



#### CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO:

Díez, D. y Romero-Cárdenas, R. M. (2021). Conocimiento sobre las aplicaciones del *mindfulness* a la mediación de conflictos: revisión bibliográfica mixta. *Jurídicas*, 18(2), 103-125. <https://doi.org/10.17151/jurid.2021.18.2.7>

Recibido el 22 de agosto de 2020  
Aprobado el 15 de marzo de 2021

## Conocimiento sobre las aplicaciones del *mindfulness* a la mediación de conflictos: revisión bibliográfica mixta

DAVID DÍEZ\*

ROBERTO MAURICIO ROMERO CÁRDENAS\*\*

### RESUMEN

El artículo revisa las aplicaciones del *mindfulness* en la mediación de conflictos. Se estableció el estado del conocimiento mediante la metodología de revisión bibliográfica mixta, con análisis bibliométrico y codificación de publicaciones indexadas en Scopus. Estas provienen de áreas como la medicina, la psicología y el derecho, para conformar un campo interdisciplinar emergente con enfoques teóricos orientales y occidentales. Los primeros sirven para gestionar emociones negativas de las contrapartes y sesgos del mediador; los segundos para identificar intereses comunes e idear soluciones ante conflictos ciudadanos, familiares, corporativos y sociopolíticos. Así, se trasciende del imaginario del abogado como “gladiador” al de “constructor de paz”. Bajo tales hallazgos, se recomienda realizar estudios empíricos sobre el grado de apertura ante la aplicación del *mindfulness* en la mediación; asimismo, promover la formación en *mindfulness* para abogados, profesionales de áreas afines y mediadores comunitarios en tanto constructores de paz en contextos sociales de alta conflictividad.

**PALABRAS CLAVE:** Mediación, conflictos, *mindfulness*, emociones, construcción de paz, bibliografía.

\*Doctor en Ingeniería – Industria y Organizaciones, de la Universidad Nacional de Colombia. Profesor Auxiliar del Programa de Derecho y miembro del Grupo de Investigación Jurídicas y Sociales, de la Universidad Católica Luis Amigó, Centro Regional Manizales, Caldas, Colombia. E-mail: david.diezom@amigo.edu.co. [Google Scholar](#).  
ORCID: 0000-0003-1175-3107

\*\*Doctorando en Ciencias Jurídicas, Pontificia Universidad Católica de Argentina. Profesor Auxiliar del Programa de Derecho y miembro del Grupo de Investigación Jurídicas y Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó, Centro Regional Manizales, Caldas, Colombia. E-mail: roberto.romeroca@amigo.edu.co. [Google Scholar](#).  
ORCID: 0000-0002-2409-4860



## **Knowledge about the applications of mindfulness to conflict mediation: a mixed literature review**

### **ABSTRACT**

A mixed literature review was made to map the knowledge on mindfulness for conflict resolution. Bibliometric and qualitative coding was applied to studies indexed by Scopus. Those studies come from medicine, psychology and law areas, to shape an emerging interdisciplinary field with Eastern and Western theoretical approaches. The former serves to manage negative emotions of the counterparts and biases of the mediator; the second to identify common interests and find solutions to citizen, family, corporative and sociopolitical conflicts. In both cases, the idea of the lawyer as a “gladiator” gives place to that of him/her as a “peacemaker”. Based on these findings, it is suggested to advance future research concerning the degree of openness for applying mindfulness in conflict resolution, as well as to promote mindfulness training for lawyers, professionals from linked areas and community mediators as peacemakers in sites of major social conflict such as Colombia.

**KEY WORDS:** Dispute resolution, mindfulness, emotions, peace-building, literature.

## I. Introducción

El concepto de *mindfulness* es traducido al español como “atención plena” en trabajos pioneros sobre el tema publicados por el médico estadounidense Jon Kabat-Zinn (2009). Este último evidencia los efectos de su programa clínico para la reducción del estrés a través de la práctica de la meditación “Zen” en pacientes con sintomatologías que van desde el síndrome de *burnout* hasta el cáncer.

La variante meditativa oriental del *mindfulness* que usa Kabat-Zinn en su programa se aplica a través de la autocontemplación consciente, sin juicios y en silencio de la respiración, los pensamientos y las emociones que acontecen en el aquí y el ahora. Esta práctica es descrita por otros autores como la “capacidad de dar un paso atrás y verse desde un ‘balcón’, es decir... de mantener una cierta distancia de los propios pensamientos y emociones y presenciarlos con imparcialidad, sin dejarse absorber completamente por ellos” (Karelaia y Reb, 2014, parafraseados por Pless *et al.*, 2017, p. 6).

Tal práctica ha demostrado resultados positivos medibles, tales como la reducción de la presión arterial, entre otros factores que contribuyen a la autorregulación de emociones (Kabat-Zinn, 2009). De ahí la existencia de investigaciones que extienden el alcance de la práctica del *mindfulness* meditativo al ámbito de la gestión de conflictos. En este ámbito, la autorregulación de emociones resulta fundamental, tanto desde el punto de vista de las contrapartes en conflicto como del mediador o conciliador que las acompaña en la búsqueda de soluciones concertadas (Tan, 2018).

Pese a los referidos aportes potenciales del *mindfulness* a la mediación de conflictos, solo se tiene registro de una revisión bibliográfica sobre aplicaciones del *mindfulness* en este ámbito (Riskin, 2004). En esta última revisión, las aplicaciones del *mindfulness* se estudian bajo la acepción meditativa del término que plantea Kabat-Zinn (2009). Mientras que en publicaciones más recientes, el mismo Riskin (2014) incluye una acepción del *mindfulness* proveniente de la tradición de la psicología occidental. Desde esta segunda perspectiva, el *mindfulness* se centra en la capacidad de prestar atención, ya no a la propia respiración e interioridad subjetiva, sino a la interacción entre esa interioridad y los estímulos del entorno (personas, objetos y lugares), mediada por el uso de conceptos. Al aplicar la atención consciente a los lentes a través de los cuales se percibe lo que acontece en el entorno, se busca que la persona pueda cuestionar sus preconcepciones frente a una situación problemática, para abrirse a soluciones inicialmente no consideradas (Langer, 1989; 1999; 2007).

Así pues, bajo una comprensión holística del *mindfulness*, se tienen en cuenta tradiciones orientales y occidentales cuyos aportes potenciales justifican su aplicación a la mediación de conflictos, especialmente en contextos sociales de alta conflictividad

como el colombiano. Donde, además, convergen problemas como la congestión del sistema judicial, la falta de confianza ciudadana en la institucionalidad, el aumento de la población vulnerable, entre otros factores que dificultan el acceso a la justicia (Carrillo y Gómez, 2019). Tales factores limitan el cumplimiento del Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) 16 *Paz, Justicia e Instituciones Sólidas* (Naciones Unidas, 2016), en relación con la meta de “facilitar el acceso a la justicia para todos y construir a todos los niveles instituciones eficaces” (p. 39). Así, la dificultad de acceso a la justicia hace necesario fortalecer la efectividad y ampliar la cobertura de mecanismos alternativos para la solución de conflictos (MASC), tales como la mediación y la conciliación extrajudicial. Estos mecanismos resultan esenciales para la “Superación de los conflictos sociales y la búsqueda de la convivencia pacífica, la paz social y la seguridad jurídica, toda vez que construye[n] una dialéctica del conflicto en la que el respeto, la tolerancia y los derechos humanos son los pilares de una cultura jurídica” (Carrillo y Gómez, 2019, p. 17).

En el ejercicio de los Mecanismos Alternativos para la Solución de Conflictos (MASC), los mediadores enfrentan el desafío de estar plenamente atentos a sus clientes durante los procesos de negociación (Riskin, 2004). Según Riskin, esta capacidad se ve especialmente afectada en momentos de crisis como, por ejemplo, aquellos vividos en Estados Unidos luego del 9-11. Tras eventos de tal naturaleza, se hace más difícil estar presentes en el aquí y el ahora; la mente se torna más dispersa (*mindlessness*) al deambular y sumergirse en pensamientos y emociones que se generan en torno al pasado o el futuro (en vez del presente).

