



Alberto Savinio

*Subjetividades espirituales:
Construcción de subjetividades a partir de experiencias de
espiritualidad*

*Spiritual subjectivities:
Construction of subjectivities from experiences of spirituality*

Daniela Jiménez Restrepo
Nicolas Londoño

Resumen

La espiritualidad es un tema que a nivel sociocultural ha venido resurgiendo en los últimos años, pero que en el ámbito de las ciencias sociales aún genera algunas resistencias por el carácter objetivo y racional que ha adquirido la manera de investigar; sin embargo, se encuentran diferentes investigaciones tanto cuantitativas como de corte comprensivo lo que ha ido enriqueciendo el campo. En este caso, el estudio se realizó desde el horizonte epistemológico de la fenomenología hermenéutica con un diseño biográfico-narrativo donde participaron dos hombres y dos mujeres que tienen en común que llevan a cabo prácticas espirituales de manera activa y regular, lo que permitió realizar una exploración que diera luces a la comprensión de las subjetividades que se construyen en relación a las experiencias de espiritualidad. Esto se hizo con la entrevista biográfica y la fotobiografía como herramientas posibilitadoras para la construcción de la información. A partir del análisis temático se encontró que cuando las personas viven experiencias de espiritualidad se producen unas subjetividades particulares, las cuales, dentro de la investigación de la cual se desprende este artículo, se denominaron: *subjetividades espirituales*.

Palabras**clave:**

espiritualidad, subjetividad, método biográfico-narrativo, fotobiografía.

Abstract

Spirituality is a topic that has been re-emerging at the sociocultural level in recent years, but in the field of social sciences it still generates some resistance due to the objective and rational character that the way of research has acquired; however, there are different quantitative and comprehensive investigations, which has been enriching the field. In this case, the study was carried out from the epistemological horizon of hermeneutic phenomenology with a biographical-narrative design where two men and two women participated who have in common that they carry out spiritual practices actively and regularly, which allowed for an exploration that shed light on the understanding of the subjectivities that are built in relation to the experiences of spirituality. This was done with the biographical interview and the photobiography as enabling tools for the construction of information. From the thematic analysis it was found that when people live experiences of spirituality, particular subjectivities are produced, which, within the investigation from which this article is derived, were called: spiritual subjectivities.

Keywords: spirituality, subjectivity, biographical-narrative method, photobiography.

Subjetividades espirituales: Construcción de subjetividades a partir de experiencias de espiritualidad

Artículo de investigación

Recibido: 02/02/2022– Aprobado: 14/03/2022 - Publicado: 23/11/2022

ISSN - 2619-6336

DOI: <https://doi.org/10.30554/tempuspsi.6.1.4509.2023>

Volumen 6-1 2023

Para citar este artículo

Jiménez, D., Londoño, N. (2023). Subjetividades espirituales: Construcción de subjetividades a partir de experiencias de espiritualidad. *Tempus Psicológico*, 6(1), 77-91. <https://doi.org/10.30554/tempuspsi.6.1.4509.2023>

Daniela Jiménez Restrepo¹
Nicolas Londoño²

¹ Universidad de Manizales. Correo: danielajimenezr3@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1465-4323/> print

¹ Universidad de Manizales. Correo: loncoffee@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8139-7438>

Introducción

En la actualidad, la espiritualidad es un tema vigente que cada vez toma mucha más fuerza a nivel social, resurgiendo desde prácticas de culturas ancestrales y nuevas espiritualidades diferentes a la religión imperante. Sin embargo, dentro de la academia hablar de espiritualidad genera cierta resistencia que parece estar relacionada con la manera positivista de pensar las ciencias, las cuales están basadas en el racionalismo de occidente que generó que se construyera una visión fragmentada del ser humano separándolo así entre espíritu y materia, donde, en su afán por controlar la naturaleza terminó dándole soberanía a lo material, observable y objetivo, como lo menciona Guerrero (2011):

Occidente para imponer su modelo civilizatorio sostenido sobre la violencia y la muerte, en nombre de la razón desacraliza el mundo y la vida, rompe con los lazos sagrados que en ellos habitaban, a fin de viabilizar el ejercicio del poder y la dominación. (p. 28)

En este sentido, se halla que, aunque la espiritualidad no ha sido considerada ampliamente en la investigación social y apenas se está enriqueciendo el campo, desde mediados del siglo XX se vienen adelantando estudios, tanto cualitativos como cuantitativos en este tema, como lo confirmó Quiceno (2009) en *La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad*. Por su parte, dentro de los antecedentes revisados para esta investigación (entre el año 2000 y el 2020) se encontraron tres tendencias principales: representaciones sociales sobre espiritualidad, espiritualidad como estrategia de afrontamiento ante situaciones adversas y espiritualidad como herramienta de intervención desde diferentes profesiones, donde se asociaba la espiritualidad con el bienestar psicológico, la resiliencia e incluso con la salud física y la calidad de vida, en la medida en que las personas tenían algunas prácticas espirituales, entendiendo estas (las prácticas espirituales) como aquellas acciones intencionales que las personas realizan frecuentemente y que cada quien nombra como perteneciente a su vivencia de la espiritualidad ya sea que provengan o no de alguna tradición específica, y que su importancia, en términos investigativos, radica en que “la práctica ofrece un posible marco para el acceso a la experiencia inmediata de la vida espiritual” (Mazzini, 2018, p. 253).

