

Una aproximación teórica y empírica al constructo de inteligencia espiritual

[A theoretical and operational approach to construct spiritual intelligence]

[Uma aproximação teórica e operacional ao construto de inteligência espiritual]

Rodrigo Arias y Viviana Lemos

Resumen

La teoría de las inteligencias múltiples ha ampliado el concepto tradicional de inteligencia abriendo la posibilidad de considerar los aspectos emocionales y espirituales de la misma. El concepto de inteligencia espiritual ha sido recientemente propuesto por algunos autores, pero de una manera ecléctica e imprecisa. Este trabajo tiene por objetivo integrar y esclarecer dicho concepto, sentando las bases teóricas para el desarrollo de una serie de reactivos preliminares direccionados a la evaluación de la inteligencia espiritual.

Palabras clave: inteligencia - espiritualidad - inteligencias múltiples - inteligencia emocional - ser holístico

Abstract

The theory of multiple intelligences has broadened the traditional concept of intelligence opening the possibility of considering the emotional and spiritual aspects of it. The concept of spiritual intelligence has recently been proposed by some authors, but in an eclectic and imprecise manner. This work aims to integrate and clarify the concept, laying the theoretical foundations for the development of a series of preliminary reactive directed to the evaluation of spiritual intelligence.

Keywords: intelligence - spirituality - multiple intelligences - emotional intelligence - holistic being

Resumo

A teoria das inteligências múltiplas ampliou o conceito tradicional de inteligência abrindo a possibilidade de considerar os aspectos emocionais e espirituais desta. O conceito de inteligência espiritual foi proposto recentemente por alguns autores, porém de forma eclética e imprecisa. Este trabalho tem como objetivo integrar e esclarecer o conceito, lançando as

bases teóricas para o desenvolvimento de uma série de reagentes preliminares direcionados para a avaliação da inteligência espiritual.

Palavras chave: inteligência - espiritualidade - inteligências múltiplas - inteligência emocional - ser holístico

Introducción

Tradicionalmente se ha definido a la inteligencia como una capacidad mental general que puede cuantificarse mediante pruebas verbales, lógico-matemáticas y memorísticas. Enfrentada con esta concepción unidimensional, también se ha propuesto que la inteligencia es más amplia, incluyendo una variedad de factores. En la década de los 80, la visión multidimensional de la inteligencia cobró nueva fuerza debido a las investigaciones de Gardner, publicando en 1993 su teoría de las inteligencias múltiples.¹

Para definir el concepto de inteligencia, Gardner señala que “una competencia intelectual humana debe dominar un conjunto de habilidades para la solución de problemas, permitiendo al individuo resolver los problemas genuinos o las dificultades que encuentre y, cuando sea apropiado, crear un producto efectivo”.² En este sentido, Gardner propone ocho criterios que debieran cumplirse para considerar como inteligencia a un conjunto de habilidades: (a) posible aislamiento por daño cerebral, (b) existencia de individuos excepcionales, (c) identificación de una o más operaciones medulares, (d) desarrollo bien diferenciado y un conjunto definible de actuaciones que indiquen un “estado final”, (e) una historia evolutiva plausible, (f) apoyo de la psicología experimental, (g) apoyo de datos psicométricos, y (h) posibilidad de codificación en un sistema de símbolos.³

A partir de este enfoque, Gardner propuso una lista de siete inteligencias: lingüística, musical, lógico-matemática, espacial, cinestésico-corporal, intra-personal e interpersonal. Posteriormente, además de agregar una octava: la naturalista, especuló acerca de la posible existencia de una inteligencia espiritual o existencial. Sin embargo, después de algunas reflexiones, consideró que en función del avance de sus investigaciones, tal definición aún no era posible; sin embargo aventuró: “aun así, no deseo arriesgarme a eliminar

¹ Howard Gardner, *Multiple intelligences: The theory in practice* (Basic Book, 1993); Howard Gardner, *Estructuras de la mente: La teoría de las inteligencias múltiples* (México: Fondo de Cultura Económica, 1994); Howard Gardner, *Inteligencia: Múltiples perspectivas* (Buenos Aires: Aique, 2000); Howard Gardner, *La inteligencia reformulada* (Buenos Aires: Paidós, 2001).

² Gardner, *Estructuras de la mente*, 96.

³ *Ibid.*; Gardner, *La inteligencia reformulada*.

prematuramente un conjunto de capacidades humanas [las del ámbito espiritual] que parecen ser dignas de atención en el contexto de una teoría de las inteligencias”.⁴

Más recientemente, Torralba menciona que: “desde distintos puntos de vista y desde distintos centros académicos de reconocido prestigio intelectual, se defiende la tesis de que el ser humano posee una inteligencia espiritual, pero la caracterización de la misma, su desarrollo y su educación constituye un tema muy abierto y digno de exploración”.⁵

Pargament por su parte, revisa una gran cantidad de publicaciones que documentan la eficacia de los recursos espirituales y religiosos para desarrollar conductas adaptativas y un afrontamiento saludable. Estos y otros estudios dan cuenta de la importancia del desarrollo de la dimensión espiritual en el ser humano para alcanzar una salud integral.⁶ Torralba, en este sentido, se refiere directamente a los posibles beneficios del desarrollo de la inteligencia espiritual:

El cultivo de la inteligencia espiritual es beneficioso en múltiples campos y niveles. Sería un error considerar que esta modalidad de inteligencia solo es útil en el terreno religioso. Es la condición de posibilidad de la experiencia religiosa, pero también en otros ámbitos de la vida humana, como el laboral, el familiar y el social es especialmente beneficioso.⁷

Emmons coincide con Torralba señalando: “el uso inteligente de la información espiritual puede contribuir a resultados positivos en el bienestar emocional, la función social y la calidad de vida en general. Cada uno de estos dominios de funcionamiento parece beneficiarse del ejercicio de la inteligencia espiritual”.⁸ Y, específicamente, en cuanto a la capacidad de resolución de problemas que la inteligencia espiritual podría conferir, Torralba agrega: “La inteligencia espiritual, en la medida en que nos abre a la cuestión de sentido y permite tomar distancia del propio ser y de la propia vida, facilita para identificar lo que en ella no anda bien, las debilidades y las flaquezas que hay en ella, también sus fortalezas y capacidades latentes. Eso es clave para diseñar inteligentemente el futuro”.⁹

⁴ Gardner, *La inteligencia reformulada*, 68.

⁵ Francesc Torralba, *Inteligencia espiritual* (Barcelona: Plataforma Editorial, 2010), 15.

⁶ Kenneth Pargament, *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice* (New York: Guilford Press, 1997).

⁷ Torralba, *Inteligencia espiritual*, 236.

⁸ Robert Emmons, “Spirituality and intelligence: Problems and prospects”, *The International Journal for the Psychology of Religion*, 10, n° 1 (2000): 57-64.

⁹ Torralba, *Inteligencia espiritual*, 236.

A pesar de los aportes de los mencionados autores, acerca de los posibles beneficios de la inteligencia espiritual, se observa a nivel teórico, una falta de acuerdo en relación a lo que implicaría conceptualmente dicha inteligencia. Para su definición, algunos autores se focalizan en los aspectos más racionales-cognitivos (pensamiento crítico, preguntas existenciales, meditación, etc.); otros colocan el acento en la experiencia o vivencia, destacando más la actividad afectiva (gratitud, compasión, paz; etc.); finalmente, hay autores que incluyen lo práctico o contingente, llamando la atención a las conductas (servicio, resolución de problemas, conductas adaptativas, etc.).