Si bien el desafío señalado por Riskin se ubica 15 años atrás, en el presente, mientras se escriben estas líneas, el mundo atraviesa por la pandemia del coronavirus. Justamente, frente a una crisis de la magnitud del 9-11 o del coronavirus, son destacables los aportes que puede ofrecer el *mindfulness* en escenarios de mediación de conflictos. Al respecto, Riskin (2004) hace un inventario de experiencias de inclusión del *mindfulness* en procesos de formación de abogados de una veintena de universidades estadounidenses. Entre tales experiencias, destaca el patrocinio dado por el *Program on Negotiation* y el *Harvard Negotiation Law Review* para realizar en 2004, un simposio sobre *mindfulness* y derecho, así como un programa de entrenamiento avanzado en este ámbito.

Riskin (2004) también plantea una serie de interrogantes para futuros estudios, referidos a qué tipo de investigación empírica resulta relevante para documentar los beneficios del uso del *mindfulness* en la mediación. Asimismo, respecto a si la formación de mediadores en *mindfulness* debería ser parte del currículo general de los abogados o considerarse dentro de asignaturas opcionales; o cuáles serían los riesgos potenciales de incluir el *mindfulness* en la formación de mediadores. Sin embargo, casi 20 años después de la publicación de Riskin (2004), se evidencia la falta de revisiones bibliográficas sistemáticas actuales alrededor del conocimiento sobre las aplicaciones del *mindfulness* a la mediación de conflictos. De ahí que sea

necesario mapear lo que a la fecha se sabe, no se sabe y se necesita saber con respecto a la aplicación del *mindfulness* a la mediación, en tanto campo creciente de investigación y ejercicio para profesionales en derecho, psicología, negociación, comunicación, áreas afines y mediadores comunitarios. Más aún si se considera que el mecanismo de la mediación demanda un carácter sólido por parte del mediador (Garcés-Giraldo *et al.*, 2017), como elemento esencial para el desarrollo de procesos de mediación de alta calidad e impacto social (Fuentealba-Martínez *et al.*, 2018).

Ante los desafíos anteriores, desde el grupo de investigación Jurídicas y Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó, durante 2020 se desarrolló el proyecto de investigación “Mediación consciente para la construcción de paz: estado del arte y experiencias de aplicación en el Centro de Conciliación Luis Amigó - Sede Manizales”. Este proyecto tuvo como propósito general conocer hasta qué punto las prácticas de mediación realizadas en dicho centro de conciliación, se alimentaban de conocimiento publicado alrededor de técnicas de meditación aplicadas a la mediación. Lo anterior, como base para promover mayor diálogo entre la teoría y la práctica de la mediación, a nivel del centro mencionado y de cualquier otro contexto en el cual puedan mejorarse los procesos de mediación a partir de la incorporación de técnicas de *mindfulness*. Tal propósito reitera la necesidad de identificar el estado del conocimiento alrededor de las aplicaciones del *mindfulness* a la mediación de conflictos, el cual es el objeto del presente artículo. Con tal fin, a continuación se presenta la metodología definida para caracterizar la bibliografía académica sobre las aplicaciones del *mindfulness* a la resolución alternativa de conflictos.

## 2. Metodología

Esta investigación se basó en el método de revisión bibliográfica sistemática mixta ( Oraee *et al.*, 2017; Pearson *et al.*, 2015 ), desarrollado a través de las técnicas de análisis bibliométrico (Aria & Cuccurullo, 2017) y codificación cualitativa (Dixon-Woods *et al.*, 2006). La revisión bibliográfica sistemática busca que el investigador elimine al máximo los sesgos asociados a la selección de un conjunto de referencias con las características que respondan a su objeto de estudio. En el caso de esta investigación, el objeto son aquellos estudios publicados en revistas indexadas en Scopus, que analicen (empírica o teóricamente), aplicaciones del mindfulness a la mediación y solución alternativa de conflictos. Por lo tanto, en este caso, el método de revisión sistemática supone eliminar factores subjetivos tales como la preferencia personal de los autores por unas referencias y su evasión de otras. Con tal fin, se establecen criterios transparentes de inclusión y exclusión de referencias, a partir de los cuales se explicita cómo se pasa de un universo de referencias que pueden asociarse al objeto de estudio, a una muestra delimitada de publicaciones que presenten una relación directa con dicho objeto.

Los criterios señalados incluyen las etapas de “derivar” y “combinar” (Codina, 2018). “Derivar” se refiere a establecer las categorías centrales implícitas en el objeto de estudio. En el presente caso, se tienen como categorías centrales los conceptos de *mindfulness* y mediación o solución alternativa de conflictos. Para establecer estos conceptos, ha sido útil el conocimiento previo, por un lado, de organizaciones como *Mindfulness in Law Society* y *The Southern California Mediation Association*. Dichas organizaciones dan cuenta de comunidades académicas que discuten alrededor de conceptos como *meditation*, *mindfulness*, *peace-making*, *mediation* y *dispute resolution*.

Luego de derivar los conceptos clave de la búsqueda, se procede al análisis de las formas adecuadas de combinarlos en las respectivas bases de datos. Este procedimiento se conoce como la construcción de la “ecuación de búsqueda” (Codina, 2018). En el caso del presente estudio, dicha ecuación se construyó para aplicarse a la base de datos Scopus, dada su universalidad, calidad, accesibilidad, y adaptabilidad para exportar sus resultados a la plataforma Bibliometrix.

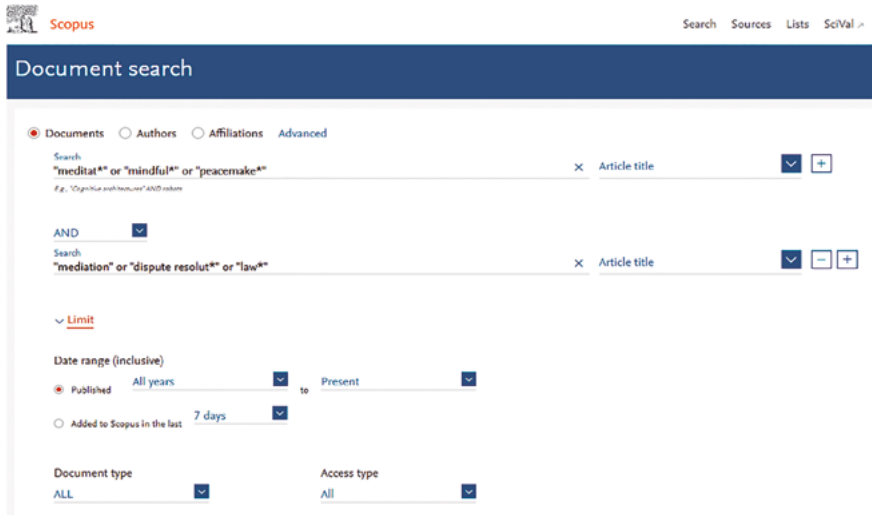
La Figura 1 muestra la ecuación de búsqueda ingresada a Scopus el 16 de febrero de 2020. Como se observa, para combinar precisión y alcance, la búsqueda se enfocó en los títulos de las referencias correspondientes a todos los años y formatos disponibles en Scopus. Asimismo, según los parámetros de operaciones “booleanas” (Codina, 2018), se utilizó el conector “or” para alternar distintas acepciones de cada uno de los dos principales conceptos, y “and” para combinar cualquiera de esas acepciones con la contraparte correspondiente. Asimismo, se usaron comillas para generar resultados en los que las palabras incluidas aparecieran de forma literal en los títulos de las referencias; y se incluyó un asterisco al final de las raíces de palabras que pudiesen aparecer con variaciones (por ejemplo “meditat\*” para cobijar tanto “meditation” como “meditate”). Del mismo modo, para incluir referencias cuyos títulos pudieran aludir a la relación entre meditación aplicada al derecho en general, también se incluyó la categoría “law\*” (de modo que cobijara los conceptos de “law” y “lawyer”).

