aproximación al concepto de educación espiritual, en el que estamos trabajando para que, fomentando el desarrollo de las facetas espirituales y las fortalezas humanas, podamos contribuir al de las competencias emocionales y espirituales y alcanzar así una de las finalidades del sistema educativo: el desarrollo íntegro de la persona.

2. Metodología

Para la realización de este trabajo, se ha empleado la metodología de revisión bibliográfica, cuyas características están centradas en el análisis sistemático de la información recopilada en torno a las categorías de estudio previamente establecidas y que giran en torno a la perspectiva de la psicología humanista y positiva, entrelazando los componentes de una y otra, para la cual se han utilizado filtros de búsqueda de acuerdo a las palabras clave y criterios de inclusión-exclusión, relacionados con la temática en la que estamos trabajando para profundizar en el estudio del desarrollo de competencias emocionales y espirituales.

2. Análisis

2.1. De la inteligencia Emocional a la Inteligencia Espiritual

En las últimas décadas se ha escrito mucho sobre inteligencia emocional, que correlaciona con el interés que ha suscitado la educación emocional y que está relacionado con la aparición, a finales del siglo XX, de la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner y la difusión de los trabajos de Goleman. Sin embargo, hay un gran

desconocimiento social tanto de la inteligencia emocional como de la espiritual, situando a ambas como parte de la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner, y en principio no fue así, tal y como describimos en Alarcón (2020).

El interés por la inteligencia emocional surgió a raíz de la obra de Goleman (1995), en la que la presenta en contraste con la inteligencia racional, estimando que tan importante puede ser lo racional como lo emocional y, además, considerando que las competencias emocionales se pueden aprender y, por tanto, todas las personas podemos ser emocionalmente inteligentes (Bisquerra, 2003). Goleman considera la inteligencia emocional como una serie de capacidades relacionadas con el conocimiento y el control de las emociones, así como con la sensibilidad hacia el estado emocional de uno mismo y de los demás (Gardner, 2011).

Por otro lado, la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner surge como alternativa cuando este pone en duda el cociente intelectual (CI) como medida del potencial humano. Gardner entendía la inteligencia como el resultado de varias capacidades independientes, hasta ese momento consideradas como talentos (Woolfolk, 2011), de modo que Gardner (1995) distingue siete inteligencias, que son: lingüística, musical, lógico-matemática, espacial, cinestésico-corporal, intrapersonal e interpersonal. En 2001, añade la inteligencia naturalista. Hay que tener en cuenta que Gardner nunca se plantea la existencia de una inteligencia emocional, porque, tal y como apunta Bisquerra (2003) y el propio Gardner (2011), considera que está formada por la inteligencia interpersonal e intrapersonal. La primera tiene que ver con la inteligencia social y la segunda con la personal y ambas dan respuesta a las necesidades de gestión emocional.

Con respecto a la Inteligencia espiritual, las primeras autoras que afrontan el tema desde una perspectiva científica son Zohar y Marshall (2001) que consideran que la principal diferencia entre la inteligencia emocional y la espiritual es que esta tiene poder de transformación. La inteligencia emocional nos hace conscientes de los sentimientos propios y de los demás, nos permite reconocer la situación en la que me encuentro y responder de manera adecuada al dolor y al placer. Sin embargo, la inteligencia espiritual me da la capacidad para preguntarme si quiero estar en esa situación o quiero cambiarla. Para estas autoras los seres humanos “somos esencialmente espirituales porque sentimos la necesidad de preguntarnos cuestiones fundamentales o sustanciales” (p. 20), tratamos de buscar sentido a nuestra vida y dar valor a lo que hacemos.

Para Zohar y Marshall, la inteligencia espiritual es la “capacidad del ser humano para afrontar y trascender el sufrimiento y el dolor, dar valor, significado y sentido a los actos humanos” (Álvarez, 2015, p. 149), permitiendo a las personas afrontar y resolver problemas de significados y valores, poner nuestros actos y nuestras ideas en un contexto más rico y significativo, y determinar que una opción es más valiosa que otra (Zohar y Marshall, 2001).