En este marco, este estudio pretende aportar al esclarecimiento de la plausibilidad de considerar una inteligencia espiritual proponiéndose los siguientes objetivos:

- Desarrollar una definición integradora del concepto inteligencia espiritual a través de un estudio bibliográfico y teórico.
- Desarrollar una serie de reactivos o indicadores empíricos, consistentes al marco teórico planteado.
- Contribuir a las actuales investigaciones sobre inteligencia espiritual.

El concepto de inteligencia espiritual

La exploración bibliográfica para la construcción del marco teórico de esta investigación se dividió en tres partes. Primero se consideró un panorama general del concepto de inteligencia. Luego, se exploró el concepto de espiritualidad. Finalmente se abordó la integración de ambos conceptos considerando los aportes de diferentes autores que han propuesto una aproximación desde diversas perspectivas, al concepto de inteligencia espiritual.

Evolución del concepto de inteligencia

Desde que el inglés Galton comenzó con sus particulares intentos de medir la inteligencia humana, pasando por las pruebas escolares que crearon los franceses Binet y Simon, hasta la propuesta de la medida del cociente intelectual (CI) por el alemán Stern, se fue consolidando el concepto de que la inteligencia es un atributo unidimensional y cuantificable con un número. Sin embargo, pronto aparecieron las críticas, señalando esta conceptualización de la inteligencia como superficial, estrecha y sesgada.¹⁰

¹⁰ Gardner, *La inteligencia reformulada*; Daniel Goleman, *La inteligencia emocional* (Barcelona: Kairós, 1997).

Entre los investigadores que se abocaron a revisar y ampliar el concepto de inteligencia se destacó Thurstone, quien entre 1930 y 1940 diseñó varios estudios en los que hipotetizaba que la estructura de la inteligencia estaría conformada por una serie bien diferenciada de capacidades. Mediante el análisis factorial múltiple, Thurstone propuso nueve habilidades mentales primarias: razonamiento inductivo, razonamiento deductivo, razonamiento de problemas prácticos, comprensión verbal, memoria asociativa de corto plazo, relaciones espaciales, velocidad perceptual, facilidad numérica y fluencia verbal. Otros investigadores, a partir del trabajo de Thurstone, llegaron a proponer muchos más factores. Se destaca en este caso Guildford, quien postuló 120 habilidades separadas que compondrían la inteligencia.¹¹

A los partidarios de la teoría de una inteligencia multidimensional, se los llegó a conocer como “pluralistas”, mientras que aquellos que seguían sosteniendo el enfoque unidimensional se los llamó “puristas”.¹² Entre estos últimos se destacó Spearman, quien propuso una “teoría esencial” de inteligencia general. Según esta teoría, existe una capacidad *g* que “produce las relaciones entre las medidas de habilidad cognitiva”.¹³ La teoría de Spearman sigue vigente y sostenida por importantes investigadores, tales como: Eysenck, Jensen, Herrnstein y Murray.¹⁴

Sin embargo, en la década de los 80 apareció en el escenario de los estudios sobre la inteligencia una teoría revolucionaria: la de las inteligencias múltiples de Howard Gardner. A partir de sus investigaciones en los campos de las ciencias cognitivas y la neuropsicología, este científico norteamericano dio nueva relevancia al enfoque pluralista de la inteligencia definiendo la misma como “un potencial biopsicológico para procesar información que se puede activar en un marco cultural para resolver problemas o crear productos que tienen valor para una cultura”.¹⁵

Gardner parte de Piaget, considerando la inteligencia básicamente como adaptación al medio.¹⁶ Entonces, Gardner propone en su teoría ampliar el espectro de la inteligencia humana a ocho capacidades consideradas como vías relevantes de adaptación exitosa al medio: lingüística, musical, lógico-

¹¹ María Cristina Richaud de Minzi y Viviana Lemos de Ciuffardi, *Cuaderno de Psicometría II* (Buenos Aires: CIIPME-CONICET, 2004).

¹² Gardner, *La inteligencia reformulada*.

¹³ Richaud de Minzi y Lemos de Ciuffardi, *Cuaderno de Psicometría II*.

¹⁴ Gardner, *La inteligencia reformulada*.

¹⁵ *Ibíd.*, 45.

¹⁶ Jean Piaget, *El nacimiento de la inteligencia en el niño* (México D. F.: Grijalbo, 1994).

matemática, espacial, cinestésico-corporal, intrapersonal, interpersonal y naturalista.¹⁷

De las capacidades o inteligencias propuestas por Gardner, la intrapersonal y la interpersonal fueron tomadas por los autores que desarrollaron la teoría de la inteligencia emocional.¹⁸ Quizá el mayor difusor de esta nueva teoría sobre la inteligencia ha sido Goleman quien ha propuesto que el CI es un pobre pronosticador del éxito en la vida. Este autor, entonces, señala otras características claves para el desempeño inteligente: “habilidades tales como ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones; controlar el impulso y demorar la gratificación, regular el humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar; mostrar empatía y abrigar esperanzas”.¹⁹ Puede observarse aquí que las habilidades señaladas por Goleman como constituyentes de la inteligencia emocional, amplían el concepto tradicional de inteligencia extendiéndolo a un ámbito que trasciende el de la psicología clásica.

Teniendo como marco este concepto más amplio de inteligencia, es interesante señalar aquí la etimología del término: la palabra latina *intelligentia* proviene de *intelligere*, vocablo compuesto por los términos *intus* (entre) y *legere* (escoger o leer). Es decir, etimológicamente la inteligencia sería la capacidad de saber escoger la mejor alternativa, pero también la capacidad de saber leer la realidad de la manera más completa y profunda posible.²⁰ En este sentido, Torralba señala que la inteligencia, “cuando llega a su *pleno ejercicio*, salva al ser humano de muchos fracasos en su vida y le abre las puertas a la conquista del éxito personal, afectivo y profesional”.²¹ Pero para lograr esto, es necesario comprender que: “la inteligencia es esa potencia que permite conocer la realidad en distintos grados y niveles de profundidad. Desde el primer contacto sensible a la comprensión de la estructura más íntima de la realidad se abre un gran espacio que exige un ejercicio gradual”.²²

Zohar y Marshall en armonía con este concepto más amplio de inteligencia, señalan: “ni el CI [cociente intelectual] ni la IE [inteligencia emocional],

¹⁷ Gardner, *Estructuras de la mente: La teoría de las inteligencias múltiples*, Gardner, *Inteligencia: Múltiples perspectivas*, Gardner, *La inteligencia reformulada*.

¹⁸ Jonathan Baron, “Personality and intelligence”, en *Handbook of Human Intelligence II. Cognition, Personality and Intelligence*, R. J. Sternberg (Cambridge: Cambridge University Press, 1982); Goleman, *La inteligencia emocional*.

¹⁹ Goleman, *La inteligencia emocional*, 54.

²⁰ Torralba, *Inteligencia espiritual*.

²¹ *Ibid.*, 22.

