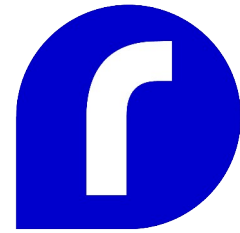


Refuncionalización de la espiritualidad en la gestión empresarial e institucional de la clase trabajadora



DOI: <https://doi.org/10.22458/rr.v16i1.6380>

Recibido: 27 de agosto de 2025

Revisado: 17 de octubre 2025

Aprobado: 12 de diciembre 2025

Dania Judith Boza Villalobos

Costarricense. Licenciada en Trabajo Social. Labora en la sede universitaria de San Carlos de la Universidad Estatal a Distancia (Costa Rica).

Correo electrónico:
dboza@uned.ac.cr

ORCID: [0000-0002-7844-9583](https://orcid.org/0000-0002-7844-9583)

José David Camacho Quirós

Costarricense. Magister Scientiae en Gerencia de Proyectos de Desarrollo. Labora en la sede universitaria de Turrialba de la Universidad Estatal a Distancia (Costa Rica).

Correo electrónico:
jcamachog@uned.ac.cr

ORCID: [0009-0007-3271-6061](https://orcid.org/0009-0007-3271-6061)

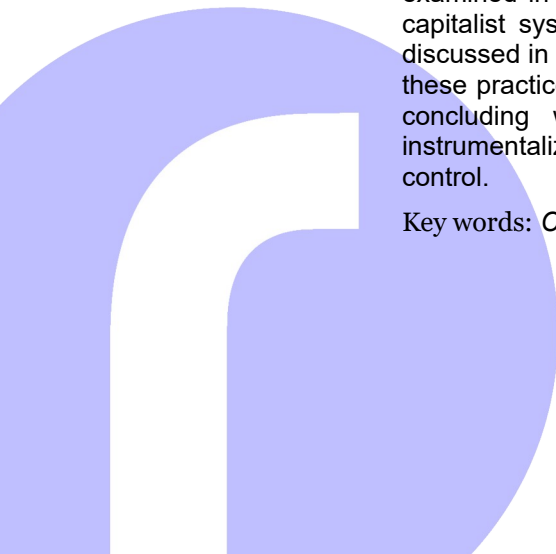
Resumen: Con el propósito de analizar cómo las prácticas de refuncionalización de la espiritualidad son utilizadas en organizaciones empresariales e institucionales para aumentar la productividad y gestionar el control de la clase trabajadora en el contexto del capitalismo tardío, se realizó un acercamiento exploratorio y cualitativo mediante un análisis bibliográfico y documental. Primeramente, se abordó la espiritualidad en el desarrollo de las sociedades y sus transformaciones dentro del sistema capitalista. Posteriormente, se discutió su despolitización y fragmentación en función de la productividad burguesa. Finalmente, se analizó cómo estas prácticas son incorporadas en la gestión empresarial e institucional. Se concluyó con reflexiones críticas sobre la manera en que el capitalismo instrumentaliza dimensiones espirituales para optimizar la productividad y moldear el control social.

Palabras clave: *capitalismo, espiritualidad, productividad laboral, Recursos Humanos*

Refunctionalization of spirituality in business and institutional management of the Working Class

Abstract: With the purpose of analyzing how the refunctionalization of spirituality is employed in business and institutional organizations to increase productivity and manage control over the working class within the context of late capitalism, an exploratory and qualitative approach was carried out through bibliographic and documentary analysis. First, spirituality was examined in the development of societies and its transformations within the capitalist system. Subsequently, its depoliticization and fragmentation were discussed in relation to bourgeois productivity. Finally, the study analyzed how these practices are incorporated into business and institutional management, concluding with critical reflections on the ways in which capitalism instrumentalizes spiritual dimensions to optimize productivity and shape social control.

Key words: *Capitalism, spirituality, labor productivity, Human Resources*



Introducción

En el ámbito laboral suelen emplearse expresiones que buscan moldear las subjetividades en torno al trabajo, por ejemplo “el problema no son tus condiciones, sino lo que haces con ellas”, “no hay que ver los problemas, sino las oportunidades de crecimiento que traen” o “hay que hacer lo que se puede con lo que se tiene, pero sin perder la calidad”. También, surgen mensajes emocionales que apelan a la validación de la persona trabajadora tales como “somos una familia y nos preocupamos por tu bienestar” o “la paz comienza en cada persona”. A esto, se suman máximas aparentemente motivadoras como “si amas tu trabajo, nunca estarás trabajando” o “piensa que tu trabajo impacta en la vida de otros”.

En conjunto, estas afirmaciones se difunden bajo el estandarte de la salud mental y el crecimiento personal y pueden operar como mecanismos de legitimación del orden capitalista. Sin embargo, existen corrientes que cuestionan cómo estas posturas romantizan las dinámicas laborales de opresión y refuncionalizan elementos espirituales y emocionales en aras de potenciar la productividad empresarial o institucional, donde se desdibujan las estructuras materiales y simbólicas que sostienen el trabajo. Por su parte, Rojas (2023) expone cómo algunas personas que ocupan cargos gerenciales y son consideradas exitosas, practican la meditación y actividades de autocuidado para centrarse en la consecución de sus objetivos y el alcance de sus metas personales y organizacionales. Este tipo de prácticas se proyectan en la gestión de las personas trabajadoras en entornos institucionales y empresariales, en el tanto son planteadas como aparentes estrategias para administrar el bienestar y desarrollo individual de la población trabajadora.