Por su parte, Gardner no incluye en su modelo la inteligencia espiritual (a pesar de las demandas y las especulaciones sobre la misma), pero tampoco descarta la posibilidad de hacerlo en un futuro, pues la considera digna de atención (Gardner, 2011; Arias y Lemos, 2015). De hecho, desde el inicio se refiere a ella como inteligencia existencial o trascendental, no como inteligencia espiritual, conceptualizándola como aquella capacidad por interesarse por cuestiones trascendentales como el sentido de la vida y de la muerte o el destino final del mundo físico y psicológico, incluyendo la capacidad de situarse a uno mismo en relación a estas características existenciales de la condición humana (Gardner, 2011).

Una vez aclarado el origen de ambas inteligencias, nosotros consideramos que están íntimamente relacionadas, aunque no son lo mismo, pues los componentes de una se enraízan en la otra, no podemos entender la inteligencia espiritual sin tener en cuenta la gestión y las competencias emocionales (inteligencia emocional), que según Bisquerra y Mateo (2019) incluyen conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y habilidades de vida para el bienestar. Por tanto, las dos (Inteligencia emocional y espiritual) son necesarias para el desarrollo pleno e íntegro de la persona y su bienestar, y deben ser trabajadas desde el ámbito educativo. Zohar y Marshall (2001) van más allá, considerando la inteligencia espiritual como primordial, pues sería la base para el buen funcionamiento del resto de inteligencias.

2.2. De la Educación Emocional a la Educación Espiritual

Para Gómez (2014), el hecho de que Gardner defina la inteligencia como una capacidad, la convierte en una destreza que se puede desarrollar. En este sentido, creemos que nuestro objetivo con respecto a la educación espiritual debe ir dirigido a concretar los procesos que estimulan la inteligencia espiritual para buscar herramientas y estrategias que activen esos procesos.

Torralba (2012) reconoce que hay un vínculo entre la inteligencia emocional, social, intrapersonal y espiritual y la necesidad de educarla para alcanzar el desarrollo pleno de la persona. De hecho, considera que hay un gran desfase entre el nivel de reconocimiento y atención educativa de otras inteligencias (lingüística, lógico-matemática, cinestésico-corporal, musical y social) con respecto a la inteligencia emocional, intrapersonal y espiritual. Esto hace que se preocupe por tres analfabetismos que, considera, ha detectado y que recogemos a continuación:

- Analfabetismo emocional, entendido como la dificultad o incapacidad para identificar emociones, expresarlas de forma correcta y canalizar emociones tóxicas (celos, envidia, culpa, angustia, desesperación, miedo, etc.).

- Analfabetismo intrapersonal, por el escaso conocimiento que se tiene de uno mismo, de nuestro potencial, necesidades, posibilidades, limitaciones, misión en el mundo o de nuestro ser.
- Analfabetismo espiritual, referido a la dificultad o incapacidad para tomar distancia de la realidad, enfrentarse a preguntas sobre el sentido de la existencia, maravillarse ante la realidad, analizar el propio sistema de creencias, valores, ideales o sentirse parte de un Todo.

Sí es cierto que con respecto a la inteligencia emocional y el analfabetismo que de ella se deriva, son muchos los estudios y avances que se están realizando, no así con la inteligencia espiritual. Por tanto, se hace necesaria una pedagogía de la inteligencia espiritual, una didáctica que incluya todos los niveles educativos (Gómez, 2014).

Por otro lado, hay que aclarar que, en nuestro país y en la mayoría de los países europeos, tradicionalmente se ha considerado que la educación de lo espiritual solo tenía sentido en los centros educativos de corte confesional vinculados a un carisma religioso fundacional, por tanto, era algo que no correspondía a los centros aconfesionales o públicos. Sin embargo, esta asociación es simplista y perjudicial para el desarrollo pleno de la persona, pues el alumnado de los centros no confesionales, también tienen potencial e inteligencias espirituales que requieren desarrollo (Torralba, 2012 y Gómez, 2014).

En este sentido, Torralba (2012) distingue la inteligencia espiritual de la consciencia religiosa, concibiendo la primera como condición que posibilita la segunda: la espiritualidad es una dimensión del ser, mientras que la religiosidad está más relacionada con un estado, es un acto de fe. Es por esto que se debe tratar la espiritualidad de forma transversal o interdisciplinar, ya que la formación integral no es la suma de la educación de las partes. De hecho, cada vez son más los países que defienden y atienden una competencia espiritual, trascendental o existencial (Gómez, 2014), pues no cabe duda de que existe una necesidad del ser humano de creer en una realidad trascendente para dar sentido a su existencia (Lacroix, 2008).