²² *Ibid.*, 24.

por separado o en combinación, son suficientes para explicar toda la complejidad de la inteligencia del hombre ni la tremenda riqueza del alma y la imaginación humanas”.²³

Y entonces proponen:

Nuestro modelo occidental de pensamiento es inadecuado. Pensar no es el único proceso cerebral, todo no se reduce a una mera cuestión de CI. No solo pensamos con la cabeza sino también con emociones y con todo el cuerpo (inteligencia emocional), así como con nuestro espíritu, nuestras visiones, esperanzas y percepción de significados y valores (inteligencia espiritual). Pensamos con todas las complejas redes nerviosas entremezcladas en nuestro organismo. Ellas forman parte de nuestra inteligencia.²⁴

Esta mirada amplia al fenómeno de la inteligencia habilita un espacio importante para considerar su relación con un ámbito esencial del ser humano: la espiritualidad.

Considerando la espiritualidad

Los teólogos e historiadores McGinn, Meyendorff y Leclercq señalan que por muchos siglos, en la historia del cristianismo, el concepto “espiritualidad” fue considerado como “pesimistamente antimaterial”. Sin embargo, explican estos autores, este concepto correctamente entendido “tiene ricas dimensiones y una gama de significados que ningún término relacionado cubre completamente”.²⁵

La razón por la que la espiritualidad ha sido considerada como algo meramente “antimaterial” puede hallarse en el concepto dualista que históricamente se ha tenido acerca del hombre. Torralba indica que:

Tradicionalmente, espíritu se ha opuesto a cuerpo y se ha desarrollado una visión del ser humano eminentemente dualista, donde ambas sustancias se plantean de un modo antitético y en clave de conflicto. Se consideraba, además, que la vida espiritual era una forma de huir del mundo, de apartarse de lo terrenal, de lo corporal, del mundo de las sensaciones e impresiones, mientras que la vida material se asociaba a lo animal, a lo físico y a lo mundanal.²⁶

Sin embargo, el concepto dualista del ser humano está siendo seriamente revisado por algunos eruditos. Puede mencionarse, por ejemplo, al especialista

²³ Danah Zohar e Ian Marshall, *Spiritual Intelligence* (London: Bloomsbury, 2001), 20.

²⁴ *Ibid.*, 52.

²⁵ Bernard McGinn, John Meyendorff y Jean Leclercq, *Christian Spirituality. Origins to the Twelfth Century* (New York: The Crossroad Publishing Company), 11.

²⁶ Torralba, *Inteligencia espiritual*, 52.

en antropología agustiniana, Francisco Rego. Este investigador aborda una de las fuentes fundamentales en la que históricamente se ha basado el concepto dualista del hombre: los escritos de San Agustín de Hipona. Rego descubre a través de un recorrido exhaustivo de las obras agustinianas, muchas evidencias de la unidad alma y cuerpo en la constitución de la realidad del ser humano. Señala que, si bien en las obras juveniles de San Agustín se insinúa en reiteradas oportunidades el dualismo sustancial, el hiponense supera a lo largo de su producción esta postura y, considerando todo el contexto de la doctrina agustiniana, puede observarse su tesis de que el alma y el cuerpo deben ser considerados como co-principios y que “el hombre debe ser entendido como una unidad sustancial compleja, cuyas partes (*corpus et anima, corpus et spiritus, anima et spiritus*) se suponen mutuamente”.²⁷

Desde la perspectiva psicológica, se destaca la obra de Adler para quien la unidad cuerpo-alma es uno de los pilares fundamentales para desarrollar su psicología del individuo.²⁸ Para este autor el *individuo* es un todo irreductible, una unidad estructural, un ser completo que fluye como un todo hacia un objetivo. Todas las exteriorizaciones de una persona, todo modo de expresarse, emana de la unidad del individuo.

Para Frankl (1988), el ser humano no solo es una unidad alma-cuerpo, sino que tal unidad tiene una *existencia espiritual*.²⁹ “Solo la persona espiritual viene a fundar la unidad y totalidad del ente humano. Y la funda como totalidad corpóreo-anímico-espiritual. Nunca podremos insistir demasiado en que esta triple totalidad es la que constituye el hombre entero”.³⁰ Fabry, comentando la ontología de Frankl, señala:

Pero es preciso tener presente que la logoterapia no concibe al hombre como un “compuesto” formado por el cuerpo, mente y espíritu, en el sentido de que estuviese integrado por partes. Antes bien, el hombre es concebido como una unidad y, para subrayar esta unidad, Frankl introduce el concepto de dimensiones. El hombre está

²⁷ Francisco Rego, *La relación del alma con el cuerpo* (Buenos Aires: Ediciones Gladius, 2001), xiii.

²⁸ Alfred Adler, *El sentido de la vida* (Barcelona: Luis Miracle, 1951).

²⁹ Víctor Frankl, *La presencia ignorada de Dios* (Barcelona: Herder, 1988). Para Frankl (1955) esto significa esencialmente que el ser humano es libre, o sea, que no está condicionado o determinado. Sánchez Bustos comenta que en Frankl la noción de espíritu está “indisolublemente ligado a la libertad, la responsabilidad y los valores y que es poder modificador de lo dado, pero creatural, no infinito en sus límites, aunque en la medida que opera dentro de sus límites es incondicional” (Sánchez Bustos, 1987, citado en Juan Alberto Etcheverry, *Víctor Frankl y la logoterapia: psicología de la esperanza para un mundo en crisis (donde el vivir es un riesgo)* [Buenos Aires: Almagesto, 1990], 51).

³⁰ Frankl, *La presencia ignorada de Dios*, 26.

aprisionado en la dimensión de su cuerpo y está condicionado en la dimensión de su psique pero es libre en la dimensión de su *nous*.³¹

Zohar y Marshall también consideran que lo espiritual del ser humano es abarcante e integrativo: “Ser ‘espiritual’ es estar en contacto con la totalidad; literalmente, es tener un sentido de la propia integridad”.³²

Para Torralba, la unidad de cuerpo y alma y la importancia de los aspectos sensibles (los que están en contacto directo con lo material) del ser humano, son dos pilares fundamentales para sus consideraciones acerca de la espiritualidad: “la vida espiritual no es una vida paralela a la vida corporal; está íntimamente unida a ella. Quien la cultiva vive más intensamente cada sensación, cada contacto, cada experiencia, cada relación interpersonal. De hecho, quien se ejercita en la vida física predispone su ser a la vida espiritual”.³³

A esto, Torralba agrega:

Siguiendo el pensamiento de Víctor Frankl, concebimos lo espiritual como lo libre en el ser humano, como lo que escapa a lo biológico, aunque esté intrínsecamente unido a lo somático. Al decir que la persona es un ser espiritual, no negamos su dimensión carnal y sensual, menos aún la despreciamos. Lo que indicamos es que su ser no se agota en ello, que trasciende su dimensión física y que, al hacerlo, la vive de un modo cualitativamente distinto que un ser que carece de inteligencia espiritual.³⁴

Puede observarse cómo en esta última declaración, Torralba ya conecta su perspectiva sobre la espiritualidad con el concepto novedoso de inteligencia espiritual.

Hacia una definición de inteligencia espiritual

La expresión “inteligencia espiritual” (IES) fue acuñada por Zohar y Marshall. Estos autores consideran que existen tres formas de organización cerebral neural. Una de estas formas es la de conexiones neurales en serie, la cual permite que el cerebro acate normas, piense lógica y racionalmente, paso a paso, constituyéndose en la base del CI. La segunda forma de organización neural consiste en redes de grupos de cientos de miles de neuronas

³¹ *Nous* es un término griego que significa: “inteligencia, espíritu, razón, memoria, mente. Según Anaxágoras, el *nous* es definible como sustancia pensante. Platón entiende por *nous* la razón, la parte más noble del alma” (Etcheverry, *Víctor Frankl y la logoterapia*, 237). Frankl elige el término *nous* para referirse a la dimensión espiritual del ser humano para evitar connotaciones religiosas (Frankl, *La presencia ignorada de Dios*, 47).