En contraste, los datos revelados por la Encuesta de Diagnóstico de Bienestar Laboral, desarrollada por la firma Willis Tower Watson (WTW), indican que, posterior a entrevistar a un millón de personas trabajadoras y cuatrocientos diez representantes patronales en Latinoamérica, se identificó que un 83 % de las personas trabajadoras señaló experimentar estrés y agotamiento laboral. Mientras que un 77 % expresó su preocupación por su salud mental. De igual forma, el 84 % de las personas empleadoras indicaron estar preocupadas por el bienestar de su fuerza laboral y la cultura organizacional, porque lo anterior impacta en la productividad de las empresas. Al respecto, Mónica Guzmán Ledezma, vocera de WTW Costa Rica, refirió lo siguiente: “un empleado que tiene sus necesidades emocionales, físicas, sociales y económicas cubiertas es un valor para la empresa porque su compromiso y su eficiencia aumentan y su rendimiento tiene un impacto real en el desempeño de toda la organización” (El País, 2023).

A partir de lo anterior, surgen preguntas como las siguientes: ¿de qué manera la espiritualidad ha sido refuncionalizada en los entornos laborales e insti-

tucionales?, ¿cuáles intereses motivan la promoción organizacional de prácticas de bienestar espiritual y emocional en empresas e instituciones?, ¿cómo se instrumentaliza la espiritualidad para gestionar la productividad y el control subjetivo de la clase trabajadora¹?, y, finalmente, ¿es posible recuperar una espiritualidad emancipadora que confronte las lógicas de subordinación y mercantilización del bienestar?

Para responder tales interrogantes, se desarrolló el presente artículo desde un enfoque cualitativo, que se constituyó como una reflexión teórico-crítica no derivada de una investigación empírica. Se desarrolló una revisión bibliográfica y documental para articular teoría clásica y posturas contemporáneas sobre espiritualidad, así como gestión y control de la clase trabajadora desde una perspectiva interdisciplinaria, donde converge la sociología, la filosofía política y los estudios organizacionales.

Dado su carácter documental y bibliográfico, no se incluyó trabajo de campo ni se pretende generalización empírica; su contribución es analítico-interpretativa y se orienta a mostrar cómo el capitalismo tardío refuncionaliza dimensiones espirituales como dispositivos de control emocional y productivo en organizaciones empresariales e institucionales.

Seguidamente, se aborda una síntesis de la espiritualidad en el desarrollo sociohistórico de las sociedades y sus transformaciones en el sistema productivo actual en relación con la gestión de las emociones, lo simbólico y las prácticas de espiritualidad en la contemporaneidad y su incorporación en la gestión de los Recursos Humanos, tanto en empresas como en instituciones para el control de la clase trabajadora.

Espiritualidad como elemento cultural en las sociedades y la mercantilización de lo simbólico, el sufrimiento y lo espiritual en el capitalismo

En esta sección se propone analizar el papel de la espiritualidad como elemento cultural en las sociedades contemporáneas y se analizan algunas de sus transformaciones en el marco del capitalismo tardío, donde se entrelazan la espiritualidad con nuevas dinámicas económicas y simbólicas. Según Nogueira (2015), a lo largo de la historia de la humanidad, se ha buscado dilucidar los fenómenos físicos y mentales en los cuales interviene el ser humano en relación con su entorno. Por lo cual, desde la religiosidad y la espiritualidad, han emergido explicaciones u orientaciones, que dotan de sentido la vivencia de la vida para múltiples personas y comunidades en las diferentes partes del mundo.

La autora señala que la ciencia se ha abocado a investigar cómo influyen la religiosidad y la espiritualidad en el desarrollo del comportamiento humano y refiere que cada vez más investigaciones plantean que la espiritualidad y la religiosidad no son sinónimos, en el tanto la primera engloba a la segunda. Al respecto, indica que no todas las personas que se consideran a sí mismas

1. Marx (1982) reconoce a la clase trabajadora como aquella que depende de la venta de su fuerza de trabajo para producir y reproducir sus condiciones materiales y culturales de existencia, la cual no posee acceso a los medios de producción y es despojada del producto de su labor por parte de las personas capitalistas. El artículo, en particular, se centra en la relación obrero-patronal en contextos laborales.

espirituales se describen como religiosas y prevalecen perspectivas laicas de la espiritualidad. Por su parte, Viotti (2018) plantea lo siguiente:

Surgida a partir de una separación ontológica entre mundo/sujeto, naturaleza/cultura, sociedad/individuo y cuerpo/alma, la espiritualidad suele entenderse intelectualmente desde el punto de vista del orden dualista y estatal moderno como una de las versiones de lo religioso, una versión particularmente “privada”. Este especial modo de entender a la espiritualidad está fuertemente asociado a un régimen de relación ontológica que no sólo es el dominante, sino que está intrínsecamente relacionado con las definiciones legítimas de cómo la religiosidad (y la espiritualidad) debe comportarse en las sociedades modernas: fuera del orden corporal, fuera del orden mercantil, fuera del orden político, o sea, fuera del “mundo”. La espiritualidad en particular aparece como el resultado de un proceso unilineal anclado en la autonarración moderna de la individualización y otros procesos simultáneos: el nomadismo religioso, la desjerarquización, la “libre elección” y la emergencia del pluralismo religioso (232).