Esta concepción puede derivar de que, en nuestro país, todavía se parte de un esquema antropológico tridimensional, considerando a la persona como un ser biológico, psicológico y social, excluyendo la esfera espiritual. En este sentido, Torralba (2021), considera que el hombre no es solo un ser biopsicosocial, sino que existen un conjunto de necesidades en la persona que no son de orden corporal, ni psicológico, ni social, son de orden espiritual, y, por tanto, exigen el trabajo de una capacidad que va más allá, la inteligencia espiritual, para poder darles respuesta satisfactoriamente, algo que iría en la línea expuesta anteriormente por Lacroix (2008).

En este sentido, la psicología positiva y la psicología humanista presentan una concepción integrada del ser humano como una realidad bio-psico-socio-espiritual (Vargas y Moya, 2018). Esto ha provocado que, en diferentes sectores académicos y profesionales aumente el interés y la concienciación por considerar la espiritualidad como una parte esencial e integral del desarrollo de la personalidad (Salgado-Lévano, 2015) y, por tanto, hay que trabajarla en el ámbito educativo. Para Vargas y Moya (2018), la educación, según la perspectiva humanista, debe facilitar las condiciones que permitan el pleno desarrollo de la persona y esto comprende la competencia espiritual.

El enriquecimiento de este componente espiritual te prepara para reflexionar de manera crítica sobre tu propia espiritualidad, sobre el sistema de valores de tu entorno y el tuyo propio, sobre los estilos de vida a los que invitan los medios de comunicación, las redes sociales y la publicidad, te permite tomar distancia de ellos, innovar y alterar los modos de vivir y expresarse, siendo una fuente de libertad y de conciencia crítica (Torralba, 2012), todo esto es considerado como objetivos del sistema educativo actual, de hecho una de las competencias consideradas como básicas hace referencia al pensamiento crítico y al espíritu emprendedor.

La educación espiritual y esta pedagogía de la inteligencia espiritual que aquí defendemos como necesaria, debe poner en valor prácticas de orden espiritual que son imprescindibles para el desarrollo integral de la persona y por tanto es importante conocerlas, y familiarizarse con ellas. Estas prácticas podrían ser la meditación, el silencio, la contemplación, la oración, la gratitud o la conciencia plena (Torralba, 2012). Muchas de estas prácticas van en la línea de las propuestas por Bisquerra y Mateo (2019) para trabajar la regulación emocional: relajación, meditación, mindfulness, introspección, diálogo interno, etc.

Vamos a ver qué podemos entender como contenidos de la educación espiritual para poder estudiar cómo trabajarla.

2.2.1. Contenido de la educación espiritual: la espiritualidad como fortaleza humana

Desde la psicología positiva, la espiritualidad se puede considerar como una fortaleza humana que se relaciona con un desarrollo pleno y maduro. Debemos recordar que la psicología positiva nace tras la Segunda Guerra Mundial, con el objetivo de centrarse en el potencial humano en lugar de las deficiencias psicológicas, enfatizando las experiencias positivas y los rasgos personales positivos, recogidos como virtudes y fortalezas del ser humano. Para lograr este objetivo, Bisquerra (2011) y Vargas y Moya (2018), consideran que habría que trabajar en el desarrollo de las virtudes y fortalezas que nos van a permitir alcanzar estados positivos como alegría, esperanza, espiritualidad, confianza o serenidad personal (Carr, 2007).

En este sentido, Peterson y Park (2009), Castro (2010) y Seligman (2011) recogen una propuesta de 24 fortalezas, agrupadas en 6 virtudes y que van a permitir el desarrollo pleno del potencial humano y entre esas

fortalezas encontramos la espiritualidad. Según Bisquerra (2011) y Vargas y Moya (2018), estas fortalezas pueden ser trabajadas para fomentarlas y contribuyen a la satisfacción vital, el bienestar psicológico y la felicidad, por tanto, el desarrollo de estas competencias previene la aparición de trastornos psicológicos, algo que va en línea con la filosofía de la psicología positiva. Estas virtudes y fortalezas son:

- Sabiduría y conocimiento: creatividad, curiosidad, apertura de mente, amor al aprendizaje y perspectiva.
- Coraje: valentía, persistencia, vitalidad y autenticidad.
- Humanidad: amabilidad o bondad, inteligencia social y amor.
- Justicia: equidad, liderazgo y trabajo en equipo.
- Templanza o contención: capacidad de perdonar, autorregulación, prudencia y modestia.
- Trascendencia: apreciación por la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, humor y espiritualidad.