Del procedimiento anterior emergieron 88 resultados, cuyo análisis se presenta en la primera parte de la siguiente sección, con base en su procesamiento previo a través de Bibliometrix. Dicho procesamiento se realizó, primero, al exportar las referencias halladas en Scopus a formato BibTex, e importándolas a Bibliometrix, en su versión disponible a través de la plataforma RStudio Cloud.

Posteriormente, en la segunda parte de los resultados, se presenta un análisis basado en la codificación cualitativa (Dixon-Woods, et al., 2006), restringida a las referencias restantes luego de eliminar “falsos positivos” (Codina, 2018), y realizada de forma manual a partir de filtros de Excel. Dichos “falsos positivos” aluden a estudios que presentan conceptos incluidos en la ecuación de búsqueda, pero con acepciones que están por fuera del “campo semántico” de la presente investigación.

Es el caso, por ejemplo, de estudios referidos a la “mediación”, no en términos de gestión de conflictos, sino de análisis estadístico de determinadas relaciones entre variables. Estas últimas pueden estar conectadas con otros conceptos de la presente investigación, tales como meditación o derecho, pero sin guardar relación con el tema central de la mediación de conflictos.

**Figura 1.** Ecuación de búsqueda ingresada a Scopus.



Fuente: Scopus.

### 3. Resultados

De acuerdo con los procedimientos descritos, a continuación se presentan, en primer lugar, los resultados arrojados por Bibliometrix. En segundo lugar, se expone el producto de la categorización cualitativa del conjunto de estudios restantes tras la eliminación de “falsos positivos”.

#### 3.1. Análisis bibliométrico

Las 88 referencias arrojadas por la búsqueda en Scopus (Tabla 1), se constituyen por 61 artículos de revistas científicas, siete capítulos de libro, siete revisiones bibliográficas, seis ponencias, dos notas, dos artículos de prensa y un libro, producidos por un total de 221 autores (182 de ellos en co-autoría), durante el periodo de 1967 a 2020.

**Tabla 1.** Información principal.

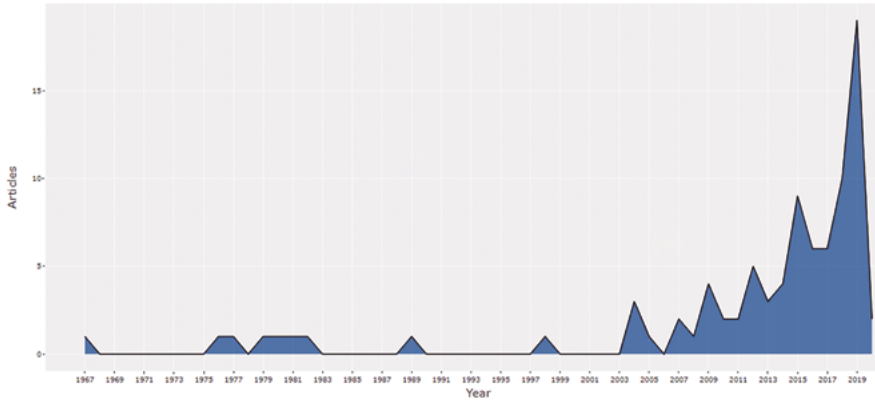
<b>Descripción</b>	<b>Resultados</b>
Periodo	1967 – 2020
Autores	221
Co-autorías	182
Autores individuales	41
Artículo	61
Artículo en prensa	2
Libro	1
Capítulo de libro	7
Ponencia	6
Nota	2
Revisión bibliográfica	7

Fuente: Bibliometrix.

La producción anual de referencias en el campo estudiado ha crecido de forma sostenida, en especial a partir de 2009, al pasar de cuatro publicaciones en ese año a un pico de 18 referencias en 2019 (Figura 2). Asimismo, el conjunto de referencias analizadas proviene de 66 fuentes distintas, de las cuales aquí se presentan aquellas que aportan más de dos publicaciones (Figura 3). Dentro de tales fuentes prevalecen la revista médica *Mindfulness*, con ocho publicaciones, y el *Journal of Legal Education*, con cuatro. Ambas revistas también sobresalen al analizar el crecimiento de las fuentes (Figura 4), el cual refleja un ascenso vertical en ambos casos.

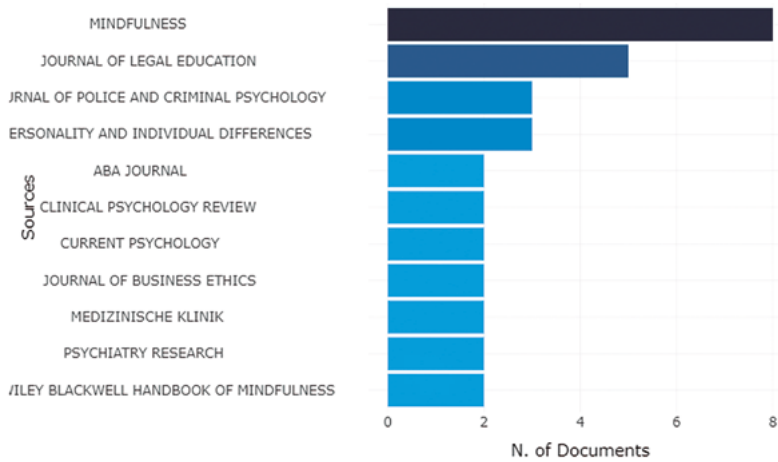


**Figura 2.** Producción científica anual.



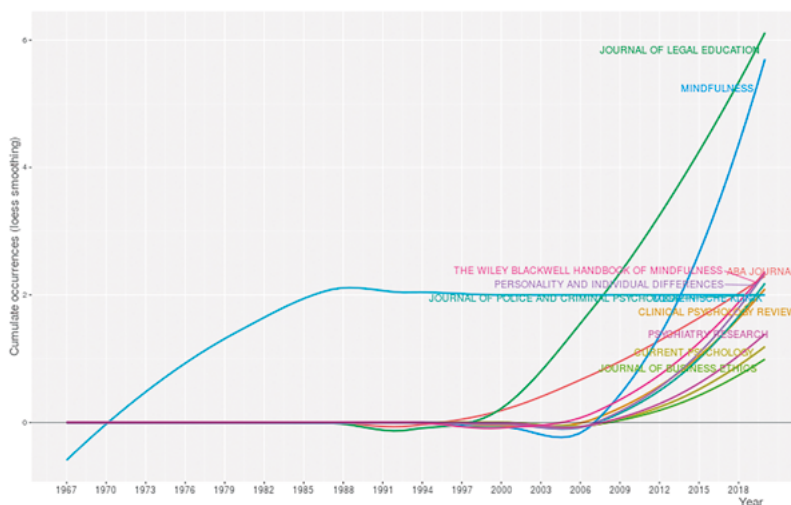
Fuente: Bibliometrix.

**Figura 3.** Fuentes más relevantes.



Fuente: Bibliometrix.

**Figura 4.** Crecimiento de las fuentes.



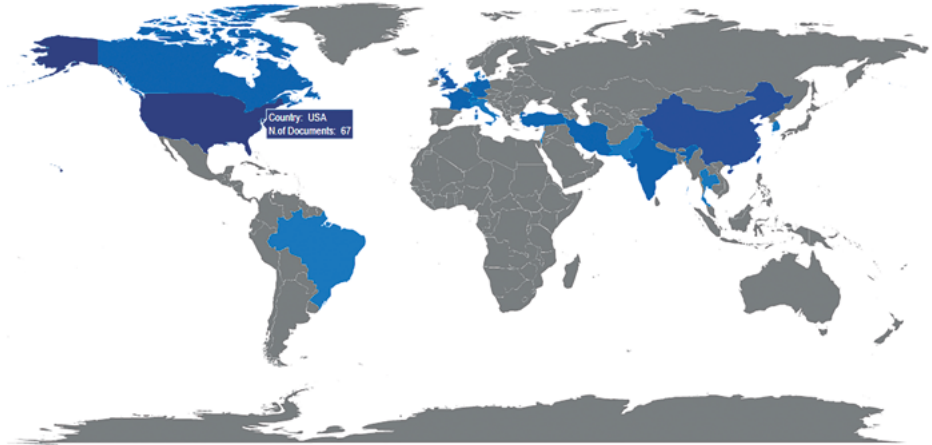
Fuente: Bibliometrix.