A partir de allí surge la sospecha de que *algo pasa* cuando las personas se acercan a la espiritualidad y se encontraron diferentes autores que han intentado conceptualizarla señalando que es una disposición inherente al ser humano que orienta la conducta hacia la trascendencia (Piedmont, 1999; 2001), que contiene en sí misma una forma de construir sentido (Guerrero, 2011), da una guía para construir un estilo de vida saludable consigo mismo y en relación a los otros (Koenig, 2010), y que tiene componentes cognitivos, experienciales y comportamentales por lo cual se considera “una parte compleja y multidimensional de la experiencia humana” (Anandarajah & Hight, 2001, p. 83).

De lo anterior parte el interés por comprender las subjetividades que se construyen en relación a experiencias de espiritualidad en personas que llevan a cabo prácticas espirituales, entendiendo que “la subjetividad es una producción simbólico - emocional de las experiencias vividas” (González-Rey, 2012, p. 13) que orienta la existencia del sujeto pues es “un saber, un estar y un hacer en el mundo” (Serna, 2012, p. 6). Por otro lado, las experiencias de espiritualidad, se han entendido como construcciones de sentidos que transforman las subjetividades a partir de acciones intencionadas y repetidas (prácticas espirituales) que se realizan con el propósito de estimular la disposición inherente que tienen los seres humanos hacia la trascendencia (espiritualidad) que deviene en formas particulares de sentir, pensar, hablar y actuar.

A continuación, se realizará un recorrido por la metodología, los encuentros y sentidos que se construyeron para este estudio, donde primero se realizó una descripción narrativa de las experiencias

de espiritualidad vividas por los participantes, lo que permitió analizar el proceso de construcción de subjetividades que se da a partir de estas, el cual se ha denominado y caracterizado como *subjetividades espirituales*.

Metodología

La investigación de la cual se desprende este artículo se realizó con una perspectiva comprensiva, a partir de la cual se entiende la realidad como una realidad epistémica pues plantea que su existencia depende de un sujeto cognoscente que se encuentra influido por la cultura y las relaciones sociales (Sandoval-Casilimas, 2002). De aquí que se suscriba a la fenomenología hermenéutica como horizonte epistemológico, pues éste reúne los presupuestos de ambos paradigmas (fenomenología y hermenéutica) y se retoma desde el planteamiento de Paul Ricoeur (2001) quien expone que “toda pregunta sobre un ente cualquiera es una pregunta sobre el sentido de ese ente” (p. 54), en este caso permitiéndonos describir y comprender las subjetividades que se construyen a partir de experiencias de espiritualidad, teniendo en cuenta lo que dice Gadamer (1993): el objetivo no es confirmar leyes universales o formular generalizaciones de la información aquí construida, por el contrario se busca comprender las experiencias particulares en los contextos en los que se dan.

Para esto se propuso un diseño biográfico-narrativo que resulta ser pertinente cuando se quiere comprender significados y saberes construidos subjetivamente, pues permite “contar las propias vivencias, y “leer” (en el sentido de “interpretar”) dichos hechos/acciones, a la luz de las historias que los agentes narran” (Bolívar y Domingo, 2006, p. 3), es decir, la información se construye con los participantes y se interpreta a la luz de sus historias de vida teniendo en cuenta que las narrativas no se dan en un contexto vacío sino que evocan las construcciones que se hacen a través de procesos intersubjetivos, lo cual brinda una perspectiva de la realidad social y cultural del contexto inmediato del sujeto.

La información de la que se nutrió este diseño biográfico-narrativo fue construida exclusivamente para este estudio a través de la entrevista biográfica como estrategia principal de conversación, con la cual “no se trata solo de que los narradores cuenten su vida, sino que –al ponerla en escena– encuentren el sentido de su trayectoria” (Bolívar, 2012, p. 5); y se complementó con un ejercicio de fotobiografía en el cual invita a usar las fotografías como pretexto para rememorar la experiencia, pues estas tienen la característica de conservar significados latentes que permiten que emerjan sentidos y representaciones particulares para cada sujeto más allá de su contenido manifiesto, como lo ilustra Fina Sanz (1998 citado en Álvarez-Gayou, 2003).