En este sentido, el autor expone cómo la religiosidad suele ser asociada con prácticas colectivas y visibles dentro de las sociedades, mientras que la espiritualidad se concibe con un carácter reflexivo individual de la persona y cómo esta experimenta mediante sus vivencias e interacciones con el mundo, sus conjeturas religiosas o laicas sobre temas simbólicos y materiales a los cuales se expone. Igualmente, Saldías Ortega y Moyano Díaz (2023) señalan que la espiritualidad se centra en la motivación, que orienta a las personas en la búsqueda de un sentido de vida, mientras que la religiosidad agrupa creencias, vivencias y rituales en torno a la idea de la existencia de deidades, que son transmitidas social y culturalmente.

Por su parte, Bernal Solano (2022) plantea cómo desde la sociología y la antropología de las religiones se ha desarrollado una amplia gama de estudios que permiten comprender cómo intervienen los contextos socioculturales en el desarrollo de las religiones y las espiritualidades desde las sociedades preindustriales hasta las contemporáneas.

De igual forma, la autora enfatiza cómo con el advenimiento de la modernidad, el desarrollo científico obnubiló el avance de las religiones y las espiritualidades durante parte del siglo XX en las sociedades occidentales mediante la secularización de diversas esferas de la vida pública. No obstante, expone que, pese a los pronósticos que auguraban que la espiritualidad y la religiosidad serían subsumidas por la racionalidad burguesa a través de ciencia, en la actualidad conviven a pesar de las pugnas que esto pueda implicar. Incluso, advierte que se han diversificado las búsquedas de explicaciones religiosas y espirituales para confrontar las carencias de sentido en las sociedades contemporáneas.

A partir de lo anterior, se observa cómo el avance del pluralismo religioso y la diversificación de corrientes espirituales posibilitan que las personas problematicen sus vidas y le otorguen sentidos mediante símbolos multiculturales como el uso de cristales, la lectura del tarot, la meditación o la oración. Estas experiencias se conjugan con prácticas terapéuticas y espirituales como los círculos de mujeres, ritos de sanación, rituales de recuperación de la energía masculina, equilibrio de chakras, yoga, cultos, incorporación de prácticas y tradiciones indígenas e incluso sesiones de *mindfulness*² en oficinas, que se presentan como estrategias de bienestar individual desligadas de su contexto sociocultural. Al respecto, Hernández Madrid (2005) plantea lo siguiente:

La sanación espiritual (...) se objetiva de diversas maneras: como capacitación técnica ofertada en cursos, manuales, demostraciones; como servicio terapéutico (masajes, sesiones) (...) La producción editorial de manuales de autoayuda, que lo mismo se consiguen en el supermercado, en librerías especializadas o en páginas web (...) Quienes los escriben y promueven exhiben trayectorias sofisticadas de especialización: nutrición, herbología, aromaterapia, reiki, hidroterapia, yoga, meditación, kinesiología, ozonoterapia y muchas más que se especifican bajo el rubro de “métodos de sanación natural” (23).

2. Callisaya Condori (2024) define que el *mindfulness* es “derivado de la meditación budista Vipassana, (e) implica prestar atención consciente y sin juicio al momento presente, fomentando la conciencia plena (...) se destaca por su enfoque en la conciencia plena del momento presente (311).

Así, se observa cómo el capital espiritual es mercantilizado y despolitizado, que pasa a formar parte de un proceso más amplio de instrumentalización del sufrimiento humano dentro de las lógicas del capitalismo. De esta manera, se establecen prácticas de apropiación cultural que buscan vender soluciones exóticas y fetichizadas en distintas partes del mundo, porque estas suelen abstraerse de los elementos culturales como la cosmogonía o la cosmovisión de los pueblos de los cuales se sustraen los rituales con el fin de refuncionalizarlos para el comercio espiritual y alinearlas con el proyecto capitalista. Desde los planteamientos de Harvey (2005), en el capitalismo tardío,

no solo se comercializan productos o servicios, sino también las prácticas culturales, simbólicas y emocionales se doblan a la lógica del capital para generar nuevas formas de acumulación, aunque esto involucre mercantilizar el sufrimiento humano.

Espiritualidad despolitizada, fragmentada y apropiación ancestral

En el presente apartado se analiza cómo la espiritualidad es refuncionalizada dentro del capitalismo tardío y la productividad burguesa mediante prácticas despolitizadas, fragmentadas y de apropiación ancestral para la producción cultural de símbolos y gestionar a la clase trabajadora desde organizaciones institucionales y empresariales. Según Mandel (1972), el capitalismo tardío emergió a mediados del siglo XX y se caracteriza por su expansión global, el desarrollo tecnológico acelerado, la intervención activa de los Estados nacionales en roles económicos, políticos y el manejo de conflictos sociales para mantener su estabilidad, así como la aparición de nuevos mercados que complejizan el orden sociopolítico y permiten la emergencia de nuevas interrelaciones sociales.