En cuanto a los países donde se generan las publicaciones (Figura 5), se impone Estados Unidos con 67 referencias, seguido de lejos por China con 23 referencias, Reino Unido con 10, India con seis, Canadá, Francia, Alemania, Irán, Países Bajos, y Taiwán (todos estos con cinco referencias), Singapur y Turquía (ambos con cuatro referencias). En cuanto a Latinoamérica, apenas se presenta una referencia, producida desde Brasil.

Entre los países citados, se destacan las co-autorías entre Estados Unidos y Canadá (3), Estados Unidos y China (2), y Estados Unidos y Reino Unido (2). Asimismo, es de resaltar que la publicación realizada desde Brasil también fue realizada en co-autoría con Estados Unidos.

Por otro lado, llama la atención la ausencia de publicaciones provenientes de países con altos niveles de conflictividad social, saturación del sistema judicial y, por tanto, mayor necesidad de desarrollo de la mediación como mecanismo alternativo para la solución de conflictos (MASC). Tal es el caso de Colombia, México, Venezuela y Guatemala, entre otros países del sur.

**Figura 5.** Producción científica por países.



Fuente: Bibliometrix.

### 3.2. Codificación cualitativa

En la Figura 6 se ilustra el proceso seguido para pasar de las 88 referencias iniciales a 24 según el objeto de análisis cualitativo. Dicho proceso resultó de excluir aquellos estudios (64) que no se conectaban directamente con la aplicación de técnicas de meditación a procesos de mediación de conflictos. La codificación de los 24 estudios restantes generó cinco categorías que se describen a continuación.

**Figura 6.** Proceso de selección de muestra de referencias para análisis cualitativo.

Muestra	Enfoque	Técnicas y herramientas	Productos
88 referencias arrojadas por Scopus	Cuantitativo	• Bibliometría (Bibliometrix)	➤ Descripción bibliométrica
24 referencias restantes tras eliminar “falsos positivos”	Cualitativo	• Codificación cualitativa (Excel)	➤ Descripción cualitativa

Fuente: Elaboración propia.

### **3.2.1. Mindfulness, estrés y violencia en oficiales de policía y otros oficios.**

En esta categoría se destaca una serie de trabajos publicados en *Journal of Police and Criminal Psychology* (Colgan *et al.*, 2019; Christopher *et al.*, 2016; Kaplan *et al.*, 2018); *Psychiatry Research* (Christopher *et al.*, 2018) y *Mindfulness* (Ribeiro *et al.*, 2020). Estas publicaciones buscan establecer hasta qué punto la práctica de *mindfulness* contribuye a disminuir los niveles de estrés y de violencia asociados al rol de oficial de policía. Asimismo, en esta categoría se incluye un estudio que analiza la influencia del *mindfulness* en la disminución del estrés, pero en el contexto del oficio de los bibliotecarios del área jurídica (Anzalone, 2015).

En países de alta conflictividad social como el colombiano, los contextos referidos en esta categoría parecerían estar alejados de escenarios formales de aplicación de MASC, tales como centros de conciliación de universidades y cámaras de comercio. Sin embargo, justamente en el Congreso de la República de Colombia cursa el Proyecto de Ley 066 de 2020 “*Estatuto de la Conciliación*”, entre cuyos propósitos se encuentra que la Policía Nacional opere como ente conciliador o mediador, incluso en casos de violencia intrafamiliar. En ese sentido, se reitera que el espectro de aplicación potencial del *mindfulness* a la mediación de conflictos trasciende los escenarios formales de la conciliación para abarcar una esfera ciudadana y sociocultural más amplia. Esta esfera requiere la transformación de pautas de interacción reactiva y agresiva entre los actores sociales, especialmente por parte de los miembros de aquellas instituciones a las cuales la ciudadanía confiere el monopolio del uso de la fuerza en función del bien común.

### **3.2.2. Mindfulness y manejo de conflictos familiares.**

Dentro de esta etiqueta se incluyen dos estudios que, si bien no se enfocan en los procesos de mediación, sí analizan la posible influencia de la práctica de *mindfulness* en la intensidad de conflictos entre padres e hijos (Tarantino *et al.*, 2015) y parejas (Maddahi *et al.*, 2018). Aquí emerge, de nuevo, el amplio espectro de las potenciales aplicaciones del *mindfulness* a la mediación de conflictos.

### **3.2.3. Constructores de paz en la mediación de conflictos políticos.**

A esta categoría pertenecen tres estudios, en los cuales se considera el papel de los “constructores de paz”, no a partir de la práctica del *mindfulness* sino, más bien, en términos de la incidencia de la ONU y de autoridades tradicionales en la negociación de conflictos inter e intranacionales (Dycus, 2005; Natorski, 2018; Pentikäinen, 2015). En tal escenario de negociaciones sociopolíticas bilaterales y multilaterales, también se manifiestan emociones e intereses susceptibles de intervención a través del *mindfulness*, con miras a una mayor eficiencia y eficacia de los procesos mediadores.

### 3.2.4. *Mindfulness* y derecho en general.

Esta categoría se inaugura con el artículo “A Mindful Law Practice” (Un ejercicio consciente del derecho), publicado por Keeva (2004) en la revista de la *American Bar Association* (ABA), una de las principales agremiaciones de abogados en los Estados Unidos. En este artículo, el autor se pregunta por qué una de las firmas de abogados más tradicionales durante la época de la publicación, *Leonard, Street and Deinard* (actualmente ubicada en Minneapolis, Minnesota, Estados Unidos), abrió un curso de *mindfulness* para sus directivos y empleados. Como respuesta tentativa, el autor señala que, si bien “sentarse en silencio con un grupo de colegas puede no ser la tendencia en el mundo legal actual, sí lo puede ser, en cambio, el deseo de manejar una habilidad que promete alivio frente a las tensiones propias del oficio” (Keeva, 2004).

Posteriormente, se encuentran tres artículos publicados por el *Journal of Legal Education*, derivados de la primera *Mindful Lawyer Conference* (Conferencia Nacional de Abogados Conscientes), realizada en 2010 en la Escuela de Derecho Berkeley de la Universidad de California, Estados Unidos, con la participación de cerca de 200 jueces, abogados, mediadores y profesores de derecho (Riskin, 2012; Halpern, 2012; Harris, 2012). En estas tres publicaciones, los autores definen el *mindfulness* bajo la acepción meditativa del término, y destacan beneficios de su práctica en oficios propios de los profesionales del derecho y áreas afines. Tales beneficios se revelan mediante la descripción de asuntos en apariencia insignificantes que, en realidad, interpelan el *ethos* del oficio jurídico. Así, por ejemplo, se menciona cómo durante la referida Conferencia Nacional de Abogados Conscientes, el tono “frenético y de energía impulsada por la cafeína que caracteriza los encuentros profesionales” (Halpern, 2012, p. 642), se vio reemplazado por un tono introspectivo y pausado, inaugurado por sesiones plenarias que iniciaban con espacios de silencio y tiempo para la autocontemplación. “El hecho de que tantos de los participantes llegaran temprano para meditar en una sala llena de abogados sugirió la seriedad de su interés y su intención de cultivar una nueva habilidad” (Halpern, 2012, p. 642).

En una línea similar a la anterior, Harris (2012) se apoya en el trabajo de Keeva (2000) para considerar la aplicación del *mindfulness* en el ejercicio del derecho desde una perspectiva que trasciende su uso meramente instrumental. En tal sentido, Keeva (2000) considera el *mindfulness* como referente valorativo, central en una ética profesional orientada a la construcción de paz, sentido de vida y relaciones más colaborativas. Tal ética supone transformar la concepción del abogado como “gladiador”, para verlo como gestor de “paz y felicidad para sí mismo y sus clientes” (Harris, 2012, p. 647).