³² Zohar y Marshall, *Spiritual Intelligence*, 179.

³³ Torralba, *Inteligencia espiritual*, 53.

³⁴ *Ibid.*, 54.

conectados al azar con otros grupos múltiples, dando lugar así a la inteligencia emocional, impulsada por emociones, reconocedora de pautas y creadora de hábitos. La tercera forma de organización neural ha sido postulada más recientemente en base al trabajo sobre las oscilaciones neurales unificadoras de Singer, el cual “ofrece la primera pista de un tercer tipo de pensamiento, el pensamiento unitario, y su correspondiente modelo de inteligencia, la IES, que puede tratar esas cuestiones”.³⁵ Zohar y Marshall explican al respecto lo siguiente:

La IES (basada en el tercer sistema neural del cerebro, las neutrales oscilaciones sincrónicas que unifican la información por todo el cerebro) nos ofrece por primera vez un posible proceso terciario. Este proceso unifica, integra y posee el potencial de transformar el material que surge de los otros dos procesos. Facilita un apoyo para el crecimiento y la transformación. Brinda al ser un centro activo y unificador que da sentido a las cosas.³⁶

Zohar y Marshall se basan en algunas investigaciones neurológicas para señalar que cuando las personas efectúan prácticas espirituales, las ondas electromagnéticas en sus cerebros presentan oscilaciones de hasta cuarenta megahercios a través de las neuronas, frecuencia correspondiente al funcionamiento de la tercera organización neural. Estas oscilaciones recorren todo el cerebro, unificando los procesos cerebrales, pero presentan una oscilación mayor y estable en el lóbulo temporal.

A partir de las investigaciones de Zohar y Marshall, otros autores comenzaron a proponer posibles definiciones para la inteligencia espiritual. Algunos lo hicieron basándose en el concepto reduccionista de espiritualidad, situando la misma, como ya se mencionó, en un plano desconectado de lo material. Por ejemplo, Vaughan define la inteligencia espiritual como la vida interior de la mente y el espíritu, y su relación con el ser en el mundo, una capacidad para comprender con profundidad las cuestiones existenciales a través de distintos niveles de conciencia.³⁷

Otro ejemplo de un enfoque meramente abstracto para definir la inteligencia espiritual puede observarse en King. Este autor considera que tal inteligencia capacita para el pensamiento existencial y crítico, faculta para contemplar críticamente la naturaleza de la existencia, la realidad, el univer-

³⁵ Zohar y Marshall, *Spiritual Intelligence*, citado en K. Tirri, P. Nokelainen y M. Ubani, “Conceptual Definition and Empirical Validation of the Spiritual Sensitivity Scale”, *Journal of Empirical Theology*, 19, n° 1 (2006): 26.

³⁶ *Ibid.*, 22.

³⁷ Frances Vaughan, “What is spiritual intelligence?”, *Journal of humanistic psychology*, 42, n° 2 (2002): 16-33.

so, el espacio y el tiempo.³⁸ Esta definición se condice con el enfoque de Gardner, quien también considera que de existir una inteligencia espiritual, la misma debiera llamarse más bien filosófica o existencial, ya que facultaría al ser humano para situarse a sí mismo con respecto al cosmos y buscar respuestas a los grandes interrogantes existenciales.³⁹

Sin embargo, algunos investigadores han partido del concepto más amplio e integrador de espiritualidad para intentar la definición de la inteligencia espiritual. Entre ellos puede destacarse a Emmons, debido a su intento de elaborar un constructo abarcante que permita entender mejor qué es la inteligencia espiritual. Este autor propone cinco dimensiones para su constructo: (a) capacidad de trascendencia; (b) capacidad de experimentar estados elevados de conciencia; (c) capacidad de significar la cotidianidad con un sentido de lo sagrado; (d) capacidad de utilizar recursos espirituales para resolver problemas; y (e) capacidad de mantener un comportamiento virtuoso (mostrar perdón, expresar gratitud, ser humilde, mostrar compasión, etc.). Emmons señala que estas cinco competencias básicas se han valorado si no en todas las culturas conocidas, en la mayoría de ellas. Añade también que estas cinco capacidades no deben considerarse definitivas, sino que es necesaria más investigación.⁴⁰

Kwilecki, en tanto, aplicó el modelo de Emmons a un estudio de caso, confirmando empíricamente la observación de conductas ajustables a las dimensiones propuestas por este investigador. En su estudio Kwilecki pone énfasis en la capacidad para la resolución de problemas que mostró el individuo a partir de conductas asociadas a este modelo de inteligencia espiritual.⁴¹

Otros dos autores, Sisk y Torrance, describen la inteligencia espiritual como la capacidad de utilizar un enfoque multisensorial (que incluiría la intuición, la meditación y la visualización) para acceder al propio conocimiento interior con el fin de resolver los problemas en su carácter global. Para estos autores los valores centrales de este tipo de inteligencia serían: conectividad, compasión, responsabilidad, equilibrio, unidad y servicio.⁴²

³⁸ King, "The spiritual intelligence Project" (Trentuniversity, Canada 2007), citado en Torralba, *Inteligencia espiritual*, 49.

³⁹ Gardner, *Inteligencia: Múltiples perspectivas*.

⁴⁰ Emmons, "Spirituality and intelligence: Problems and prospects", 57-64.

⁴¹ Susan Kwilecki, "Spiritual intelligence as a theory of individual religion: A case application", *The International Journal for the Psychology of Religion*, 10, n° 1 (2000): 35-46.

⁴² Dorothy Sisk, "Engaging the spiritual intelligence of gifted students to build global awareness in the classroom", *Roepers Review*, 30, n° 1 (2008): 24-30.

Como puede observarse hasta aquí, hay tres énfasis distintos en los intentos de definir la inteligencia espiritual: algunos destacan un aspecto más bien racional, considerando actividades más bien cognitivas (pensamiento crítico, preguntas existenciales, meditación, etc.); otros colocan el acento en la experiencia o vivencia, destacando más la actividad afectiva (gratitud, compasión, paz; etc.); finalmente, hay autores que incluyen lo práctico o contingente, llamando la atención a las conductas (servicio, resolución de problemas, conductas adaptativas, etc.).