Además, en el capitalismo tardío, se expropiaron los conocimientos y las prácticas ancestrales de los diferentes pueblos en el mundo. Posteriormente, se separan de los contextos socioculturales donde se producen, se abstraen e intentan depurar con el fin de despolitizarlos y constituirlos finalmente en un producto o servicio que pueda ser comercializado en el mercado espiritual para responder a la búsqueda de sentido, la gestión del sufrimiento emocional y el descontento de las personas alienadas³ y cansadas. Al respecto, Han (2021) refiere que "(...) la optimización personal sirve únicamente para el funcionamiento perfecto dentro del sistema. Bloqueos, debilidades y errores tienen que ser eliminados terapéuticamente con el fin de incrementar la eficiencia y el rendimiento" (30) en procura de garantizar individualidades funcionales y alineadas al capitalismo.

3. "El trabajo alienado genera que la vida del obrero le sea ajena: no le pertenece. En el trabajo no se afirma sino que se niega, no se siente feliz sino desgraciado, no desarrolla una libre energía física y mental sino que mortifica su cuerpo y arruina su espíritu" (Marx, 2019, p.109).

Como experiencias concretas, se identificó que existen empresas prestadoras de servicios de capacitación en *mindfulness* empresarial enfocados en la disminución del estrés laboral, la ansiedad, la falta de concentración, la mejora de la autorregulación y el fortalecimiento de la inteligencia emocional para tolerar la frustración ante la presión, así como promover la atención plena en el entorno laboral. (Noble Prog CR, Centro Médico Milenium Costa Rica, 2025). Además, se ofertan cursos en los cuales se publicita que "los colaboradores estarán mejor equipados para gestionar emociones difíciles y ser más efectivos, productivos, creativos y equilibrados, contribuyendo al éxito y bienestar de la organización y de su satisfacción personal" (Adentro, 2025).

A su vez, surgen experiencias como el ingreso de personas turistas europeas y norteamericanas a parajes naturales centroamericanos para realizar prácticas rituales como la ayahuasca (Evenbrite, Casa de Luz, Soltara, 2025), originaria de Sudamérica, sin mantener un vínculo con las culturas que los practican con el fin de experimentar emociones o estados de alienación externos a sus vidas cotidianas, lo cual vacía el contexto cultural que las produce. A

ello, se adicionan los retiros de yoga en playas latinoamericanas gentrificadas (Braddell, 2025) que se orientan a la “sanación” de traumas infantiles o experiencias negativas asociadas a temas de género, así como la exotización de rituales indígenas en el turismo (Díaz, 2025), donde se desvirtúan los sentidos otorgados por las comunidades de origen. Por lo tanto, el fin social de la espiritualidad en las sociedades capitalistas rompe el carácter transformador de reflexión y movilización colectiva, de trascendencia o liberación para centrarse en crecimientos individualizados, que permitan el ascenso en relaciones sociales de desigualdad o roles laborales competitivos.

En las sociedades contemporáneas, la espiritualidad se sitúa como un refugio individual ante las demandas productivas y reproductivas que afrontan las personas. Las consecuencias de un entorno desigual y profundamente opresivo -como el cansancio, la depresión, la ansiedad, el estrés crónico, la pérdida de esperanza o la desmotivación- se vislumbran como problemas individuales cuando son expresiones de una estructura que desgasta a las personas hasta la extenuación física y mental. Desde una lógica funcionalista, se promueve la figura del sujeto social con fortaleza mental, emocional y espiritual, capaz de adaptarse y resistir para continuar siendo útil a los intereses empresariales e institucionales. En coherencia con ello, se difunden discursos de autocuidado, autorrealización, autogestión y autorregulación emocional y espiritual y se demanda sostener la productividad, aunque eso implique sacrificar el bienestar personal y colectivo con lo cual se desplaza la responsabilidad de afrontar las injusticias sociales hacia el plano individual. Lo anterior es desarrollado por Purser (2021), quien plantea lo siguiente:

Las intervenciones basadas en Mindfulness cumplen este objetivo al optimizar terapéuticamente a unos individuos y volverlos “mentalmente aptos”, atentos y resilientes para que puedan seguir funcionando dentro del sistema. Esta capitulación parece ser lo más alejado a la revolución: se trata más bien de una rendición quietista (Capítulo1, “Una espiritualidad capitalista”)⁴

Tanto el *mindfulness* como algunas variantes terapéuticas o pseudocientíficas carecen de sentido ético-social y no procuran la liberación de las personas trabajadoras, ni el reconocimiento de estructuras e interrelaciones que las subyugan. Al contrario, fomentan la aceptación pasiva de la realidad al transmitir la idea de que el capitalismo es natural, por lo que es determinista y se debe aprender a sobrevivirlo sin cuestionarlo. De este modo, se normalizan y se legitiman situaciones laborales abusivas y sus repercusiones en otras esferas de la vida tales como las relaciones familiares, de pareja, comunitarias y políticas al omitir una reflexión crítica sobre las condiciones, que oprimen a la clase trabajadora y cómo se han incorporado en las dinámicas de control dentro de las organizaciones empresariales e institucionales.