Para Peterson y Seligman (2004, citados en Vargas y Moya, 2018), la espiritualidad es la fortaleza más humana y la definen como “la capacidad de tener creencias coherentes en relación con el propósito más alto, al significado del universo y al lugar que ocupamos en él” (p. 293). Es decir, esta fortaleza hace que uno se haga preguntas sobre el sentido de la vida, de modo que la respuesta influirá en nuestras conductas.

Independientemente del concepto que tengamos de espiritualidad, todos los autores coinciden en el hecho de que se puede y debe trabajar para el pleno desarrollo de la persona, por tanto, el desafío educativo actual está en concretar qué y cómo vamos a trabajar esa espiritualidad para desarrollar la inteligencia espiritual. Este es el verdadero reto educativo del siglo XXI: fomentar la espiritualidad a través de la inteligencia espiritual, de modo que podemos facilitar el conocimiento de sí mismo y el desarrollo integral de la persona.

Para poder trabajar la inteligencia espiritual, primero debemos conocerla a fondo. Hay diferentes modelos de inteligencia espiritual, por ejemplo, Wigglesworth (2014) describe un modelo de inteligencia espiritual entendida como la capacidad de actuar con sabiduría y compasión, identificando 21 aptitudes o competencias, creando además el primer instrumento para medirla, el SQ21. Estas 21 aptitudes, están recogidas en cuatro cuadrantes (ver figura 1), similar al modelo utilizado por Goleman para describir la inteligencia emocional y, además plantea nueve pasos para trabajar en el desarrollo de la inteligencia espiritual, de los que hablaremos más adelante.

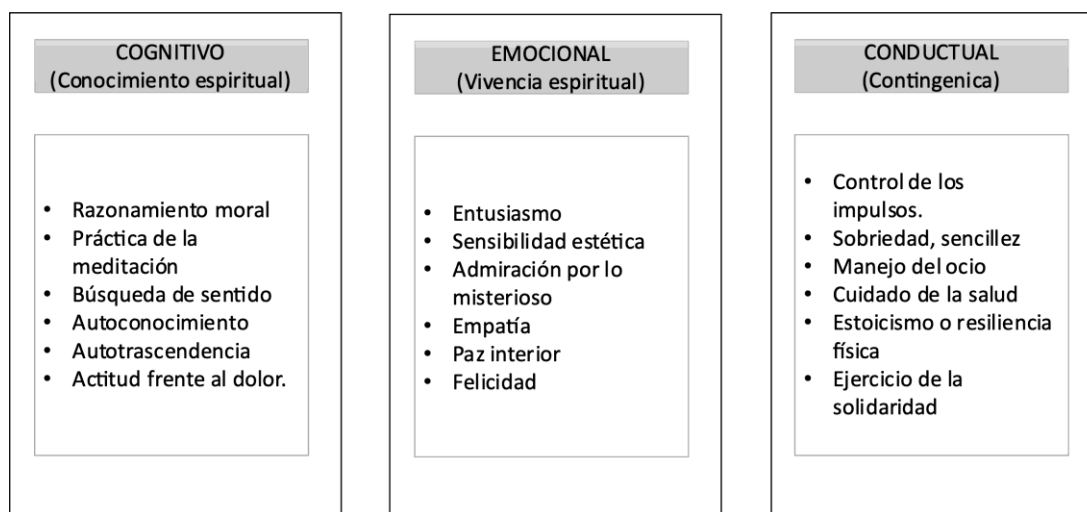
Figura 1. Las 21 aptitudes y los cuatro cuadrantes de la IE de Wigglesworth



Fuente: Wigglesworth, 2014, p. 71.

Este modelo es muy interesante, pero también complejo para un primer acercamiento al concepto de inteligencia espiritual, por eso nosotros, para este trabajo, vamos a tomar como referencia el modelo de inteligencia espiritual descrito por Arias y Lemos (2015), que, consideramos es más asequible y que consta de tres dimensiones (cognitiva, emocional y conductual) con las que estamos más familiarizados en el ámbito educativo, con seis facetas o aspectos cada una y que quedan recogidos en la figura 2 y que, en esencia, son similares a las 21 competencias de Wigglesworth.

Figura 2. Facetas que componen la inteligencia espiritual según modelo de Arias y Lemos (2015)



Fuente: Basada en Alarcón, 2020.