En la presente investigación se intentará adoptar las tres áreas: cognitiva, afectiva y conductual, como dimensiones del constructo inteligencia espiritual. Esta decisión está basada en las siguientes dos razones:

1. La definición amplia de espiritualidad considerada en este marco teórico. Cabe aquí agregar una declaración más en este sentido:

La espiritualidad es una parte compleja y multidimensional de la experiencia humana. Incluye aspectos cognitivos, experienciales y conductuales. El aspecto cognitivo o filosófico incluye la búsqueda de significado, propósito y la verdad en la vida, así como las creencias y los valores por el cual un individuo vive. El aspecto experiencial y emocional implica sentimientos de esperanza, amor, respeto, paz interior, consuelo y apoyo. El aspecto comportamental implica la forma en que una persona manifiesta externamente sus creencias y su estado espiritual interior.⁴³

2. De acuerdo a la definición de inteligencia que Gardner ofrece: “una competencia intelectual humana debe dominar un conjunto de habilidades para la solución de problemas, permitiendo al individuo resolver los problemas genuinos o las dificultades que encuentre y, cuando sea apropiado, crear un producto efectivo”, incluir todas las dimensiones del ser humano permitiría apreciar mejor los efectos prácticos de la capacidad para resolver problemas que debería tener la inteligencia espiritual.⁴⁴ En este sentido Emmons señala:

La espiritualidad puede entonces conceptualizarse en términos de adaptación, cognitivo-motivacional, y, como tal, puede ser la base de una variedad de habilidades para resolver problemas relacionados con situaciones de la vida cotidiana. Este enfoque pragmático ofrece una perspectiva sobre la espiritualidad que puede contrarrestar la creencia errónea de que los estados espirituales de la mente de alguna manera están en otro plano “de la existencia”, un estado del ser que es fenomenológicamente válido pero que tiene poca relevancia para la resolución de problemas en situaciones de la vida concreta.⁴⁵

⁴³ Gowri Anandarajah y Ellen Hight, “Spirituality and Medical Practice”, *American Family Physician*, 63, n° 1 (2001): 83.

⁴⁴ Gardner, *Estructuras de la mente: La teoría de las inteligencias múltiples*, 96.

⁴⁵ Emmons, “Spirituality and Intelligence: Problems and Prospects”, 8.

Reuniendo los elementos considerados hasta aquí, en el presente trabajo se considera que la inteligencia espiritual es un constructo conformado por las siguientes tres dimensiones:

1. *Conocimiento espiritual*: implicaría la actividad cognitiva para la construcción de un concepto trascendente de la existencia y un sistema axiológico correspondiente.
2. *Vivencia espiritual*: implicaría la experiencia afectiva resultante del conocimiento espiritual.
3. *Contingencia*: implicaría la coherencia conductual con el sistema axiológico construido mediante el conocimiento espiritual.

Aproximación empírica al constructo inteligencia espiritual

Definición teórica de las dimensiones que abarcarían el constructo inteligencia espiritual

Como resultado de la revisión bibliográfica, se arribó a la definición teórica de seis aspectos o facetas, que estarían involucrados en cada una de las tres dimensiones del constructo. A continuación se presenta una síntesis del panorama obtenido en dicho proceso.

Dimensión cognitiva (“conocimiento espiritual”):

Razonamiento moral: Capacidad de adoptar principios éticos personales a partir del razonamiento y la reflexión sobre los grandes principios universales de justicia (*razonamiento moral posconvencional o de principios*, según Kohlberg). Estos principios se establecen por la *reflexiones* del individuo y pueden *contradecir* los principios egocéntricos (*razonamiento moral egocéntrico*) o legales (*razonamiento moral convencional*). Esta capacidad habilitaría al individuo espiritualmente inteligente a construir un sistema de valores para orientar su vida (sistema axiológico).

Práctica de la meditación: Dedicación regular a la reflexión sobre textos espirituales de reconocido valor universal en procura de sabiduría para el diario vivir. Integración (o asimilación) del objeto de meditación a un nivel profundo de conciencia. Esta actividad sería clave para nutrir la faceta anterior.

Búsqueda de sentido: Capacidad de hacerse preguntas existenciales y de hallar o elaborar respuestas para las mismas. Incluiría también la búsqueda y hallazgo de la vocación o misión en la vida.

Autoconocimiento: Conciencia de la propia realidad psíquica y existencial, la cual se logra mediante el proceso reflexivo de la introspección. Clara percepción de las características de la propia personalidad y de la variación de los estados de ánimo.

Autotrascendencia: Capacidad de mirar más allá de uno mismo, de salir de los límites del ego y abrirse a una realidad más amplia, reconociendo a los *otros* (prójimo) y al *Otro* (Ser Superior). Toma de conciencia de la finitud propia y de la infinitud de la realidad más amplia o universal.

Actitud frente al dolor: Capacidad de aceptar el sufrimiento y sobreponerse a los sentimientos depresivos que provoca, mediante una elaboración cognitiva que permita asumir el dolor con paz y esperanza. Implicaría también la consideración del sufrimiento como una oportunidad para el crecimiento espiritual.

Dimensión afectiva (“vivencia espiritual”):

Entusiasmo: Motivación para vivir plenamente cada momento, ya sea de acción o descanso. Intensificación de la fuerza de voluntad y del apasionamiento. Sería el aspecto afectivo de la experiencia de encontrar el sentido de la vida (ver en dimensión cognitiva: *búsqueda de sentido*).

Sensibilidad por el arte (o sensibilidad estética): Capacidad para gozar de lo sublime y de lo bello que contiene el arte o cualquier manifestación cultural que integre belleza en su ser. También implica el goce por la contemplación de la naturaleza. En consecuencia hay un desagrado por las manifestaciones culturales triviales o chabacanas.

Admiración por lo misterioso: Reconocimiento de aspectos de la realidad que escapan a la explicación puramente racional. Experiencia emocional intensa de asombro y respeto al captarlos.

Empatía: Capacidad de internarse emocionalmente en el mundo del *otro*. Sería un aspecto afectivo de la experiencia de *autotrascendencia* (dimensión cognitiva). Esta vivencia capacitaría al individuo espiritualmente inteligente para establecer vínculos afectivos auténticos y profundos.

Paz interior: Estado interno de tranquilidad, confianza y esperanza que permite gozar de estabilidad emocional. Resultante de considerar cada circunstancia en el marco amplio de la mirada trascendente de la realidad (por lo tanto, sería otro aspecto afectivo de la autotrascendencia).

Felicidad: Capacidad de experimentar gozo profundo por el momento actual, prescindiendo de los estímulos exteriores. Implica especialmente la capacidad de *ser agradecido*.

Dimensión conductual (“contingencia”):

Control de los impulsos: Capacidad de dominar la reacción instantánea a los instintos o a los estímulos externos. Capacidad de reflexión en tales instancias que permite dar respuestas coherentes a los valores personales y el propio proyecto existencial.

Sobriedad, sencillez: Estilo de vida libre de la cultura consumista y de la ansiedad de poseer cosas. Capacidad de disfrutar y ser feliz con lo realmente necesario para vivir.

Manejo del ocio: Capacidad de utilizar el tiempo libre para la renovación del ser, disfrutando de experiencias gratificantes que promuevan el bienestar. Implicaría, por lo tanto, poder controlar los impulsos que, en la distensión producida por el tiempo libre, podrían conducir a prácticas degradantes.

Cuidado de la salud: Conductas de autocuidado (hábitos saludables) en armonía con las leyes de la salud, resultantes de considerar la vida como un don sagrado. Valoración del cuidado del cuerpo como importante para el desarrollo espiritual.

Estoicismo o resistencia física: Capacidad física que permite ponerse en acción de una manera intensa para luchar por los ideales personales. Puede llevar a mover los propios límites de resistencia física para alcanzar lo que se considera valioso. También implica el efecto positivo de la actividad física sobre la espiritualidad.

Ejercicio de la solidaridad: Manifestación conductual de la autotranscendencia (cognitivo) y de la empatía (afectivo). Por lo tanto, al despegarse del *yo*, las motivaciones para las acciones solidarias no serán egoístas, sino centradas en el *otro*.