4. En las citas correspondientes a ediciones Kindle, se indica el capítulo en lugar del número de página, dado que el formato electrónico no incluye paginación fija.

Paradójicamente, el sufrimiento que dichas prácticas contemporáneas buscan gestionar -sin cuestionar su raíz-, distorsionan planteamientos budistas, taoístas, hindúes y otras tradiciones ancestrales, orientadas a promover el autoconocimiento, empoderamiento individual y colectivo, de las cuales estas tendencias se nutren. En la misma línea, Žižek (2016) indica que dichas prácticas, cuando se despolitizan y se occidentalizan -alejadas de su base ética y filosófica- actúan como mecanismos de “anestesia ideológica”. Aunque alivian temporalmente el malestar causado por las contradicciones del capitalismo, permiten que las personas continúen operando dentro del sistema y simultáneamente desactivan el impulso de buscar una transformación social. En palabras del autor “podría decirse que el camino meditativo del ‘budista occidental’ es el modo más eficaz que tenemos de conservar la apariencia de la cordura mental” (47).

Esta fragmentación se manifiesta mediante hábitos y prácticas descontextualizadas mediante las cuales se comercializa la espiritualidad y las emociones de la población trabajadora como un valor agregado de las organizaciones empresariales e institucionales; por ejemplo, talleres de alimentación consciente para la desinflamación corporal y reducción de la ansiedad, clases de yoga, meditación u oración para el afrontamiento de la jornada laboral, talleres de manejo eficiente del tiempo y el dinero o talleres de formación para el liderazgo. Lo anterior evidencia la mercantilización de lo espiritual y lo reduce a la autoayuda, autogestión emocional, autoconocimiento instrumentalizado y el empoderamiento individual.

El malestar se despolitiza al buscar soluciones individuales a problemas de base sistémica al enfatizar la regulación autónoma de emociones -como el estrés, la ansiedad, la frustración, el enojo, la indignación, la decepción- para conservar la funcionalidad y la productividad. Además, se apuesta por herramientas de autoconocimiento y autoempoderamiento orientadas a optimizar el rendimiento personal y profesional al tiempo que se refuerza la culpa en el individuo si fracasa en la constante búsqueda de la eficiencia. Esto se expresa en mandatos como los siguientes: “revísese a usted para encontrar los fallos que limitan su rendimiento”, “aprenda a identificar sus pensamientos negativos para ser más eficiente y mantener la concentración”, “sea consciente de usted y rendirá mejor bajo presión” o “domine sus emociones para influir positivamente en el equipo”. Todo se ejemplifica en escenarios laborales donde el *mindfulness* y las prácticas similares se convierten en guías de optimización y se encuentran en sintonía con las demandas del capitalismo, que requiere personas trabajadoras flexibles, adaptables, resilientes y sumisas, emocionalmente gestionadas, pero no organizadas ni movilizadas en defensa de sus derechos laborales.

Purser (2021) advierte que, al reducir las prácticas espirituales al ámbito privado, se abre una puerta para que sean cooptadas y utilizadas como mecanismos de control que refuerzan las estructuras de poder social, económico y político. Lo que las priva de su potencial transformador y se convierten en mercancías. Así, se desconectan de sus dimensiones colectivas, éticas, filosóficas y comunitarias, mientras se diluye su sentido reivindicativo para dar

pie a experiencias individualizadas y consumibles de manera privada; son experiencias subjetivas desligadas de cualquier proyecto conjunto de transformación.

En sociedades que glorifican el rendimiento y la productividad, se legitima la violencia sistémica contra la clase trabajadora. Bajo esta lógica, las enfermedades y las afectaciones, tanto mentales como emocionales (trastorno de ansiedad generalizada, depresión, desgaste por empatía, sobrecarga emocional, sentimiento de desesperanza ante el abandono institucional o empresarial, aislamiento social, entre otras), no solo resultan de la incesante presión por rendir más, sino también de la obligación de gestionar en soledad las consecuencias de esa exigencia. Dentro de este panorama, el malestar deja de ser una excepción y se convierte en una experiencia común, aunque silenciada e interpretada como un problema personal. Las metodologías que impulsan la autodemanda en las personas trabajadoras fomentan una competencia interna permanente.

En un contexto donde no existen límites claros -porque todo se plantea como alcanzable y siempre mejorable- las personas terminan compitiendo contra sí mismas y se conduce hacia una autoexplotación sostenida. Han (2024) señala que lo que realmente enferma a la persona trabajadora es la obligación constante de rendir al máximo, pues este mandato de productividad se ha convertido en la regla principal de las sociedades actuales al ejercer una presión que desgasta y fragmenta a las personas. En palabras del autor, quien se ve forzado o forzada a rendir, se autoexplota hasta el colapso físico, mental y emocional en nombre de la autorrealización. Esta situación refleja el agotamiento crónico de quienes no pueden desconectarse fuera de su horario laboral, mantienen crisis de ansiedad ante la imposibilidad de cumplir metas inalcanzables o experimentan cuadros de depresión y sensación de fracaso a pesar del esfuerzo al sentir que nunca es suficiente para responder a las demandas crecientes del entorno corporativo o institucional.