El estudio se llevó a cabo a partir de las narrativas de dos hombres (Juan Camilo y Gupta) y dos mujeres (Luisa y Daniela), que realizan prácticas espirituales diversas de manera activa y regular, quienes se encontraban en diferentes momentos del ciclo vital y no compartían la misma profesión o labor, lo que permitió que este constructo tan amplio como lo son las experiencias de espiritualidad, pudiera verse desde varias perspectivas invitando a la exploración de puntos en común que se manifiestan en sus historias de vida para darle un lugar a los encuentros y sentidos de la investigación, así mismo como los aspectos en que distan ampliando la mirada y permitiendo que emerjan otras preguntas. Esta población se elige teniendo en cuenta la afirmación de Creswell (2017) quien señala que en un estudio biográfico se puede tener en cuenta que los sujetos participantes sean, desde un enfoque pragmático, voluntarios o personas del común, o bien una persona “que se distinga por sus logros o en cosas del común y que proporcione luces sobre un fenómeno específico o tema que se está

explorando” (Creswell, 2017, p. 68) teniendo presente que el objetivo no es formular generalizaciones sino apelar a la comprensión del fenómeno, como se mencionó anteriormente retomando a Gadamer (1993).

Resultados: Encuentros y sentidos

La lectura de la información se realizó a partir del análisis temático que permitió retomar cada narrativa de los participantes con el fin de organizarlas en temas y categorías que dieran cuenta de las realidades vividas en torno a los objetivos de la investigación como lo indica Bolívar (2012); a partir de esto se construyeron narrativas individuales para dilucidar los aspectos más importantes en cada historia y que sirviera como apoyo para describir las experiencias de espiritualidad, las cuales se analizaron posteriormente a la luz de los procesos de construcción de subjetividades, y que permitieron que emergiera y se caracterizara lo que se denominó Subjetividades Espirituales.

La *Tabla 1* permite comprender las categorías y subcategorías emergentes a partir de las unidades de análisis que se contemplaron desde el proyecto de investigación, (Experiencias de espiritualidad y Construcción de subjetividades), que le dan un orden lógico a los resultados que se presentan a continuación.

Tabla 1.
Resultados categorías y subcategorías

Unidad de análisis	Categoría	Subcategoría
Experiencias de espiritualidad	La llegada a la espiritualidad	Espiritualidad como estrategia de afrontamiento
		Tradición/influencia familiar en la espiritualidad
	Prácticas espirituales	Conexión con lo trascendente
		Ser espíritu trascendente
	Definición de espiritualidad	Entender la vida de forma completa
		Búsqueda de sentido
		Espiritualidad como transversal a la vida
		Espiritualidad como labor
		Espiritualidad para transformar el contexto
	Significados	Condiciones, incomodidades, responsabilidades y/o disciplinas
		Beneficios y ventajas
	Arte y espiritualidad	Música (canto e instrumentos)
		Tejido
	Perspectiva de género y Espiritualidad	Ciclo menstrual
		Liberar las prácticas del machismo.

Construcción de subjetividades	Transformación	Despertar espiritual
		Consciencia más allá del sistema
		Vamos siendo
	Relación consigo mismo	Ser espiritual – trascendente
		Repensar condicionamientos sociales
		Amor propio al ser parte de la divinidad
		Reconocerse humano (ruptura de estereotipos)
		En evolución
	Relaciones	Reconocerse en unidad con todo
		La espiritualidad en las relaciones
		Sanar las relaciones con otros humanos
		Desapego
		Animales: vidas dignas de ser vividas
		Naturaleza como madre
		Espiritualidad está en la acción
	Mundo político -social	Pensarse más allá del sistema político
		Espiritualidad como servicio al mundo

Experiencias espirituales como parte de la experiencia humana

El filósofo Pierre Teilhard de Chardin manifestó su conocida sentencia: “no somos seres humanos con una experiencia espiritual, sino que somos seres espirituales con una experiencia humana” (citado en Piedra, 2017), indicándonos que nuestra naturaleza es trascendente y señalando que la espiritualidad nos permite entender *la vida de forma completa* (Gupta, 2020, conversación 1) pues nos indica que debemos recordar que somos mucho más que lo material, y es precisamente ese el camino que deciden los narradores a través de sus prácticas espirituales, las cuales son vistas como “la acción intencional y repetida de la espiritualidad vivida” (Liebert, 2005 citado en Mazzini, 2018, p. 250), que configuran sus experiencias de espiritualidad, teniendo en cuenta que la experiencia “es *eso* que me pasa” (Larrosa, 2006, p. 88), y a las prácticas se les otorga ese lugar, y donde ocurren, es en la subjetividad que al mismo tiempo las interpreta y se transforma.