Formulación de los reactivos-indicadores

A partir de la estructura teórica anteriormente planteada, se redactaron 20 reactivos por faceta, a fin de contar con un número considerablemente representativo de ítems iniciales (360 en total).⁴⁶ Estos reactivos fueron

⁴⁶ Pueden consultarse los 360 ítems iniciales en: M. Arias, “Construcción de una escala para la evaluación de la inteligencia espiritual” (Entre Ríos, Argentina: Universidad Adventista del Plata. Tesis de

evaluados por cuatro jueces expertos (especialistas en las áreas de psicología, teología y educación) bajo la consigna de que, considerando al marco teórico desarrollado en esta investigación, evaluaran la validez de contenido de los ítems en cuanto a su pertinencia con respecto al universo definido. También se les solicitó que evaluaran la claridad de la redacción de los reactivos.

Como resultado del análisis de los jueces, se conservaron 10 ítems por cada faceta, constituyendo una escala preliminar de 180 ítems, bajo el formato de escala Lickert, con cinco opciones de respuesta (desde muy de acuerdo hasta muy en desacuerdo) (véase el Apéndice).

Discusión y conclusiones

De acuerdo a la exploración bibliográfica efectuada en esta investigación, puede decirse que existen elementos teóricos que apoyan la plausibilidad de considerar una inteligencia espiritual.

Son considerables los autores que han propuesto la importancia de ampliar el concepto de inteligencia. Y hoy, cuando la comprensión de la realidad se ha profundizado, y en consecuencia complejizado, sería esperable que el concepto de inteligencia supere el reduccionismo impuesto por la teoría del CI.

De alguna forma, puede decirse que ampliar el concepto de inteligencia es ampliar el concepto antropológico, u ontológico mismo, ya que la inteligencia permite sobrevivir, y por lo tanto ser. El ser humano es más que las conexiones neuronales que le permiten razonar cuestiones lógicas, su adaptación exitosa a la vida implica también la capacidad de usar conexiones neuronales para resolver problemas emocionales y espirituales. Esto es porque, e implica que, el ser humano tiene una existencia que trasciende lo racional. La inteligencia espiritual podría ser un constructo amplio e integrador que provea un marco antropológico u ontológico para comprender mejor el potencial humano y su pleno desarrollo.

En la presente investigación se intentó un abordaje abarcante e integrador de la realidad y el potencial humano, a partir de considerar sus capacidades cognitivas, emocionales y conductuales. De ninguna manera este enfoque excluye la realidad de las inteligencias cognitiva y emocional, sino que pretende complementarla. También podría decirse que se sirve de ellas para

licenciatura en Psicología, 2013). En el presente trabajo no se incluyen por limitaciones de espacio.

proyectarlas en la resolución de los problemas existenciales, principal tarea de la inteligencia espiritual.

Así como se ha enfatizado hasta aquí que el concepto de inteligencia espiritual debiera construirse sobre una concepción holística de la realidad del ser humano, no debiera enfatizarse menos que todo ser humano posee un potencial para el desarrollo de la inteligencia espiritual. Esto se desprende lógicamente del modelo multidimensional cognitivo-afectivo-conductual que se ha asumido en este trabajo: todo ser humano que cuente con las posibilidades normales de uso de sus facultades podría cultivar su inteligencia espiritual. De esta manera, podría decirse que más allá de lo “heredado” y de lo “apropiado”, todo ser humano tiene el potencial para desarrollar la inteligencia espiritual. O, expresado en otros términos, más allá de lo innato y aprendido, por más condicionante (pero no determinante) que sea esto, el ser humano tiene la *libertad* para desarrollar su capacidad espiritual, como lo sostiene el pensamiento *frankliano*.

Al observar las facetas propuestas para cada una de las tres dimensiones de la inteligencia espiritual teorizadas en este trabajo, se hace evidente la estrecha relación entre tales dimensiones, a punto tal que la separación de las mismas es tan solo un dispositivo metodológico para la investigación. En algunos casos queda claro que una de las dimensiones del ser es la más involucrada en el proceso de resolución del problema, como por ejemplo el *razonamiento moral*, en el cual la actividad cognitiva es determinante. Sin embargo, ¿puede separarse la vivencia emocional con respecto a lo moral? ¿Puede realmente sostenerse una conducta moral si el motor afectivo no impulsa a la acción en el sentido definido por el razonamiento moral? Si el objetivo es tan solo una gimnasia intelectual en relación a cuestiones morales, podría limitarse la misma a la capacidad cognitiva. Pero si el objetivo es proveer un recurso efectivo para el bienestar, una conducta inteligente que genere el desarrollo pleno del ser humano, entonces el razonamiento moral necesitará de la consonancia afectiva y del compromiso de la voluntad.

En otras facetas, en cambio, es más evidente la estrecha conexión de las tres dimensiones. Por ejemplo, la *autotrascendencia* del ámbito cognitivo nutre la *empatía* en el ámbito afectivo, que mueve la *conducta solidaria* en el ámbito contingente. O la *meditación en los textos espirituales*, en el ámbito cognitivo, nutre la *admiración por lo misterioso* o místico, del ámbito afectivo, lo cual lleva a considerar la vida como un milagro y cuidarla como tal, como lo propone la faceta *cuidado de la salud* en el ámbito conductual.

De acuerdo a lo expuesto hasta aquí, en la presente investigación se propone que la inteligencia espiritual podría definirse como *la capacidad de construir un sistema saludable (o adaptativo) de valores o creencias espirituales y de adoptarlo como estilo de vida (es decir, la adhesión a esos valores)*.

A partir de lo abordado hasta aquí, surgen nuevos interrogantes, la propuesta inicial de indicadores empíricos del constructo inteligencia espiritual, ¿refleja adecuadamente el abordaje teórico propuesto? ¿Es factible medir adecuadamente (desde el punto de vista psicométrico) la inteligencia espiritual? Es decir, las puntuaciones que se obtengan con la escala propuesta ¿serán confiables, es decir consistentes y estables? Las inferencias que surjan a partir de las puntuaciones obtenidas con la escala, ¿serán válidas? La consideración de todos estos interrogantes, seguramente contribuirá con datos empíricos que permitirán ajustar o consolidar la definición teórica de inteligencia espiritual propuesta en este trabajo. Y es por esto, que actualmente nos encontramos abocados al estudio de estos interrogantes, como objetivos de la siguiente etapa de esta investigación.

Rodrigo Arias
Universidad Adventista del Plata
E-mail: rodrigo.arias@vidasanapuiggari.com.ar

Viviana Lemos
Universidad Adventista del Plata/CIIPME/CONICET
E-mail: vivianalemos@doc.uap.edu.ar

Recibido: 12/12/2014
Aceptado: 15/06/2015

Apéndice

Escala preliminar (180 ítems iniciales)

Por favor, en cada una de las siguientes declaraciones señale si está:

- 5- Totalmente de acuerdo
- 4- Parcialmente de acuerdo
- 3- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- 2- Parcialmente en desacuerdo
- 1- Totalmente en desacuerdo

Para responder debe tener en cuenta la frase completa. Luego de leerla, elija la opción que crea que lo describe mejor y marque el número correspondiente. Piense en cómo es realmente y no cómo desearía ser, o cómo desearía ser visto por los demás. También tenga en cuenta que la opción 3 debe marcarse solo en casos en que no sea posible otra respuesta. No hay límite de tiempo, pero procure trabajar sin detenerse demasiado en cada ítem. Muchas gracias por su colaboración.