Paralelamente, las estrategias organizacionales que instrumentalizan la espiritualidad y las emociones –como los talleres de liderazgo carentes de consciencia social, el *mindfulness* despolitizado, *coaching*⁵ y manejo emocional– se presentan como herramientas de bienestar en el trabajo y de desarrollo personal. Por ejemplo, Pérez Marín (2025), gerente de Recursos Humanos de Baker Tilly Costa Rica, señala que la implementación de prácticas de bienestar emocional en la empresa “se traduce en empleados más comprometidos, con mayor rendimiento, menor desgaste laboral y mayor disposición para colaborar en equipo.”

Por lo tanto, detrás de este tipo de acciones, se busca moldear subjetividades para producir personas trabajadoras dóciles en cuanto a sus derechos, fuertes únicamente para incrementar su capacidad de producción y políticamente desmovilizadas, que acepten las condiciones laborales precarizadas con una “actitud positiva” y sin cuestionar la autoridad.

En este sentido, el *mindfulness* se utiliza para controlar emociones y reducir la impulsividad y no para fomentar la crítica o la protesta ante las injusticias

5. Herrera Bernal y Vásquez Gutiérrez (2021) exponen que el *coaching* “procede del término inglés “to coach” que significa entrenar y esta práctica se ha extendido más allá del término deportivo, trascendiendo a las áreas empresariales, organizacionales, educativas y personales. El coaching es un camino para superar limitaciones. Permite hacer conscientes acciones, hábitos, valores, creencias, historias y juicios, a fin de facilitar procesos de cambio que permitan al cliente tomar acciones que lo lleven a ser una mejor persona” (14).

para convertir a la persona trabajadora en alguien que aprende a soportar sin rebelarse. De igual modo, el *coaching* y los discursos de liderazgo sin perspectiva sociocrítica promueven la responsabilidad individual, la resiliencia y la autosuficiencia en sintonía con los intereses organizacionales. Por lo tanto, el manejo emocional se enfoca en canalizar frustraciones para evitar que se expresen en conflictos abiertos y cultivar una fortaleza basada en la capacidad de soportar presiones.

En conjunto, estas dinámicas moldean la psique de las personas trabajadoras para la autoexigencia. Quienes defienden sus derechos son etiquetadas como personas negativas, impulsivas, reactivas o conflictivas, con lo cual se deslegitiman sus demandas en contraposición a la imagen de la persona trabajadora ideal: quien no se queja, obedece y gestiona su malestar en privado. Así, aparentemente, la estructura empresarial o institucional se fortalece a costa de la renuncia silenciosa de los derechos y condiciones laborales dignas. Al respecto, Han (2021) plantea lo siguiente: “Para incrementar la productividad, no se superan resistencias corporales, sino que se optimizan procesos psíquicos y mentales. El disciplinamiento corporal cede ante la optimización mental” (25). El autor sugiere cómo en el capitalismo tardío la autoexigencia facilita el control de la clase trabajadora por medio de la motivación positiva y se reduce el empleo de acciones coercitivas. Así, la explotación se disfraza de libertad y desarrollo personal que se tornan más eficaces en la medida que la persona trabajadora lo percibe como elección propia y el camino constante hacia su autoafirmación.

Además, frente a la instrumentalización capitalista de la espiritualidad como dispositivo de control es posible recuperar prácticas espirituales politizadas y orientadas a la transformación social. En escenarios donde la espiritualidad es absorbida por la gestión empresarial e institucional para moldear subjetividades dóciles, resilientes y productivas sin enfocarse en el bienestar de la persona trabajadora desde perspectivas críticas pueden ser asumidas como herramientas de cohesión y colectividad.

Por ejemplo, una experiencia concreta en la cual se observa que la priorización de la salud mental de las personas trabajadoras puede derivar en movilizaciones colectivas y acciones por la exigibilidad de sus derechos -y de las poblaciones que atienden- se identifica en el gremio de enfermería en Estados Unidos. La American Nurses Foundation (2025) promueve procesos de formación orientados a identificar síntomas tempranos de estrés y agotamiento, brindar estrategias para el manejo del estrés y desarrollar habilidades prácticas que reduzcan su impacto en la vida cotidiana. Estas capacitaciones no conciben a las personas enfermeras como un gremio aislado, sino que las reconocen como seres en sociedad cuyas condiciones de bienestar están estrechamente vinculadas con su trabajo y entorno de desarrollo. En esta misma línea, Burger (2012) expone que National Nurses United (2012) ha impulsado una politización del cuidado de la salud mental al relacionarla con la lucha frente a la violencia social y estructural que atraviesa su práctica profesional.