Los motivos de los participantes para llegar a la espiritualidad, aunque son variados, concuerdan con la visión de la espiritualidad como una estrategia de afrontamiento ante las situaciones de vulnerabilidad como la enfermedad física, la adicción a la marihuana y el estrés y el duelo tras una ruptura amorosa como lo hicieron Luisa, Juan Camilo y Daniela respectivamente. Sin embargo, Gupta permite plantear que no siempre a la espiritualidad se llega buscando sanación, sino que se puede dar por diferentes motivos, como por ejemplo la tradición familiar, como es su caso, ya que su padre lo

animaba a leer la Biblia y sus hermanos, le mostraban la cultura Vaishnava (cultura ancestral de la India).

Sin importar que las prácticas y formas de llegada a la espiritualidad sean diversas, se puede interpretar que los cuatro narradores comprenden la espiritualidad como la consciencia de que la existencia trasciende lo material, sin embargo, no va en contra de ello, sino que es “la capacidad de los individuos para estar fuera de su sentido inmediato del tiempo y el lugar y para ver la vida desde una perspectiva más amplia y objetiva” (Piedmont, 1999 citado en Piedmont, 2001, p. 5). Esta trascendencia se entiende como ir más allá de sí mismo, y darse cuenta que somos seres de relación, por tanto, trascendentes, en cuando no existimos por nuestra estricta individualidad.

Así que la espiritualidad como un aspecto transversal a la vida, se vuelve parte de la cotidianidad de los narradores, generándoles sentimientos de paz interior que les permite valorar esta existencia a cada instante, estableciendo una relación sana consigo mismo, los otros y el mundo, de aquí que Patricio Guerrero (2011) señale que la espiritualidad “consiste en formas distintas de sentir, de pensar, de hablar y de actuar en el mundo y la vida, es un horizonte para interactuar con otros seres humanos o no humanos” (p. 22), lo que para los narradores significa que *la espiritualidad no es únicamente el ritual, la espiritualidad no es únicamente la clarividencia, la intuición, la clariaudiencia... la espiritualidad está en todo* (Luisa, 2020, conversación 2).

Constantemente los narradores de esta investigación señalan que a partir de su acercamiento a la espiritualidad, se han encontrado con una invitación a analizarse y estudiar la realidad que muchas veces termina generando *condiciones, incomodidades, responsabilidades y/o disciplinas*, que provienen de ser conscientes y hacerse cargo de sí mismo desde una perspectiva crítica, sabiendo que es responsable de sus elecciones, sin embargo esto no es visto como ‘malo’ sino que se comienzan a comprender los aprendizajes y las incomodidades terminan siendo un beneficio o como lo ve Juan Camilo pues *todo es para nutrir, hasta lo malo* (2020, conversación 1). Es por esto que Koenig (2010), propone que la práctica de la espiritualidad parece estar asociada a la salud mental pues les brinda a las personas una guía de estilo de vida saludable con sí mismo y en relación con los otros.

En las experiencias de espiritualidad se observa que los narradores le dan una gran importancia al arte pues se ve como una expresión del verdadero ser como lo dicen Cáceres y Santamaría (2018), se “utiliza la energía sutil del arte para conectar con la forma más sensible del ser: la esfera espiritual o transpersonal” (p. 143). Esto los narradores lo manifiestan cantando, tocando instrumentos musicales y/o haciendo artesanías.

Por otro lado, uno de los encuentros en el tema de las experiencias de espiritualidad, es la referencia que se hace a la relación de la espiritualidad con la feminidad y en especial con el ciclo menstrual que se ve *como una energía muy fuerte* (Daniela, 2020, conversación 2), que desde las prácticas espirituales se invita a *conectar con la menstruación... el estar atenta a todas las fases del ciclo* (Luisa, 2020, conversación 2), pues permiten conectarse con la propia naturaleza sagrada de la mujer, que por tanto trasciende la experiencia como humanas en este mundo. Asociado a esto, se encuentra la necesidad de liberar las prácticas ancestrales del machismo, como lo indica Juan Camilo, devolviéndole así un lugar importante a la mujer dentro de la espiritualidad y la sociedad.

A pesar de que las experiencias son muy variadas de las cuales emergen diferentes temas, se encuentran puntos comunes que señalan una esencia que engloba la relación con lo espiritual desde la trascendencia, como estrategia de afrontamiento, en su relación con el sentido de la vida y con su invitación a ver la existencia de manera completa, lo que va promoviendo una construcción de subjetividades mediada por lo que se ha denominado *despertar*, que es ese momento, donde los

narradores son conscientes que sus experiencias espirituales generan un impacto particular sobre sus manera de actuar, pensar y ser en el mundo.