Por otro lado, en un artículo publicado en la revista ABA (Gordon, 2014), el autor hace una semblanza de Charles Halpern (citado más atrás), profesional en derecho, historia y literatura, y quien, tras más de una década de aplicar la meditación para manejar el estrés asociado a su vida académica bajo roles como la decanatura de la Escuela de Derecho de City University of New York, promovió retiros de meditación

para docentes y estudiantes de otras escuelas de derecho reconocidas como Yale Law School; además, en 1990, Halpern institucionalizó el curso “Ejercicio efectivo y sostenible del derecho: una perspectiva meditativa”, en la Facultad de Derecho de la Universidad de California. En esta última, Halpern fue director de la iniciativa Berkeley en pro de la aplicación del *mindfulness* al derecho. Justamente, el último trabajo incluido en esta categoría (Rogers, 2014), titulado “Mindfulness in law”, hace parte de un manual dedicado a la teoría y la práctica del *mindfulness* en ámbitos como las organizaciones, la psicoterapia y el derecho, entre otros.

Por su parte, Harris *et al.* (2007) señalan la necesidad de transformar el imaginario del abogado como experto en “el arte de la guerra”, para verlo como un mediador consciente, quien, a partir de la aplicación no dogmática de los “14 preceptos budistas” de Thich Nhat Hanh (1987), puede cultivar la paz interior. Si bien la alusión al budismo puede llevar a asociar al *mindfulness* con concepciones religiosas, justamente el primero de los 14 preceptos de Thich Nhat Hanh previene sobre el riesgo de atarse a cualquier doctrina o ideología, incluso a las de naturaleza budista. Esta actitud de apertura mental y de cierta neutralidad valorativa –especialmente en el contexto de la práctica meditativa–, comulga sin embargo con una postura crítica ante procesos de opresión. De hecho, otro de los preceptos de lo que Hanh (1987) llama “budismo comprometido”, invita a oponerse a la opresión y buscar la transformación de situaciones injustas. A partir de ahí se comprende que Harris *et al.* (2007) vean la aplicación del *mindfulness* al derecho como un medio para promover el desarrollo sostenible, desde una perspectiva alternativa a la visión económica e individualista neoliberal predominante.

La alternativa que refieren Harris *et al.* (2007) se ancla en su participación en procesos de mediación entre la comunidad de la zona deprimida de East Oakland (California, Estados Unidos) y constructores que, en 2003, pretendían recuperar dicha zona (afectada por la des-industrialización, el desempleo y la criminalidad), a través de la inversión privada inmobiliaria. Entre estos actores, y a través del East Bay Community Law Center (EBCLC) (creado en 1988 por estudiantes de la Escuela de Derecho Boalt Hall de la Universidad de California en Berkeley, San Francisco, EE. UU.), las autoras aplicaron el *mindfulness* como filosofía base de una mediación crítica y, a la vez, promotora de un diálogo respetuoso y compasivo entre las contrapartes. Como resultado de dicho proceso, las autoras describen la transformación de un proyecto inmobiliario centrado inicialmente en la rentabilidad privada, a otro enfocado en la sostenibilidad del territorio.

Por su parte, Mosten (2009) analiza su propia trayectoria como abogado mediador independiente, para cuestionar el imaginario según el cual ese rol implica una insostenibilidad financiera para el profesional que lo ejerce. Mientras que Riskin (2014) plantea que, más allá de la definición global de *mindfulness* como atención plena, pueden identificarse dos grandes enfoques a partir de los cuales se ha definido y aplicado el *mindfulness* al ámbito del derecho y, en particular, de la mediación de conflictos.

Por un lado, Riskin (2014) señala aquellas variantes del *mindfulness* derivadas de tradiciones orientales (DTO), entre las cuales predominan las perspectivas budistas, Zen y tibetanas. Estas últimas coinciden en definir el *mindfulness* como un medio para disminuir el estrés y el sufrimiento humano, a través de la autocontemplación y aceptación (sin juicios) del presente. Así, el *mindfulness* se concibe como un ejercicio que prepara al practicante para enfrentar su cotidianidad de manera cada vez menos reactiva. En esta línea, a través de múltiples investigaciones de corte experimental y cuantitativo, se han demostrado efectos positivos del *mindfulness* en la reducción del estrés, el mejoramiento de la capacidad de concentración, la satisfacción frente a la vida (Siegel, 2007) y, en particular, en el rendimiento de estudiantes y profesores de derecho involucrados en la formación y la práctica de la mediación (Riskin, 2014).

Por otro lado, Riskin (2014) hace referencia a la vertiente (menos extendida y aplicada) del *mindfulness* langeriano (Langer, 1989). Bajo esta última, el *mindfulness* se define como la capacidad de situarse ante una persona/objeto/situación, no desde un conocimiento previo (*pasado*) que se cree tener frente al fenómeno en cuestión; sino a partir de la consciencia (*presente*) de lo desconocido, como base para observar la persona/objeto/situación en contexto y desde múltiples perspectivas. Ese “darse cuenta” es representado por Langer bajo la metáfora de “habitar” con la consciencia de sí, en contraposición al *mindlessness* (falta de atención): “cuando la luz de la casa [que es cada individualidad] está prendida, pero no hay nadie adentro” (Riskin, 2014, p. 476). En otras palabras, puede decirse que el *mindfulness* langeriano implica pasar del “piloto automático”, al manejo “manual” de sí mismo y de las categorías que se usan para interpretar el entorno.

Según Riskin (2014), si bien las dos corrientes descritas (*mindfulness* DTO y langeriano) son relevantes en los procesos de mediación, se percibe una subutilización del enfoque langeriano. Este último ayudaría al abogado mediador a “ampliar su mapa filosófico”. Tal mapa se caracteriza por la idea (conocimiento *pasado*) de que, por un lado, las partes involucradas en una disputa son adversarias (“si una gana la otra pierde”); y, por otro lado, de que el conflicto entre ellas solo podría resolverse mediante la aplicación de alguna ley que dé la razón al cliente defendido. Como alternativa –señala Riskin (2014)–, la práctica de *mindfulness* langeriano puede ayudar a que los mediadores y las partes en conflicto comprendan, más allá de las demandas iniciales de ambas contrapartes, cuáles son los intereses subyacentes. Lo anterior, como base para idear soluciones creativas, mediante las cuales los intereses –aparentemente opuestos– de las contrapartes puedan llegar a puntos de encuentro.

En la línea de identificar intereses comunes se presenta el trabajo de Tan (2018). El autor pertenece al *Singapore International Mediation Institute*, el cual se especializa en la mediación de conflictos corporativos nacionales y transnacionales. Tan plantea que la mediación supone dos dificultades que pueden enfrentarse mediante el *mindfulness* meditativo: las emociones negativas de los clientes en disputa y los sesgos del mediador. Frente a estas dificultades, se pueden tomar medidas externas

e internas (Tan, 2018). Entre las medidas externas se encuentra la inclusión de sesiones privadas, para que cada contraparte desahogue sus emociones en presencia del mediador y ausencia de las contrapartes. Asimismo, está la co-mediación, orientada a compensar los sesgos del mediador con la presencia de un colega que represente un contrapeso en el proceso mediador. Por último, se encuentra la definición de reglas de juego que pongan límite a expresiones emotivas ofensivas.

No obstante, Tan (2018) considera que el *mindfulness* meditativo, aplicado tanto por el mediador como por las contrapartes –cuando estas manifiestan voluntad de hacerlo– constituye una medida interna más efectiva que las medidas externas. Esto último se debería, en primer lugar, a la incidencia del *mindfulness* en la transmutación (o, al menos, disminución) de emociones negativas (como la rabia, el miedo y la insatisfacción), así como de comportamientos reactivos (incluso violentos). Lo anterior tiene lugar a través del proceso que experimenta quien incorpora en sus rutinas el hábito de la meditación. Al encontrarse en un estado de quietud corporal, la persona puede contemplar con su consciencia lo que acontece en su cuerpo y mente. Así, podrá notar que, entre el momento en que una sensación o un pensamiento la impulsan a generar una acción reactiva, y el momento de realizar esa acción, puede crearse un espacio de pausa y reflexión previa que conlleve a una acción consciente. Por ejemplo, actos como rascarse la nariz tan pronto pica o seguir una cadena de pensamientos luego de recordar que se tiene una tarea pendiente pueden frenarse, del mismo modo en que, en una escala más amplia y de manera gradual, se puede aprender a regular la forma como se expresan las emociones (y los comportamientos derivados) que surgen cuando se enfrentan situaciones conflictivas (como aquellas involucradas en la resolución de conflictos).