No importa el lugar o circunstancia, siempre actúo de acuerdo a mis principios.	5 4 3 2 1
Dedico un tiempo diario a la meditación sobre algún texto espiritual.	5 4 3 2 1
Creo que en la vida todo tiene un sentido.	5 4 3 2 1
A veces me desconozco.	5 4 3 2 1
Al tomar decisiones tengo en cuenta el bienestar de los demás.	5 4 3 2 1
Creo que se puede tener paz en medio del dolor.	5 4 3 2 1
Tengo demasiados obstáculos como para alcanzar mis sueños.	5 4 3 2 1
Creo que el arte es muy importante para el desarrollo de una persona.	5 4 3 2 1
Cuando percibo que mis seres queridos existen, pudiendo no haber existido, me lleno de gozo.	5 4 3 2 1
Me cuesta comprender los sentimientos de los demás.	5 4 3 2 1
Las dificultades no afectan mi paz interior.	5 4 3 2 1
Me siento feliz por existir.	5 4 3 2 1
No tengo fuerza de voluntad para vencer la tentación.	5 4 3 2 1
Prefiero vestirme de manera sencilla.	5 4 3 2 1
En mi tiempo libre disfruto de la naturaleza.	5 4 3 2 1
Tengo malos hábitos que afectan a mi salud.	5 4 3 2 1

Tener conciencia de que estoy haciendo lo correcto me llena de energías.	5 4 3 2 1
Dedico tiempo a ayudar a los demás.	5 4 3 2 1
Las presiones del grupo no afectan mis convicciones.	5 4 3 2 1
Necesito alimento espiritual cada día.	5 4 3 2 1
Es imposible encontrar el sentido de las cosas que nos suceden.	5 4 3 2 1
Conozco bien mis debilidades.	5 4 3 2 1
Me cuesta aceptar a las personas que piensan distinto que yo.	5 4 3 2 1
Mis sufrimientos me han ayudado a crecer.	5 4 3 2 1
Cada momento es una oportunidad para aprovechar.	5 4 3 2 1
Me gusta estar al día con las novedades de la "farándula".	5 4 3 2 1
Creo que mi existencia es una casualidad.	5 4 3 2 1
Percibo fácilmente el estado de ánimo de los demás.	5 4 3 2 1
Pierdo fácilmente la calma.	5 4 3 2 1
Me cuesta disfrutar de las cosas.	5 4 3 2 1
Puedo renunciar a algo que me gusta si sé que me hace mal.	5 4 3 2 1
Dedico bastante tiempo a mi arreglo personal.	5 4 3 2 1
En mi tiempo libre me gusta hacer ejercicio físico.	5 4 3 2 1
Cuido mi salud porque considero que la vida es un milagro.	5 4 3 2 1
Me faltan las fuerzas para luchar por mis sueños.	5 4 3 2 1
No tengo tiempo para involucrarme en alguna obra solidaria.	5 4 3 2 1
Es importante la opinión de la mayoría para decidir lo que es correcto.	5 4 3 2 1
La lectura de textos espirituales me aburre.	5 4 3 2 1
A menudo reflexiono sobre el sentido de mi vida.	5 4 3 2 1
Conozco bien mis fortalezas.	5 4 3 2 1
La humanidad es una gran familia de la cual me siento parte.	5 4 3 2 1
Me ha tocado sufrir más que los demás.	5 4 3 2 1
Mi proyecto de vida me entusiasma.	5 4 3 2 1
La música que escucho me eleva espiritualmente.	5 4 3 2 1
Cuando pienso en el milagro de mi existencia me lleno de alegría.	5 4 3 2 1
Soy sumamente cuidadoso de no herir los sentimientos de los demás.	5 4 3 2 1
He aprendido a mantener mi paz interior en medio de las crisis.	5 4 3 2 1
He aprendido a ser feliz más allá de las circunstancias.	5 4 3 2 1
Aunque me sienta enojado puedo responder con calma.	5 4 3 2 1
Prefiero vivir en una casa sencilla.	5 4 3 2 1
En mi tiempo libre me doy todos los gustos posibles.	5 4 3 2 1
Cuidar mi cuerpo es importante para mi bienestar espiritual.	5 4 3 2 1
Cuando estoy abocado a una misión noble mis fuerzas se multiplican.	5 4 3 2 1
La ingratitud de las personas "enfria" mis ganas de ayudar.	5 4 3 2 1
Cuando estoy en un lugar donde no me conocen me resulta más difícil evitar la tentación por hacer algo ilícito.	5 4 3 2 1
Creo que en los textos sagrados hay mucha sabiduría.	5 4 3 2 1

Descubrir el origen y el destino de mi existencia es importante para mí.	5 4 3 2 1
Conozco bien mis límites.	5 4 3 2 1
Más allá del plano humano, hay un Ser superior con el cual nos podemos relacionar.	5 4 3 2 1
En el sufrimiento he aprendido importantes lecciones para mi vida.	5 4 3 2 1
Siento que mi proyecto de vida está detenido.	5 4 3 2 1
La música que escucho me transmite paz y bienestar.	5 4 3 2 1
Creo en los milagros.	5 4 3 2 1
Me gusta escuchar a los demás.	5 4 3 2 1
Me cuesta mantener la tranquilidad ante los imprevistos.	5 4 3 2 1
Las pequeñas cosas me hacen feliz.	5 4 3 2 1
Tengo poco dominio propio.	5 4 3 2 1
Tengo una dieta sencilla.	5 4 3 2 1
Las actividades que hago en mi tiempo libre me renuevan.	5 4 3 2 1
Soy responsable con el cuidado de mi salud.	5 4 3 2 1
Mis momentos de práctica espiritual me renuevan las fuerzas físicas.	5 4 3 2 1
Disfruto ayudando a los demás.	5 4 3 2 1
Para clarificar qué sería lo correcto en una situación dada me tomo tiempo para reflexionar.	5 4 3 2 1
Cuando leo un texto espiritual medito profundamente en su contenido.	5 4 3 2 1
Prefiero no preguntarme por el sentido de la vida.	5 4 3 2 1
Tengo bien claro qué debo mejorar de mi personalidad.	5 4 3 2 1
Cuando conozco a alguien que piensa distinto a mí, trato de descubrir los puntos en que podríamos coincidir.	5 4 3 2 1
El sufrimiento se puede convertir en una bendición.	5 4 3 2 1
Siento que cada momento es importante para construir mi proyecto de vida.	5 4 3 2 1
Aunque no sea un especialista, disfruto con diferentes expresiones artísticas.	5 4 3 2 1
Todo puede explicarse racionalmente.	5 4 3 2 1
Las personas me buscan para contarme sus problemas.	5 4 3 2 1
Estoy en paz con mi pasado.	5 4 3 2 1
Por momentos me siento muy infeliz.	5 4 3 2 1
Puedo ayunar cuando lo necesito espiritualmente.	5 4 3 2 1
Me gusta lo sofisticado.	5 4 3 2 1
Aprovecho mi tiempo libre en cosas que me hacen bien.	5 4 3 2 1
Creo que cuidar mi cuerpo es un deber sagrado.	5 4 3 2 1
A pesar del cansancio me tomo un tiempo diario para hacer mis ejercicios espirituales (lectura, oración, meditación, etc.).	5 4 3 2 1
Puedo dejar de lado mis cosas para ayudar a los demás.	5 4 3 2 1
Mis principios morales son el resultado de una intensa búsqueda espiritual.	5 4 3 2 1
Para mí es más importante la acción que la meditación.	5 4 3 2 1