«Despertar» como sujeto constreñido a la consciencia

Pensar las subjetividades como un proceso en construcción y continua transformación, reconoce al sujeto en su capacidad para reflexionar sobre sus experiencias, lo cual le permite reorganizar sus representaciones acerca de sí mismo y el mundo (Briuoli, 2007), o lo que permite pensarlo como “constreñido a su propia identidad, a la consciencia y a su propio autoconocimiento” (Foucault, 1988, p. 10), es decir, el sujeto se puede construir a sí mismo a partir del análisis de lo que vive y de cómo esto lo afecta en relación a su ser y al contexto que lo rodea.

Al vivir experiencias de espiritualidad, los narradores han nombrado que viven un *despertar* que proviene de la oportunidad que da la espiritualidad de romper los condicionamientos sociales a partir de la consciencia, como lo expresa Daniela: *empezar a ver más allá de lo que usualmente vemos o de lo que el sistema nos muestra que es lo normal, que es lo que existe* (2020, conversación 1); lo que puede indicar que la espiritualidad se “presenta como un sendero para la liberación interior, de las subjetividades” como lo explica Guerrero (2011, p. 22).

Este *despertar* promueve que el sujeto reflexione sobre su propia subjetividad en torno a una perspectiva trascendente que le permite *comprender la vida de forma completa* (Gupta, 2020, conversación 1), dándole la capacidad al sujeto de “estar fuera de su sentido inmediato del tiempo y el lugar y para ver la vida desde una perspectiva más amplia y objetiva” (Piedmont, 1999, citado en Piedmont, 2001, p. 5) otorgándole herramientas para aproximarse a la existencia de maneras particulares y armónicas con el cosmos donde se reconoce todo como unidad.

Las experiencias de espiritualidad estimulan al sujeto a revisar su biografía constantemente con el fin de construir nuevos sentidos desde una actitud reflexiva como una posibilidad para sanarse a sí mismo y sanar las relaciones que son la base de la sociedad, y no se ve como un sujeto acabado o hecho, sino que se está construyendo permanentemente. De aquí que se configuren subjetividades particulares al estar expuestos a experiencias de espiritualidad, que en este estudio se denominaron *subjetividades espirituales*.

Subjetividades espirituales

De acuerdo al epígrafe anterior, comprendemos las subjetividades como un proceso en construcción y transformación constante que dan una guía de “un modo de hacer en el mundo, un modo de hacer con el mundo, un modo de hacerme en el mundo” (Martínez y Neira, 2009, p. 18) que surge de la configuración simbólico/emocional de las experiencias vividas, como lo puntualiza González-Rey (2012).

A partir de revisar las construcciones de subjetividad que se hacen en torno a las experiencias de espiritualidad, se puntualiza que esto último otorga al sujeto una forma particular de aproximarse a sí mismo, a otros seres vivos, a la naturaleza y al mundo político-social y cultural. Esto fue identificado a través de las entrevistas biográficas y en el ejercicio fotobiográfico en los cuales se pudo evidenciar que los narradores se preguntaban por sus puntos de quiebre que impactaron sus formas de ser, pensar y actuar consigo mismos y en el mundo, resultando en una transformación que se conceptualizó como subjetividades espirituales; por lo que a continuación se explorará una descripción que permita

adentrarse en la comprensión de esta unidad de sentido emergente de la investigación.

Sí mismo como ser espiritual.

Los narradores de la investigación señalan que su relación con sí mismos se ha transformado considerablemente, pues al afianzar el lazo sagrado con la existencia, se reconocen como seres dignos de valor y de amor porque *la relación con el universo y con Dios es la relación conmigo mismo* (Juan Camilo, 2020, fotobiografía). De aquí que Koenig (2010) proponga que la espiritualidad está relacionada con un estilo de vida saludable, lo que sugiere que la aproximación desde lo espiritual entregue unas prácticas de cuidado de sí que, desde la perspectiva foucaultiana, se entienden como “prácticas mediante las cuales un individuo establece cierta relación consigo mismo y en esta relación el individuo se constituye en sujeto de sus propias acciones” (Chirolla, 2007 citado en Garcés y Giraldo, 2013, p. 188) permitiéndole liberarse de los condicionamientos sociales.