Este modelo no se aleja de la descripción de las fortalezas humanas aportada por Peterson y Park (2009) y Castro (2010) y recogidas por Vargas y Moya (2018), ya que estas se pueden relacionar con las facetas descritas por Arias y Lemos (2015), y, tal y como apuntaba Bisquerra (2011), se pueden trabajar desde la educación espiritual. En este sentido Zohar y Marsall (2001) proponen fomentar la inteligencia espiritual aumentando nuestra tendencia a preguntar por qué, a buscar conexiones entre las cosas, a ser más reflexivos, a ser más consciente con nosotros mismos, más honestos e incluso valientes.

2.2.2. ¿Cómo podemos trabajar la Educación Espiritual?

Una vez hemos determinado los posibles contenidos a trabajar para fomentar la inteligencia espiritual, cabría preguntarse cómo podemos hacerlo, es decir qué herramientas o estrategias pueden ayudarnos a fomentar esas fortalezas que constituyen cada uno de los componentes de la inteligencia espiritual.

Son muchas las propuestas que podemos encontrar en la literatura, como la atención plena, el coaching, los mandalas, el yoga, el mindfulness o la meditación. Sin embargo, lo que a nosotros nos interesa es conocer los procesos que subyacen a estas actividades, para así poder generar otras propuestas.

En este sentido, Wigglesworth (2014) plantea un proceso de nueve pasos, que puedes comenzar aplicando con tareas o problemas sencillos y a medida que se avance y se desarrollen destrezas, puedes afrontar situaciones más complejas. Estos nueve pasos son: detenerse (capacidad para detener nuestro habitual comportamiento ante un evento estresante), respirar (despacio y profundo, desde el estómago, esto ayuda a controlar la activación), pedir ayuda (se refiere a un diálogo interno, con un Yo superior), observarse (una vez te has detenido, respirado y pedido ayuda, es momento de prestar atención a lo que ocurre en tu interior), identificar y acoger las preocupaciones del ego, buscar en profundidad las causas de raíz de las preocupaciones del ego (para ello propone preguntar “por qué” cinco veces), reenmarcar la situación (verla con nuevos ojos), enfocarse en algo por lo que se está agradecido y elegir una respuesta espiritualmente inteligente (una que no sea una reacción del instinto de supervivencia del ego).

Esta autora, reduce estos nueve pasos en cuatro más sencillos, que representa con el acrónimo DOCE y que recogen las partes que ella considera más importantes: Detente (interrumpe el patrón conductual habitual, respira y pide ayuda), Observa (da un paso atrás y observa desde la distancia), Comprende (mira a través de los ojos de los demás) y Elige (una respuesta más compasiva, menos agresiva). Sería algo así como “párate, piensa-reflexiona, actúa”.

Torralba (2021), plantea que, para cultivar la inteligencia espiritual, son necesarios 12 ejercicios, que no se alejan de la propuesta de Wigglesworth (2014) y que también enfatiza Gómez (2014):

1. La práctica asidua de la soledad.
2. El gusto por el silencio.

3. La contemplación.
4. Filosofar, relacionado con la capacidad de preguntar, de cuestionarlo todo.
5. Lo espiritual en el arte.
6. El diálogo socrático.
7. El ejercicio físico.
8. El dulce no hacer nada.
9. La experiencia de la fragilidad.
10. El deleite musical.
11. La práctica de la meditación
12. El ejercicio de la solidaridad.

Muchos de estos procesos, se han ido incluyendo como prácticas educativas, no dirigidas concretamente a fomentar la inteligencia espiritual, pero sí otro tipo de inteligencias, como la emocional, la intrapersonal o la interpersonal, algo que debemos agradecer al aumento de programas y proyectos de educación emocional y al énfasis que, en el terreno educativo, se le está dando a la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner. Pero también es cierto que hay otros que no se trabajan en las aulas de los centros educativos. La soledad, el silencio, el no hacer nada o la experiencia de la fragilidad no suelen formar parte de ninguna propuesta educativa, es por ello que creemos de vital necesidad trabajar para fomentar proyectos educativos que tengan como objetivos principales favorecer estos procesos, que inciden en el desarrollo de la inteligencia espiritual. Vamos a detenernos en estas propuestas, siguiendo a Torralba (2021).