Finalmente, la espiritualidad puede ser resignificada como una fuerza colectiva que alimenta la resistencia, fortalece los lazos comunitarios, sostiene proyectos emancipatorios y dota de sentido a la lucha por transformar las condiciones de vida de la clase trabajadora. Además, recuperar una espiritualidad enraizada en lo comunitario y comprometida con la transformación social puede facilitar la insubordinación frente a los dispositivos de opresión y explotación que sostienen el orden capitalista. Ante las estrategias de disciplinamiento que fragmentan, aíslan y desmovilizan a la clase trabajadora, esta espiritualidad puede convertirse en una herramienta de lucha, que reabra horizontes de organización, solidaridad y movilización política en el camino hacia la justicia social y la emancipación colectiva.

Conclusiones

Si bien se consideró que con el advenimiento de la modernidad burguesa el espectro de la espiritualidad se reduciría en las sociedades modernas, realmente se han diversificado y mundializado las prácticas espirituales en el orbe, sin que, necesariamente, se resguarden los contextos socioculturales desde los cuales se originan. Además, han adquirido nuevas formas y significados que han facilitado el control social, la regulación y gobernabilidad subjetiva.

Por lo tanto, las espiritualidades contemporáneas se tornan fragmentadas, individualizadas y sin precisar de forma absoluta de una estructura organizativa religiosa que administre los ritos o prácticas asumidas por las personas. Lo anterior, en sintonía con el individualismo como estandarte neoliberal, funge como espejismo de libertad y autodeterminación.

Tales planteamientos han sido subsumidos por las organizaciones empresariales e institucionales para la gestión de las subjetividades de las personas trabajadoras en la búsqueda por aumentar la productividad mediante el disciplinamiento positivo y solapado de la voluntad. Lo que, lejos de aportar en procesos emancipatorios de las personas, fomenta espiritualidades individualistas que promueven la autogestión de los malestares sociales y laborales, además de desplazar las posibilidades de movilización colectiva, la crítica o la superación de condiciones laborales adversas. Este tipo de espiritualidades organizacionales y productivas aspiran a aumentar la resiliencia, la adaptación y el compromiso de la clase trabajadora y procuran normalizar y legitimar la precarización laboral; a la vez, se superponen a las condiciones materiales y simbólicas que estructuran la vida de las personas trabajadoras.

En contraposición, las prácticas que promueven la salud mental desde un interés genuino por la persona trabajadora deben trascender el contexto inmediato laboral y favorecer condiciones materiales y simbólicas de existencia en las cuales las personas se sientan dignificadas. En este sentido, la promoción del bienestar debería vincularse con la crítica a las estructuras económicas y organizacionales que reproducen la desigualdad y la explotación de la clase trabajadora. Esta omisión implica estrategias adaptativas que no permi-

ten superar la gestión individualizada del malestar generado por el sistema capitalista.

Bibliografía

- Adentro. 2025. "Taller Mindfulness & Breathwork." *Adentro*. Acceso el 29 de octubre de 2025. <https://adentro.org/taller-mindfulness-breathwork/>
- American Nurses Foundation. (2025) "*Nurse Well-Being: Building Peer and Leadership Support*." *American Nurses Foundation*. Acceso el 29 de octubre de 2025. <https://www.nursingworld.org/foundation/programs/nurse-wellbeing/>.
- Bernal Solano, Mariola. 2022. "Espiritualidad en Ciencias Sociales y Salud. Genealogía y usos de un término". *Estudios Eclesiásticos* 97 (381-382):423-463. doi: 10.14422/ee.v97.i381-382.y2022.005
- Braddell, Kirby. 2025. "Los mejores retiros de bienestar de Latinoamérica para recuperar cuerpo y mente." *Medical Tourism Packages*, 28 de mayo de 2025. Accesado el 31 de octubre de 2025. <https://www.medicaltourismpackages.com/es/los-mejores-retiros-de-bienestar-de-america-latina/>
- Burger, Deborah. 2012. "Time to Act Now To Restore Our Ravaged Mental Healthcare System." National Nurses United Blog. Acceso el 29 de octubre de 2025. <https://www.nationalnursesunited.org/blog/time-act-now-restore-our-ravaged-mental-healthcare-system>
- Callisaya-Condori, Juan Carlos. 2024. "Mindfulness como Estrategia para la Gestión de Ansiedad Ocasionada por Consumo de Sustancias Psicoactivas." *Revista Docentes 2.0* 17, no. 1 (junio): 310- 319. doi:10.37843/rted.v17i1.479
- Casa de la Luz. 2025. "Retiros Una Noche." *Casa de la Luz*. Acceso el 29 de octubre de 2025. <https://www.casadelaluz.org/retirosunanoche>
- Centro Médico Milenium Costa Rica. 2025. "Mindfulness." *Sanitas Centro Médico Milenium*. Acceso el 29 de octubre de 2025. <https://centromedicomilenium-costarica.sanitas.es/sanitas/centro-milenium/costarica/especialidades/unidades-especiales/mindfulness/index.html>
- Díaz, Jorge. 2025. "El Impacto del Turismo Espiritual en Rituales Indígenas." *Peru HW*. Acceso el 29 de octubre de 2025. <https://peruhw.com/el-impacto-del-turismo-espiritual-en-rituales-indigenas/>
- El País. 2023, junio 22. "Estrés y agotamiento son las principales afecciones señaladas por el 83% de la fuerza laboral". Acceso el 11 de mayo de 2025. <https://www.elpais.cr/2023/06/22/estres-y-agotamiento-son-las-principales-afecciones-senaladas-por-el-83-de-la-fuerza-laboral/>.