El amor propio que surge del encuentro con lo espiritual acompaña a los participantes a romper los estereotipos e ideales del ser, pues se entiende el cuerpo como un templo que se consagra para recibir a la divinidad, incluso en situaciones que pueden ser retadoras como la que vivía Juan Camilo en el momento de las entrevistas ya que se encontraba pasando por quimioterapias en su proceso de recuperación del cáncer:

Me amo más ¡impresionante! así sin barba, sin pelo, pero digamos que ya no me dejo afectar por un estereotipo que vende la sociedad; digamos que yo he aprendido a amarme en mi ser, obviamente me cuido, me gusta hacer ejercicio o haciendo yoga y me gusta conectarme con mi cuerpo y sentirme... pero más allá de cómo se ve, es cómo me siento, cuando me como algo, cómo es la comunicación con el cuerpo y la verdad ¡me amo muchísimo! Ahorita uno si empieza a sentir ese amor del cuidarse, del pensamiento, de cómo me estoy tratando, de cómo es la compasión conmigo mismo también, es muy bonito porque se aprende a amar uno y puede uno amar cualquier cosa desde la misma libertad también. (Juan Camilo, 2020, fotobiografía)

Esta reflexión de Juan Camilo muestra que en la medida en que el sujeto se relaciona armónicamente consigo mismo, también se puede aproximar al otro en armonía, lo que sugiere que el amor propio que emerge de entenderse como ser espiritual es una forma no solo de liberar las subjetividades, sino del encuentro con el otro que se hace desde el amor que resulta en una forma de resistencia política como lo expone Arendt (1996 citado en Moros, 2013,) cuando retoma a San Agustín quien contemplaba que el amor es una moción que nos mueve hacia él y es la base para el bien común, lo que se asocia con la dimensión política de la espiritualidad que permite al sujeto comprometerse con la vida más allá de su estricta individualidad.

Alteridad cosmobiocéntrica.

Como se señalaba anteriormente, las prácticas de espiritualidad se asocian a la propuesta foucaultiana del cuidado de sí, vista desde una perspectiva trascendente que sugiere que en la medida en que el sujeto cuida de sí mismo, puede cuidar de otro pues se reconoce en unidad con todo lo que lo rodea y sabe que es un ser de relación por lo que se facilita “la toma de conciencia de que la posibilidad de relación es una posibilidad ontológica de intersubjetividad, condición de la existencia” (Palazzani, 2008, citado en Garcés y Giraldo, 2013, p. 196), lo que le implica reconocer la existencia del otro y preocuparse por el bienestar de su contexto por ese sentido de interdependencia.

El ser humano es un ser social, hecho para la alteridad que necesita de otros para poder existir, que cuando se mira desde una perspectiva trascendente se da cuenta que todo lo que lo rodea hace parte de la misma unidad pues: “el ‘tú’ no representa a ‘otro’, sino al ‘tú’ de un ‘yo’” (Panikkar, 1993 citado en Guerrero, 2011), es decir, logra reconocerse en el otro, pero no se limita al humanismo o antropocentrismo, que incluso allí se han generado líneas divisorias como lo expone Fanon (2010) en su teoría de las zonas del ser y las zonas del no-ser, que son establecidas en cuanto existen relaciones de colonialidad en las cuales quienes tienen el poder son quienes establecen cuáles vidas son valiosas y por tanto merecen ser vividas. Esto se lleva a todas las escalas: entre humanos generando divisiones como el racismo, pero también se pone al ser humano como imperante entre las especies y la naturaleza por lo que termina viéndolos como un recurso.

Sin embargo, en las experiencias de espiritualidad, los narradores encuentran una motivación para sanar sus relaciones familiares, erótico-afectivas y de amistad con sus pares, pues *la espiritualidad está en todo, en nuestras relaciones, de hecho siento que es como el ‘callito’ [lo difícil] de la espiritualidad* como lo recuerda Luisa (2020, conversación 1) haciendo referencia a que a través de las relaciones tenemos un trabajo de autoconocimiento y conciencia que sugiere trascender la individualidad para poder integrar los aprendizajes que se dan en ellas.

Sin embargo, la espiritualidad no se queda ahí, pues al reconocerse a sí mismo como ser espiritual o de la trascendencia, se reconoce también todo lo vivo y se le da valor pues el ser humano “solo se construye en la interrelación con todos los seres donde palpita la vida con los animales, con el mundo material, vegetal y mineral, que pueblan la naturaleza” (Guerrero, 2011, p. 25), de aquí que los narradores tomen una aproximación diferente a la que el sistema social ha normalizado, por ejemplo, los animales se reconocen como seres sintientes dignos de amor, y no se ven como un simple recurso o un alimento porque *si yo amo a un animal ¿por qué me lo voy a querer comer? dejemos los seres poder ser* (Juan Camilo, 2020, fotobiografía). Lo que hace que los narradores tiendan a la alimentación basada principalmente en plantas y que incluso sea un requisito o sugerencia de algunas prácticas espirituales que van instruyendo que cada ser vivo expresa una voluntad y tiende hacia la vida, por eso es digno de respeto.