Como resultado de la práctica prolongada de observar la inhalación y exhalación de la respiración, el *mindfulness* meditativo le revela al meditador su propia mente de una manera que le es inédita. Rompe los impulsos y las prácticas habituales en sus partes constituyentes, diseccionando deliberadamente lo que parecía ser una cadena continua, natural e instintiva de acciones... En otras palabras, el *mindfulness* meditativo otorga al meditador el don de hacer una pausa para reflexionar, al insertar una «brecha de conciencia» que le permite observar el ascenso y la caída de los fenómenos, en lugar de quedar atrapado en ellos. Esto a su vez inhibe a los meditadores de caer presa de su reacción instintiva, cuando tales reacciones pueden ser inapropiadas o indeseables en ausencia de consideraciones racionales. (Tan, 2018, p. 2175)

Así, a través del *mindfulness*, las expresiones reactivas darían lugar a la autorregulación de emociones, generación de razonamientos lúcidos y acciones sensatas y auto-conscientes. De tal modo se hace posible superar tanto bucles mentales de reproche mutuo entre las contrapartes, como la aversión individual a la inconformidad, de modo que se abra espacio para llegar a acuerdos que beneficien a ambas partes. Asimismo, la práctica continua del *mindfulness* meditativo mejoraría



la capacidad del mediador para ejercer una escucha activa, profunda, no valorativa y abierta a soluciones inicialmente no consideradas (Tan, 2018).

Estas últimas capacidades resultan relevantes en escenarios formales propios de MASC tales como los centros de conciliación; pero también en el espectro más amplio de las relaciones de los actores sociales consigo mismos y con sus conciudadanos. Dichas relaciones son especialmente complejas en países con altos niveles de conflictividad social como Colombia, más aún durante periodos de posacuerdo y de depresión económica pospandémica. En contextos así, las emociones de discordia se expresan mediante la búsqueda de la eliminación del otro, tanto a nivel simbólico como –lamentablemente– físico (Gómez, 2016).

#### **4. Discusión y conclusiones**

El conocimiento sobre aplicaciones del *mindfulness* a la mediación de conflictos es de naturaleza interdisciplinaria y exploratoria. Se compone de estudios publicados –en su mayoría– por revistas de medicina, psicología y derecho, cuyos autores provienen, principalmente, de los llamados países del norte y, en escasa proporción, de países del sur.

A nivel de los resultados bibliométricos expuestos puede concluirse que la producción bibliográfica asociada a los conceptos de *mindfulness* y mediación de conflictos es creciente. Asimismo, que si bien dicha producción proviene de una amplia variedad de fuentes, se destaca el protagonismo de las revistas *Mindfulness* y *Journal of Legal Education*, como medios de circulación continua y voluminosa de tal conocimiento. Debido a que la primera revista es de origen alemán y la segunda estadounidense, es consecuente que ambos países –especialmente Estados Unidos– figuren dentro de los más productivos en el área. En cambio, la ausencia de publicaciones provenientes de países que atraviesan periodos de posacuerdos de paz –en el caso colombiano los firmados en 2016 entre el gobierno nacional y las entonces Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia Ejército del Pueblo (FARC-EP)–, justifica el llamado a generar mayor conocimiento respecto a las posibilidades de aplicación del *mindfulness* para la mediación alternativa de conflictos en este tipo de contextos. Lo anterior, a nivel tanto de los escenarios formales propios de MASC, como del espectro más amplio de las relaciones de los actores sociales consigo mismos y con sus conciudadanos.

Si bien los Acuerdos de Paz constituyen un proceso en principio de competencia e impulso gubernamental, también es cierto que culturas como la colombiana – en las que se presenta un alto grado de recurso a la violencia para la gestión de conflictos– demandan procesos sostenidos de reconciliación a todo nivel: político, social, cultural, económico, regional, familiar, entre géneros y generaciones.

El llamado a la realización de estudios sobre la aplicación del *mindfulness* a la mediación de conflictos en países del sur como Colombia, no supone la desconexión con el campo internacional de conocimiento sobre *mindfulness* y mediación. Al contrario, implica seguir buenas prácticas como la que presenta Brasil, al generar una publicación alrededor de este tema en co-autoría con Estados Unidos. Lo anterior, en el entendido de que la mejora en los procesos de mediación de conflicto es una necesidad transnacional, como también deben serlo los estudios e intervenciones en el área.

Por otro lado, con base en los resultados del proceso de codificación presentados pueden establecerse, al menos, siete conclusiones. Primero, en términos de la metodología mixta de revisión bibliográfica, al incluir la categoría “mediation”, se encontraron cuatro referencias de alta relevancia y actualidad en relación con el objeto de estudio (Harris *et al.*, 2007; Mosten, 2009; Riskin, 2014; Tan, 2018). Tales referencias fueron codificadas dentro de la categoría “Utilidad del *mindfulness* en la mediación para la solución de conflictos”. No obstante, la inclusión del concepto “mediation” también dio lugar a un alto número de “falsos positivos”. Tal dificultad, en vez de invalidar el estudio, destaca la ventaja de combinar el análisis bibliométrico con codificación cualitativa, pues esta última permite depurar los resultados bibliométricos, para establecer con mayor precisión la conexión entre las referencias arrojadas por Scopus y el objeto de análisis (en este caso, la conexión entre *mindfulness* y mediación de conflictos).

En segundo lugar, respecto a dicha conexión, en el proceso de ubicación, descarga y lectura de las referencias objeto de codificación, se encontraron publicaciones en el *Journal of Legal Education*, las cuales guardaban relación con el objeto de estudio, pero quedaron por fuera de la muestra porque sus títulos contenían, en vez de la palabra “law\*”, el concepto “advocacy”. Es el caso, por ejemplo, del artículo “Integrating Mindfulness Theory and Practice into Trial Advocacy” (Zlotnick, 2012). Por lo tanto, para futuros estudios, resulta relevante ampliar el espectro semántico (Moher *et al.*, 2015) asociado al área del *mindfulness* y la mediación, por medio de la incorporación de la categoría “advoca\*”.

En tercer lugar, a nivel teórico, este estudio permitió identificar que, bajo la definición general de *mindfulness* como “atención plena” subyacen, al menos, dos enfoques: el derivado de tradiciones orientales (DTO) y el langeriano (Riskin, 2014). El primero sirve para gestionar emociones negativas de las contrapartes y sesgos del mediador; el segundo para identificar intereses comunes e idear soluciones ante conflictos ciudadanos, familiares, corporativos y sociopolíticos.

En cuanto al manejo de las emociones y los sesgos, la evidencia señala que la práctica del *mindfulness* meditativo permite una disminución gradual de la reactividad emocional –con frecuencia agresiva– que caracteriza los escenarios de resolución de conflictos (Tan, 2018). Tal evidencia concuerda con investigaciones

que definen el *mindfulness* meditativo como una herramienta que ayuda a *amortiguar* las emociones (Pless *et al.*, 2019); asimismo, con estudios recientes que recuperan de la tradición filosófica griega una aproximación integral al ser humano, bajo la cual se comprende que el ánimo de conciliación de actores en conflicto puede emerger más fácil cuando se trascienden emociones tales como la ira. Esta última se presenta como uno de los “mecanismos de reacción rápida” a través de los cuales aquellas personas carentes de una adecuada formación y desarrollo emocional, ven la venganza y la violencia –física y simbólica– como únicas formas de gestionar un conflicto (Arboleda, 2017).