- Eventbrite. 2025. "Ayahuasca Retreats in Costa Rica." *Eventbrite*. Acceso el 29 de octubre de 2025. <https://www.eventbrite.es/d/costa-rica/ayahuasca-retreats/>
- Han, Byung-Chul. 2021. *Psicopolítica: Neoliberalismo y las nuevas técnicas de poder*. Traducido por Alfredo Bergés. [Edición Kindle]. Barcelona: Herder Editorial. <https://www.amazon.com/dp/B09FLWV9J9>
- Han, Byung-Chul. 2024. *La sociedad del cansancio*. Traducido por Comité Herder Editorial. [Edición Kindle]. Barcelona: Herder Editorial. <https://www.amazon.com/dp/B0CW1G3HT8>
- Harvey, David. 2005. *Breve historia del neoliberalismo*. Oxford: Oxford University Press.
- Hernández Madrid, Miguel. 2005. "Entre las emergencias espirituales en una época axial y la mercantilización contemporánea de los bienes de sanación". *Desacatos* (18): 15-28. Acceso el 11 de mayo de 2025. <https://www.scielo.org.mx/pdf/desacatos/n18/n18a2.pdf>.
- Herrera Bernal, Luis Lauro, y Reyna Lizeth Vázquez Gutiérrez. 2021. "Mediación empresarial y coaching en la transformación pacífica de conflictos de empresas familiares." *Revista de la Facultad de Derecho* (50): 1- 19. <https://www.scielo.edu.uy/pdf/rfd/n50/2301-0665-rfd-50-e107.pdf>
- Mandel, Ernest. 1972. *El capitalismo tardío*. México: Ediciones Era.
- Marx, Karl. 1982. *El capital. Tomo I: El proceso de producción del capital*. Libro primero, vol. 1, 11ª ed. México: Editorial Siglo XXI.
- Marx, Karl. 2019. *Manuscritos de economía y filosofía 1844*. Traducido por Francisco Rubio Llorente. Madrid: Alianza Editorial.
- Medical Tourism Packages. 2025. "Los Mejores Retiros de Bienestar de América Latina." *Medical Tourism Packages*. Acceso el 29 de octubre de 2025. <https://www.medicaltourismpackages.com/es/los-mejores-retiros-de-bienestar-de-america-latina/>
- NobleProg Costa Rica. 2025. "Curso de Mindfulness." *NobleProg Costa Rica*. Acceso el 29 de octubre de 2025. https://www.nobleprog.co.cr/cc/mindfulness?venue=cr_San_Jose_Boulevard_Dent&start-date=2025-12-11
- Nogueira, María. 2015. "La espiritualidad y su relación con el bienestar subjetivo y psicológico". *Revista de Investigación en Psicología Social* 2 (1): 33-50. Acceso el 11 de mayo de 2025. https://web.archive.org/web/20180430130255id_/http://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/psicologiasocial/article/viewFile/1235/1116
- Pérez Marín, Moisés. "Bienestar laboral y salud mental: claves para construir organizaciones resilientes y productivas". Baker Tilly Costa Rica. Acceso 29 de octubre de 2025. <https://bakertilly.cr/bienestar-laboral-y->

[salud-mental-claves-para-construir-organizaciones-resilientes-y-productivas/](#)

- Purser, Ronald E. 2021. *McMindfulness: Cómo el mindfulness se convirtió en la nueva espiritualidad capitalista*. Traducido por Marta Nicolás Heredia. [Edición Kindle]. Madrid: Alianza Editorial. <https://www.amazon.com/dp/B08ZJ3SZ1Y>
- Rojas, Álvaro. 2023, febrero 2. “Profesionales 4.0: el impacto de la meditación en el talento humano”. La República. Acceso el 11 de mayo de 2025. <https://www.larepublica.net/noticia/profesionales-40-el-impacto-de-la-meditacion-en-el-talento-humano>.
- Saldías-Ortega, Felipe, y Emilio Moyano-Díaz. 2023. “Influencia de la Espiritualidad y Religiosidad sobre la Felicidad en Adultos Mayores”. *Psykhē* 32 (2). doi: 10.7764/psykhe.2021.29435.
- Soltara Healing Center. 2025. “Retreats”. *Soltara*. Acceso 28 de octubre de 2025. <https://soltara.co/retreats/>
- Viotti, Nicolás. 2018. “La espiritualidad en América Latina”. En *Religiones en cuestión, campos, fronteras y perspectivas. XVIII jornadas sobre alternativas religiosas en América Latina*, coordinado por Juan Cruz Esquivel y Verónica Giménez Beliveau, 233-236. México: Ediciones CICCUS. Acceso el 11 de mayo de 2025. <https://archive.org/details/esquivel-gimenez-beliveau-coords.-religiones-en-cuestion-campos-fronteras-y-perspectivas-2018/page/n7/mode/2up>.
- Žižek, Slavoj. 2016. *Acontecimiento*. Traducido por Raquel Vicedo. [Edición Kindle]. Madrid: Alianza Editorial. <https://www.amazon.es/dp/B01N7L7SQR>