Esto también se relaciona con la aproximación que se hace hacia la naturaleza que comúnmente es vista como un recurso para ser explotado y controlado, que se podría pensar que, al manipularla al antojo humano, se ha roto la lógica natural llevando a atravesar la situación ambiental en la que se encuentra el mundo actualmente. De aquí que se reconozca como valiosa la aproximación que hacen las culturas ancestrales en la que se le otorga un alma a todo lo que nos rodea, permitiendo construir esos lazos sagrados con la existencia que se rompieron en el afán de mantener el modelo civilizatorio.

De alguna manera aproximarme a estos conceptos de la cultura védica [cultura de la India] desde joven me ayudó mucho a no pensar que el ser humano era la especie dominante del planeta y que es el que determina todo, también el no considerar la naturaleza como simple recurso, esa orientación mitológica y cosmológica hermosa, para mí fue muy bienvenida desde muy joven porque yo siempre me sentí en presencia de eso, presencias reales: la montaña, el árbol, el río, los animales, siempre me inspiraron respeto, siempre les di ese lugar, entonces para mí, como lo hice desde muy joven, fue muy fácil desarrollar tolerancia y autocontrol porque cuando uno piensa que todos son máquinas y que todo son sistemas pues uno les arranca la cabeza y ya, pero cuando uno se da cuenta que cada cosa expresa una voluntad y que yo también hago parte, para uno es mucho más fácil respetar. (Gupta, 2020, fotobiografía). De manera que las experiencias de espiritualidad marcan unas particularidades en el momento

de construir subjetividades que se aproximan a otros seres vivos y a la naturaleza desde una postura trascendente, posicionándolo en una consciencia de unidad que le permite salir del dualismo mirando más allá de su mera individualidad, otorgándole una postura donde se posibilita reconocer el valor de la vida de otras manifestaciones de la existencia diferentes a la suya.

La espiritualidad en la acción.

Desde la aproximación que se hace a la alteridad a partir de las subjetividades que se construyen en torno a las experiencias de espiritualidad, en la que se pone en el centro la vida, y a partir de aquí también se pueden explorar los acercamientos que hacen los narradores al mundo político-social, comenzando primero por romper el estereotipo de una persona espiritual, a quien se le imagina contemplando, meditando o en una iglesia o de una cultura lejana a la propia. En lo que se ha podido integrar en este proyecto, es que la espiritualidad está en todas partes por lo que es “una energía interior que mueve a la acción, que hace posible que asumamos un compromiso militante en la lucha por la transformación del mundo” (Guerrero, 2011, p. 27), lo que impulsa a las personas a aportar al mundo social pensando de manera más amplia, desde la trascendencia.

...cuando comencé a volverme ‘muy espiritual’ pues simplemente yo lo que estaba viendo era cómo alejarme, incluso muchos de mis amigos me decían que la espiritualidad ‘aburguesa’, o sea “te vas a ‘aburguesar’ un poco, te vas a dedicar a vivir bien mientras los niños se están muriendo de hambre”, pero el carácter básico de la espiritualidad es revolucionario porque ataca la raíz de lo que después se puede convertir en desigualdad social, pero también en igualdad con el ambiente y demás. (Gupta, 2020, fotobiografía).

En tal sentido, los narradores prefieren tomar sus propias acciones que permitan aportar al mundo desde sus capacidades, con la conciencia de que se hace desde su contexto más próximo, permitiendo que el cambio social se manifieste desde pequeñas esferas. Así que se observa que la espiritualidad dota al ser humano de la sensibilidad y la fuerza para comprometerse con la transformación de la existencia (Guerrero, 2011) a través de acciones que impactan todo el contexto en el que se desenvuelve.

De aquí que se pueda reflexionar sobre la espiritualidad que se ha asociado con la inacción como se veía anteriormente, pero también con la acción egoísta, en la que se vende la espiritualidad como un remedio para ‘todos los males’ convirtiéndose en “un acto folklórico para turistas y decepcionados del mundo occidental” (Guerrero, 2011, p. 27) haciendo que se pierda la esencia real de las prácticas espirituales.

Conclusiones: Somos seres espirituales viviendo una experiencia humana

En el desarrollo de este texto se observa que las experiencias de espiritualidad se relacionan con diferentes temas que atraviesan la experiencia humana, pues la espiritualidad como nombra Guerrero (2011) da una guía de relacionamiento frente al mundo a partir de una perspectiva trascendente, lo que permite que los sujetos reconozcan *la vida de forma completa* (Gupta, 2020, conversación 1), es decir, más allá de lo material o de su experiencia física, viéndose a sí mismos como seres espirituales, lo que hace que se establezca un lazo sagrado con la existencia al reconocerse como parte de un todo; de aquí

que surja una comprensión cosmobiocéntrica de la alteridad, lo que indica que se pone en el centro la vida de todos los seres y de la naturaleza, dándoles una valoración equivalente a todos.