La práctica asidua de la soledad supone detenerse y separarse del mundo, romper con las rutinas para indagar el sentido que tiene la vida. Consideramos que desde las instituciones educativas deberíamos enseñar a nuestros estudiantes a gozar intensamente de la soledad, ya que es la que permite los encuentros con uno mismo. Esta práctica no debe entenderse como una huida de la compañía, al contrario, conocerse mejor uno mismo, facilita la socialización y ahora que está tan en auge el trabajo colaborativo, deberíamos tomar conciencia de que es difícil trabajar con los demás si no me conozco a mí mismo.

El gusto por el silencio es imprescindible para cultivar la inteligencia espiritual. Torralba no se refiere al silencio físico, sino al interior, que es especialmente idóneo para hacerte preguntas y plantearte experiencias que están conectadas con la vida espiritual. Vivimos en un mundo con una gran intolerancia al silencio, pues el entorno está sobresaturado informativamente y esto no hace más que reflejar la pobreza espiritual de nuestra sociedad.

La contemplación es una actividad que parte de los sentidos, pero que trasciende a ellos, va más allá de mirar, oler o tocar. La contemplación exige unas condiciones que son difíciles de encontrar en nuestra sociedad, pues vivimos una situación de activismo salvaje, de continuo bombardeo estimular que impide dedicar los tiempos y la velocidad que son necesarios para la contemplación. Es difícil procesar tanta información en tan poco tiempo.

Todo esto pone de manifiesto la necesidad de “no hacer nada”, detenerse ante la aceleración tecnológica, los continuos cambios a los que la sociedad nos pide que nos adaptemos con respecto a la moda, los estilos de vida o el consumismo. El “no hacer nada” es la ocasión ideal para activar la inteligencia espiritual, para encontrarse con uno mismo y buscar el sentido de las cosas. En ocasiones confundimos el “no hacer nada” con dejar nuestras obligaciones y dedicarnos a aquellas actividades de ocio, muchas de ellas pensadas para llenar esos “espacios vacíos” de tiempo. Para Torralba, el “no hacer nada” es una ocasión perfecta para desarrollar la inteligencia espiritual, porque pone de manifiesto la necesidad de pensarse a sí mismo y, por tanto, de indagar sobre el sentido de la vida.

La experiencia de la fragilidad es otro de los procesos que estimula la inteligencia espiritual. Para Torralba (2021), tomar conciencia del conocimiento de la muerte, la consideración del sufrimiento o de la miseria de la vida, activan nuestra inteligencia espiritual. Sin embargo, nuestra sociedad trata de esquivar estos planteamientos siempre que es posible, pues no son agradables, esto hace que perdamos el contacto con la vida y la realidad del hombre, haciéndonos incapaces de responder a los problemas que plantea nuestra existencia y de proporcionar consuelo a quién lo necesita. Somos seres vulnerables, frágiles, quebradizos y el no tomar conciencia de ello no nos va a evitar sufrir ante situaciones adversas. Debemos experimentar esa fragilidad para activar nuestra inteligencia espiritual.

3. Conclusiones

Comenzamos este trabajo planteándonos como objetivo hacer una primera aproximación al concepto de educación espiritual y de inteligencia espiritual, con el fin de poder trabajar en el desarrollo de proyectos de intervención educativa dirigidos a la formación de docentes en esta área. De este modo pretendemos dar respuesta a las necesidades educativas que se derivan de la demanda de cambio en el paradigma educativo, que permita el desarrollo pleno e íntegro de la persona y su bienestar físico, psíquico y social.

En este sentido, hemos presentado una primera aproximación al concepto de espiritualidad e inteligencia espiritual, basándonos en los trabajos de, entre otros, Bisquerra (2011), Zohar y Marshall (2011), Wigglesworth (2014) o Torralba (2021), entendiéndola como la capacidad que nos permite reflexionar sobre cuestiones

consideradas trascendentales como la espiritualidad, el sentido de la vida o de la muerte, el estilo de vida o el sistema de valores, haciendo preguntas y cuestionando las respuestas. Además, permite al individuo tomar distancia para que esta reflexión le permita hacer cambios de manera libre y con conciencia crítica.

Creemos que estas capacidades que componen la inteligencia espiritual no están muy alejadas de las finalidades del sistema educativo, que pretende educar personas autónomas, con pensamiento crítico, espíritu emprendedor, personas libres. Lo que sí se aleja del sistema educativo actual es cómo trabajar estas capacidades, ya que las propuestas actuales suelen incluir la meditación, el silencio la soledad o la conciencia plena, algo que es difícil de compaginar las demandas del curriculum educativo.