En cuanto a los aportes del *mindfulness* *langeriano* u occidental frente a la solución de conflictos, se encontró que se enfocan en el desarrollo de procesos de atención consciente referidos ya no solamente a la interioridad del individuo, sino también a las categorías mediante las cuales éste interpreta a los demás y a su entorno. Así, el *mindfulness* occidental aplicado a la solución de conflictos supone cuestionar la preconcepción de las contrapartes como adversarios entre los cuales solo puede existir un “ganador”. Lo anterior, como base para idear soluciones creativas, mediante las cuales los intereses –aparentemente opuestos– de las contrapartes lleguen a puntos de encuentro. Este enfoque puede verse ilustrado en la película española *Siete años* (Gual, 2016). Sin pretender discurrir en una reflexión informal –ni estropear la película para quienes no la han visto–, se presenta una escena en la cual el mediador pregunta a las partes en conflicto cómo se puede distribuir una naranja entre dos personas cuando ambas desean tenerla, sin que la solución sea simplemente partir la naranja en dos. Tras devanarse la cabeza, las contrapartes desisten de la búsqueda de una respuesta satisfactoria. Entonces el mediador señala que la clave de la solución está en preguntar a las personas para qué quieren la naranja y, así, descubrir que una quiere la pulpa para hacer jugo y la otra quiere la cáscara para hacer una torta. La moraleja está en usar el *mindfulness* occidental para pensar desde múltiples perspectivas y sin renunciar a la búsqueda del beneficio mutuo.

Pero más allá de los usos instrumentales de los enfoques orientales y occidentales del *mindfulness*, se evidencia la posibilidad de que ambos enfoques, desligados de concepciones dogmáticas, ayuden a trascender del imaginario del abogado como “gladiador” al de “constructor de paz”. Así, con el fin de aprovechar los aportes potenciales del *mindfulness* –tanto a la mediación de conflictos como al ethos de profesionales del derecho y áreas afines–, sirve reiterar que su aplicación puede hacerse sin necesidad de ejercer una fe religiosa particular. Aun así, es legítimo que se presenten casos en los cuales tanto mediador/es como cliente/s de los servicios de resolución alternativa de conflictos no estén dispuestos a aplicar el *mindfulness*, ni durante el proceso de mediación, ni por fuera de este (Tan, 2018).

Lo anterior, en vez de un obstáculo, representa una oportunidad para adelantar estudios empíricos, cuantitativos y cualitativos, orientados a rastrear el grado de apertura de estudiantes de derecho, mediadores y clientes, frente a la posible aplicación

del *mindfulness*, tanto en la formación de mediadores como en escenarios reales de mediación. Asimismo, sirve subrayar que la evidencia de efectos positivos del *mindfulness* en la capacidad de autorregulación emocional y manejo de conflictos por parte de mediadores y de las partes en conflicto, es independiente de sus convicciones o filiaciones religiosas particulares (Siegel, 2007; Kabat-Zinn, 2009; Riskin, 2014). Del mismo modo, resulta relevante realizar investigaciones que, además de continuar la indagación sobre el –comprobado– efecto de la práctica del *mindfulness* en fenómenos subjetivos como la autorregulación de emociones, también evalúen el impacto del *mindfulness* en la eficacia de procesos de mediación de conflictos.

Por su parte, las técnicas cualitativas serían de especial relevancia para comprender las ideas subjetivas que subyacen al grado de apertura o rechazo a la aplicación del *mindfulness* en la mediación; así como para establecer si, efectivamente, pueden presentarse rechazos por asociaciones entre el *mindfulness* y contenidos religiosos ajenos a las creencias particulares de estudiantes, mediadores o clientes potenciales.

En todo caso, mientras se levanta el conocimiento sugerido, surge como cuarta conclusión de este estudio, el considerar prudente y necesaria la incorporación del *mindfulness* en la formación de pregrado y posgrado como un componente electivo en todas aquellas profesiones interpeladas por el manejo de conflictos. El carácter electivo de tales procesos formativos se plantea, justamente, para evitar la imposición de posturas metafísicas que distorsionen la comprobada efectividad del *mindfulness* en el desarrollo de capacidades útiles en la gestión de conflictos.

Por otro lado, resulta pertinente identificar y promover programas posgraduales enfocados en la aplicación del *mindfulness* a la mediación, especialmente en países con alto grado de conflictividad social como Colombia. Al respecto, la bibliografía revisada no arroja suficiente conocimiento, por lo cual, una quinta conclusión apunta a considerar como horizonte de indagación a futuro, la realización de inventarios –nacional e internacionalmente– de programas posgraduales enfocados en la aplicación del *mindfulness* a la mediación de conflictos. Tales inventarios servirían como base para identificar y gestar plataformas de intercambio local y global, que faciliten la circulación de conocimiento y experiencias exitosas de aplicación del *mindfulness* en la resolución de conflictos. Con tal propósito, se presenta como sexta y última conclusión, considerar no solamente la formación orientada a títulos de pregrado y posgrado; sino también otros tipos de formación ofrecidos por la misma academia (a través de cursos de extensión y, en particular, *Massive Online Open Courses* - MOOC), organizaciones sociales, privadas y no gubernamentales, con el fin de potenciar el uso del *mindfulness* para mejorar los procesos de mediación. Tal iniciativa resultaría de especial utilidad en países que se encuentran en el proceso de generar e implementar acuerdos de paz –como sucede en el caso colombiano–. En tales contextos, las aplicaciones del *mindfulness* a la mediación de conflictos se presentan como alternativa, tanto para la descongestión del sistema judicial y el acceso a la justicia, como para la urgente construcción de culturas de paz.

## Referencias bibliográficas

- Anzalone, F. (2015). Zen and the Art of Multitasking: Mindfulness for Law Librarians. *Law Librarian Journal*, 107(4), 561-577. <https://lawdigitalcommons.bc.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2015&context=lsfp>
- Arboleda, A. (2017). Conciliación, mediación y emociones: Una mirada para la solución de los conflictos de familia. *Civilizar Ciencias Sociales y Humanas*, 17(33), 81-96. <https://doi.org/10.22518/16578953.900>
- Aria, M. & Cuccurullo, C. (2017). Bibliometrix: An R-tool for comprehensive science mapping analysis, *Journal of Informetrics*, 11(4), 959-975. <https://doi.org/10.1016/j.joi.2017.08.007>
- Carrillo, F. y Gómez, I. (2019). *Los mecanismos alternativos de solución de conflictos en Colombia + MASC. Estudios, Caracterización y Compilación normativa y jurisprudencial*. Departamento Nacional de Planeación, Gobierno de Colombia. <https://bit.ly/3h5pNVP>
- Christopher, M. S., Goerling, R. J., Rogers, B. S., Hunsinger, M., Baron, G., Bergman, A. L. & Zava, D. T. (2016). A Pilot Study Evaluating the Effectiveness of a Mindfulness-Based Intervention on Cortisol Awakening Response and Health Outcomes among Law Enforcement Officers. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 31(1), 15-28. <https://doi.org/10.1007/s11896-015-9161-x>
- Christopher, M. S., Hunsinger, M., Goerling, L. R. J., Bowen, S., Rogers, B. S., Gross, C. R., Dapolonia, E. & Pruessner, J. C. (2018). Mindfulness-based resilience training to reduce health risk, stress reactivity, and aggression among law enforcement officers: A feasibility and preliminary efficacy trial. *Psychiatry Research*, 264,104-115. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.03.059>
- Codina, L. (2018). *Revisiones bibliográficas sistematizadas: Procedimientos generales y Framework para Ciencias Humanas y Sociales*. Universitat Pompeu Fabra. <https://repositori.upf.edu/handle/10230/34497>
- Colgan, D. D., Eddy, A., Bowen, S. & Christopher, M. (2019). Mindful Nonreactivity Moderates the Relationship Between Chronic Stress and Pain Interference in Law Enforcement Officers. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 36, 56-62. <https://doi.org/10.1007/s11896-019-09336-3>
- Dixon-Woods, M., Bonas, S., Booth, A., Jones, D., Miller, T., Sutton, A., Shaw, R., Smith, J. & Young, B. (2006). How can systematic reviews incorporate qualitative research? A critical perspective. *Qualitative Research*, 6(1), 27-43. <https://doi.org/10.1177%2F1468794106058867>
- Dycus, S. (2005). The Law Teacher as Peacemaker: National Security in the Classroom. *Journal of Legal Education*, 55(1/2), 42-48. <https://www.jstor.org/stable/42893888>
- Fuentealba-Martínez, M. S., González-Ramírez, I. X. y Valdebenito-Larenas, C. (2018). Un novedoso instrumento para evaluar la calidad de la mediación de conflictos jurídicos familiares en Chile. *Jurídicas*, 15(1), 65-87. <https://doi.org/10.17151/jurid.2018.15.1.5>
- Garcés-Giraldo, L. F., Arboleda-López, A. P., Silvera-Sarmiento, A., Sepúlveda-Aguirre, J. y Gallego-Quiceno, D. E. (2017). La virtud aristotélica en la formación del abogado conciliador. *Jurídicas*, 14(1), 102-113. <https://doi.org/10.17151/jurid.2017.14.1.8>
- Gómez, A. (2016). *El triunfo del no: la paradoja emocional detrás del plebiscito*. Ícono.
- Gordon, L. (2014). Law prof teaches meditation techniques for lawyers. *ABA Journal*, February. [https://www.abajournal.com/magazine/article/law\\_prof\\_teaches\\_meditation\\_techniques\\_for\\_lawyers](https://www.abajournal.com/magazine/article/law_prof_teaches_meditation_techniques_for_lawyers)
- Gual, R. (2016). *Siete años*. [Película]. Cactus Flower Producciones.
- Halpern, C. (2012). The Mindful Lawyer: Why Contemporary Lawyers Are Practicing Meditation. *Journal of Legal Education*, 61(4), 641-646. <https://jle.aals.org/home/vol61/iss4/7/>
- Hanh, T. (1987). *Interbeing: Fourteen Guidelines for Engaged Buddhism*. Parallax Press.
- Harris, A. (2012). Toward Lawyering as Peacemaking: A Seminar on Mindfulness, Morality, and Professional Identity. *Journal of Legal Education*, 61(4), 647-653. <https://jle.aals.org/home/vol61/iss4/8/>
- Harris, A., Selbin, J. & Lin, M. (2007). From "The Art of War" to "Being Peace": Mindfulness and Community Lawyering in a Neoliberal Age. *California Law Review*, 95, 2073-2132. [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=1024004](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=1024004)