Encontrar una explicación al problema del sufrimiento humano es importante para mí.	5 4 3 2 1
Me cuesta darme cuenta de mis cambios de humor.	5 4 3 2 1
Intento convencer a los demás para que piensen igual que yo.	5 4 3 2 1
Le temo al sufrimiento.	5 4 3 2 1
Me cuesta entusiasmarme con las cosas.	5 4 3 2 1
Me gustan los "realities shows".	5 4 3 2 1
Tarde o temprano la ciencia podrá explicar todas las cosas.	5 4 3 2 1
Me cuesta mucho perdonar, aunque la otra persona esté sufriendo.	5 4 3 2 1
Mi ánimo es bastante estable.	5 4 3 2 1
Hace tiempo que no tengo un verdadero motivo para estar feliz.	5 4 3 2 1
Muchas veces digo cosas de las que luego me arrepiento.	5 4 3 2 1
Los muebles de mi casa son sencillos.	5 4 3 2 1
Valoro mucho mi tiempo libre, por eso no lo gasto de cualquier manera.	5 4 3 2 1
Mis actividades no me permiten dormir una cantidad adecuada de horas.	5 4 3 2 1
Me falta voluntad para luchar por mis ideales.	5 4 3 2 1
Cuando ayudo a alguien y no lo valora me siento frustrado.	5 4 3 2 1
A menudo hago lo correcto solo para evitar la censura.	5 4 3 2 1
Mi mente se apacigua cuando medito en algún texto espiritual.	5 4 3 2 1
Descubrir cuál es la misión que debo cumplir en esta vida es importante para mí.	5 4 3 2 1
Muchas veces no soy consciente de mis estados de ánimo.	5 4 3 2 1
Me gusta conocer nuevas personas.	5 4 3 2 1
Ante el dolor puedo mantener la serenidad.	5 4 3 2 1
La vida es un regalo que no tiene desperdicio.	5 4 3 2 1
Disfruto de contemplar la naturaleza.	5 4 3 2 1
La posibilidad de que yo podría no haber existido me causa asombro.	5 4 3 2 1
Me molesta cuando alguien se pone a hablar de sus sufrimientos.	5 4 3 2 1
Pensar en el futuro me pone ansioso.	5 4 3 2 1
Cada día encuentro motivos por los cuales agradecer.	5 4 3 2 1
Mis impulsos sexuales me han traído problemas.	5 4 3 2 1
Prefiero un vehículo sencillo aunque pueda comprar uno más sofisticado.	5 4 3 2 1
Mi tiempo libre me trae problemas.	5 4 3 2 1
Mientras mejor me siento físicamente, mejor está mi vida espiritual.	5 4 3 2 1
Me falta voluntad para hacer lo que sé que debo hacer.	5 4 3 2 1
Hay gente que no merece ser ayudada porque se busca sus problemas.	5 4 3 2 1
Cuando hago lo correcto suelo pensar en la recompensa que podría recibir.	5 4 3 2 1
Luego de hacer una lectura espiritual me quedo pensando en su mensaje.	5 4 3 2 1
Creo que tengo una misión en esta vida.	5 4 3 2 1
Le presto atención a mis emociones.	5 4 3 2 1
No tengo tiempo para preocuparme por los problemas de los demás.	5 4 3 2 1

En medio del dolor puedo mantener mi mente en paz.	5 4 3 2 1
Hay días que se me hacen interminables.	5 4 3 2 1
Creo que la naturaleza está llena de arte.	5 4 3 2 1
Me causa admiración observar el milagro de la vida en la naturaleza.	5 4 3 2 1
Me duele ver el sufrimiento de la gente.	5 4 3 2 1
Logro colocar en su marco más amplio las cosas que me suceden.	5 4 3 2 1
Soy un agradecido de la vida.	5 4 3 2 1
Si me indican una dieta puedo mantenerla sin dificultad.	5 4 3 2 1
Usar la última tecnología es importante para mi confort.	5 4 3 2 1
Para mí las vacaciones, o días libres, son una oportunidad de renovarme espiritualmente.	5 4 3 2 1
Como en exceso.	5 4 3 2 1
Hacer actividad física me fortalece espiritualmente.	5 4 3 2 1
El sufrimiento de mi prójimo me mueve a estar a su lado para ayudarlo.	5 4 3 2 1
Mis principios morales son el resultado de cultivar una relación con el Ser superior que es fuente de toda verdad.	5 4 3 2 1
Cuando leo algún texto espiritual me cuesta concentrarme.	5 4 3 2 1
Creo que las preguntas existenciales no son importantes para la vida cotidiana.	5 4 3 2 1
Al terminar el día reflexiono sobre lo vivido y hago una autocrítica.	5 4 3 2 1
Creo que el "sálvese quien pueda" es una ley de la vida.	5 4 3 2 1
Cuando me toca sufrir me invade un sentimiento de desesperación.	5 4 3 2 1
Quiero aprovechar cada oportunidad para llegar lo más lejos posible.	5 4 3 2 1
Puedo pasar horas mirando TV.	5 4 3 2 1
Creer en cosas invisibles es solo para quienes tienen una limitada capacidad racional.	5 4 3 2 1
Me agrada la gente "dura" que no se conmueve por nada.	5 4 3 2 1
Para que las cosas que me suceden no me alteren las coloco en su marco más amplio.	5 4 3 2 1
Hace tiempo que no me sucede algo que genere mucha felicidad.	5 4 3 2 1
Me cuesta dejar de comer cuando algo me gusta mucho.	5 4 3 2 1
Soy austero en mi modo de vivir.	5 4 3 2 1
Disfruto pasar mi tiempo libre con mi familia o seres queridos.	5 4 3 2 1
Hago ejercicio físico regularmente.	5 4 3 2 1
Mis momentos de actividad física me renuevan espiritualmente.	5 4 3 2 1
Cuando alguien me necesita siempre me hago un tiempo.	5 4 3 2 1
Mis principios morales se basan en las tradiciones familiares que heredé.	5 4 3 2 1
Meditar cada día sobre un texto espiritual me permite cultivar la sabiduría.	5 4 3 2 1
Tener respuestas para las preguntas existenciales no soluciona nada.	5 4 3 2 1
A veces mis reacciones me sorprenden.	5 4 3 2 1
Creo que me las puedo arreglar solo, no necesito de los demás.	5 4 3 2 1

Es posible disfrutar de la vida aún en medio del dolor.	5 4 3 2 1
Hago las cosas por inercia.	5 4 3 2 1
Trato de no perderme mi novela preferida.	5 4 3 2 1
Creer en fuerzas invisibles es algo de supersticiosos.	5 4 3 2 1
Siento que mis relaciones interpersonales son profundas.	5 4 3 2 1
Muchas veces las preocupaciones no me dejan disfrutar el momento actual.	5 4 3 2 1
Cuando logre concretar algunos proyectos muy importantes que tengo seré feliz.	5 4 3 2 1
Cuando estoy enojado no puedo evitar tratar mal a los demás.	5 4 3 2 1
Si tuviera dinero suficiente me daría todos los gustos posibles.	5 4 3 2 1
Cuando estoy de vacaciones, o con algunos días libres, descuido mis hábitos saludables.	5 4 3 2 1
Tengo una alimentación saludable.	5 4 3 2 1
He descuidado mis deberes por falta de fuerzas físicas.	5 4 3 2 1
Busco permanentemente oportunidades para ayudar a los demás.	5 4 3 2 1