Autores como Bisquerra y Mateo (2019) proponen un modelo de educación que contempla el trabajo de las competencias emocionales. Nosotros añadimos a este modelo las competencias espirituales, ya que consideramos que trabajando unas, se pueden trabajar las otras, pero se hace necesario ese cambio de paradigma educativo que estos autores defienden. En este sentido, pensamos que en los centros educativos hay que dejar lugar a prácticas educativas que permitan, entre otras cosas, el encuentro con uno mismo a través de la soledad, el gusto por el silencio, la contemplación, la necesidad de “no hacer nada” o la experiencia de la fragilidad. Todas estas experiencias están relacionadas también con la competencia de la conciencia emocional o la regulación emocional propuestas por Bisquerra y Mateo (2019).

Este trabajo, es para nosotros el punto de partida de una línea de investigación mucho más amplia, que nos permita diseñar proyectos dirigidos, no solo a la formación de docentes, sino a la propuesta de intervenciones educativas en la que tengan cabida, estas prácticas dirigidas a fomentar la inteligencia espiritual.

Referencias

- Alarcón, E. (2020). Un proyecto para trabajar la Inteligencia Espiritual a través del coaching. *Revista de Ciencias de la Comunicación e Información*, 25(2), 91-105. doi: [https://doi.org/10.35742/rcci.2020.25\(2\).91-105](https://doi.org/10.35742/rcci.2020.25(2).91-105)
- Álvarez, M. M. (2015). *La Educación para la Interioridad como desafío Educativo*. Tesis doctoral inédita. Universidad de Murcia.
- Arias, R. y Lemos, V. (2015). Una aproximación teórica y empírica al constructo de inteligencia espiritual. *Enfoques XXVII*, 1, 79-102.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación Educativa*, 3(1), 7-43.
- Bisquerra, R. (coord.) (2011). *Educación emocional: propuesta para educadores y familias*. Desclée.
- Bisquerra, R. y Mateo, J. (2019). *Competencias emocionales para un cambio de paradigma en educación*. Horsori
- Carr, A. (2007). *Psicología Positiva. La ciencia de la felicidad*. Paidós.
- Castro, A. (comp.). (2010). *Fundamentos de Psicología Positiva*. Paidós.
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Paidós.
- Gardner, H. (2011). *La inteligencia reformulada. Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Paidós.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence. Why it can matter more than IQ*. Nueva York: Bantam Books. (Versión castellana: *Inteligencia emocional*. Kairós, 1996).
- Gómez, I. (2014). *Educar la inteligencia espiritual. Recursos para la clase de Religión*. Khaf.
- Lacroix, M. (2008). *Avoir un idéal, est-ce bien raisonnable?* Flammarion.
- Palomera, R., Fernández-Berrocal, P. y Brackett, M. (2008). *La inteligencia emocional como una competencia básica en la formación inicial de los docentes: algunas evidencias*. Education y Psychology y editorial EOS.
- Peterson, C., y Park, N. (2009). El estudio científico de las fortalezas humanas. En C. Vázquez y G. Hervás, *La ciencia del bienestar* (pp. 181-207). Alianza.
- Salgado-Lévano, A. C. (2015). Formación universitaria en Psicología de la Religión y la Espiritualidad: ¿necesidad o utopía? *Revista Digital de Investigación y Docencia Universitaria*, 9(2), 89-113. ISSN: 223-2516
- Seligman, M. (2011). *La auténtica felicidad*. Penguin Random House.
- Torralba, F. (2012). *Inteligencia espiritual en los niños*. Plataforma editorial.
- Torralba, F. (2021). *Inteligencia Espiritual*. 13ª ed. Plataforma editorial.
- Vargas, F. y Moya, L. (2018). La Espiritualidad como fortaleza humana y su relación con la construcción de sentido vital. Algunas notas específicas para el campo educativo. *CAURIENSIA*, Vol. XIII. 277-299. ISSN: 1886-4945.
- Wigglesworth, C. (2014). *Las 21 aptitudes de la inteligencia espiritual*. Grijalbo.
- Woolfolk, A. (2010). *Psicología Educativa*. 11º ed. Pearson.
- Zohar, D. y Marshall, I. (2001) *Inteligencia Espiritual*. Plaza & Jané.