- Kabat-Zinn, J. (2009). *Vivir con plenitud las crisis. Cómo utilizar la sabiduría del cuerpo y de la mente para afrontar el estrés, el dolor y la enfermedad* (3ª. Ed.). Kairós.
- Kaplan, J. B., Christopher, M. S. & Bowen, S. (2018). Dispositional Mindfulness Moderates the Relationship Between Occupational Stressors and Perceived Stress Among Law Enforcement Personnel. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 33(3), 227-232. <https://doi.org/10.1007/s11896-017-9246-9>
- Keeva, S. (2000). *Transforming Practices - Finding Joy and Satisfaction in the Legal Life*. Laches.
- Keeva, S. (2004). A Mindful Law Practice. ABA, March. [https://www.abajournal.com/magazine/article/a\\_mindful\\_law\\_practice](https://www.abajournal.com/magazine/article/a_mindful_law_practice)
- Langer, E. (1989). *Mindfulness*. Addison Wesley Longman.
- Langer, E. (1999). *El poder del aprendizaje consciente*. Gedisa.
- Langer, E. (2007). *Mindfulness. La consciencia plena*. Hurope.
- Maddahi, M., Nikpajouh, A., Khalatbari, J., Zakerini, S. & Hashemi, S. (2018). Effects of metacognitive training and mindfulness-based cognitive therapy on couple communication patterns with the mediation of perceived stress, perceived social support, and emotion regulation in patients with coronary heart disease. *Iranian Heart Journal*, 19(1), 6-14. [http://journal.iha.org.ir/article\\_82798.html](http://journal.iha.org.ir/article_82798.html)
- Moher, D., Shamseer, L., Clarke, M., Ghersi, D., Liberati, A., Petticrew, M., Shekelle, P., Stewart, L. A. & PRISMA-P Group. (2015). Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015 statement. *Systematic Reviews*, 4,1. <https://doi.org/10.1186/2046-4053-4-1>
- Mosten, F. (2009). Lawyer as Peacemaker: Building a Successful Law Practice Without Ever Going to Court. *Family Law Quarterly*, 43(3), 489-518. <https://www.jstor.org/stable/25740712>
- Naciones Unidas (ONU). (2016). *Agenda 2030 y los objetivos de desarrollo sostenible. Una oportunidad para América Latina y el Caribe*. Autor. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/40155-la-agenda-2030-objetivos-desarrollo-sostenible-opportunidad-america-latina-caribe>
- Natorski, M. (2018). EU Mediation Practices in Ukraine during Revolutions: What Authority as a Peacemaker? *International Negotiation*, 23(2), 278-298. <https://doi.org/10.1163/15718069-23021159>
- Oraee, M., Hosseini, M., Papadonikolaki, E., Palliyaguru, R., Arashpour, M. (2017). Collaboration in BIM-based construction networks: A bibliometric-qualitative literature review, *International Journal of Project Management*, 35(7), 1288-1301. 10.1016/j.ijproman.2017.07.001
- Pentikäinen, A. (2015). Reforming UN mediation through inclusion of traditional peacemakers. *The Network for Religious and Traditional Peacemakers*, 3, 1-8. <https://frantic.s3-eu-west-1.amazonaws.com/kua-peacemakers/2016/01/Reforming-UN-mediation-through-inclusion-of-traditional-peacemakers.pdf>
- Pless, N., Sabatella, F. & Maak, T. (2017). Mindfulness, re-perceiving, and ethical decision making: a neurological perspective. *Research in Ethical Issues in Organizations*, 17, 1-20. <https://doi.org/10.1108/S1529-209620170000017001>
- Ribeiro, L., Colgan, D., Hoke, C., Hunsinger, M., Bowen, S., Oken, B. & Christopher, M. (2020). Differential Impact of Mindfulness Practices on Aggression Among Law Enforcement Officers. *Mindfulness*, 11(3), 734-745. <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01289-2>
- Riskin, L. (2004). Mindfulness: Foundational Training for Dispute Resolution. *Journal of Legal Education*, 54(1), 79-90. <http://scholarship.law.ufl.edu/facultypub/636>
- Riskin, L. (2012). Awareness and the Legal Profession: An Introduction to the Mindful Lawyer Symposium. *Journal of Legal Education*, 61(4), 634-640. <https://scholarship.law.ufl.edu/facultypub/322/>
- Riskin, L. (2014). Two (or More) Concepts of Mindfulness in Law and Conflict Resolution. En Le, A., Ngnoumen, T., Langer, E. (Ed.). *The Wiley Blackwell Handbook of Mindfulness* (pp. 471-486). Wiley Blackwell.
- Rogers, S. (2014). Mindfulness in law. In A. Le, C. T. Ngnoumen & E. J. Langer (eds.), *The Wiley Blackwell Handbook of Mindfulness* (pp. 487-525). Wiley Blackwell.
- Siegel, D. (2007). *The Mindful Brain: Reflection and Attunement in the Cultivation of Well-Being*. W. W. Norton & Company, Inc.

- Tan, T. (2018). The Camel and the Lotus: Where Mindfulness Meets Mediation. En L. J. Lim (ed.), *Contemporary Issues in Mediation* (vol. 1) (pp. 121-131). World Scientific.
- Tarantino, N., Lamis, D. A., Ballard, E. D., Masuda, A. & Dvorak, R. D. (2015). Parent-child conflict and drug use in college women: a moderated mediation model of self-control and mindfulness. *Journal of Counseling Psychology*, 62(2), 303-313. <https://doi.apa.org/doi/10.1037/cou0000013>
- Zlotnick, D. (2012). Integrating Mindfulness Theory and Practice into Trial Advocacy. *Journal of Legal Education*, 61(4), 654-664. <https://www.jstor.org/stable/42894256>