Vivir experiencias de espiritualidad, les otorga a las personas sentimientos de paz interior que les ayuda a valorar la propia vida permitiéndoles aceptar las *condiciones, incomodidades, responsabilidades y/o disciplinas* que surgen en el camino del *despertar* dando lugar a que surja el sujeto constreñido a la consciencia y al autoconocimiento, que le sugiere romper con condicionamientos sociales a través de la revisión constante de su biografía en torno al desarrollo espiritual, que a su vez le da la posibilidad de construirse a sí mismo permanentemente.

En esa construcción surgen modos característicos de relacionarse consigo mismo y con el mundo a partir de la configuración simbólico/emocional de las experiencias vividas a partir de sus prácticas espirituales. Surge el amor propio de reconocerse como sagrado que posibilita una relación más tranquila consigo mismo desde el cuidado de sí, que a su vez permite una aproximación armónica a otros seres pues también se lo considera sagrado al entender que el otro es el ‘tu’ de un ‘yo’ y todos juntos son una unidad, por lo que el sujeto no se identifica con su individualidad desde una perspectiva dual, sino totalizadora.

Se observa pues que la dimensión trascendente que otorgan las experiencias de espiritualidad “no es sino: ‘el amor reflexivo por la vida’, pues es un sentimiento de profunda conciencia y ternura, de identificación con el cosmos, con la naturaleza, con todos los seres y con el mundo” (Solomon, 2003, citado en Guerrero, 2011, p. 30) que guía la acción pues termina siendo “un saber, un estar y un hacer en el mundo”, tal y como Serna (2012, p. 6) conceptualiza la subjetividad, es decir, que podemos entender la espiritualidad como un tipo de subjetividad que le otorga al sujeto formas armónicas de aproximarse a sí mismo, a otros seres vivos y al mundo desde una concepción más amplia del tiempo y el espacio, que le da una actitud reflexiva, analítica, contemplativa y de servicio que se entrelazan entre sí posibilitando comprensiones y motivando a la acción.

Es fundamental comprender que “la espiritualidad no ofrece respuestas únicas y verdades absolutas a los grandes misterios de la existencia” (Guerrero, 2020, p. 29) y al ser conscientes de esto, es que adquirimos esa fuerza que *provee muchos recursos para enfrentar la perplejidad del día a día* (Gupta, 2020, conversación 1) e impulsa a seguir reflexionando y haciéndonos preguntas sobre esta existencia desde un sentido trascendente devolviéndole la sacralidad que enseñan las prácticas espirituales.

Referencias

- Álvarez-Gayou, J. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. Paidós Educador.
- Anandarajah, G. y Hight, E. (2001). Spirituality and Medical Practice: Using the HOPE Questions as a Practical Tool for Spiritual Assessment. *Am Fam Physician*. 2001 Jan 163(1), 81-89. DOI: 10.1016 / s1443-8461 (01) 80044-7
- Bolívar, A. (2012). *Metodología de la investigación biográfico-narrativa: Recogida y análisis de datos*. En: M. Passeggi, M. y M. Abrahao, *Dimensões epistemológicas e metodológicas da investigação (auto)biográfica*. Tomo II. Porto Alegre: Editoria da PUCRS, 79-109.
- Bolívar, A. y Domingo, D. (2006). La investigación biográfica y narrativa en Iberoamérica: Campos de desarrollo y estado actual. *Forum: Qualitative Social Research*, 7(4), Art. 12, 1-47.
- Briuoli, N. (2007). La construcción de la subjetividad. El impacto de las políticas sociales. *Historia Actual Online*, 13, 81-88.
- Cáceres, M., y Santamaría, L. (2018). La arteterapia como camino de transformación espiritual. *Trabajo social*, 20(1), 133-161. DOI:10.15446/ts.v20n1.71568
- Fanon, F. (2010). *Piel negra, máscaras blancas*. Akal.
- Foucault, M. (1988) El sujeto y el poder. [Traducción] *Revista Mexicana de Sociología*, 50(3), 3-20.
- Gadamer, H. (1993). *Verdad y Método*. Ediciones sígueme.
- Garcés, L. y Giraldo, C. (2013). El cuidado de sí y de los otros en Foucault, principio orientador para la construcción de la bioética del cuidado. *Discusiones Filosóficas*, 14 (22), 187 - 201.
- González-Rey, F. (2012). La subjetividad y su significación para el estudio de los procesos políticos: sujeto, sociedad y política. En C. Piedrahita, A. Díaz y P. Vommaro (2012). *Subjetividades políticas: desafíos y debates latinoamericanos*. (pp. 11-29). CLACSO.
- Guerrero, P. (2011). Corazonar la dimensión política de la espiritualidad y la dimensión espiritual de la política. *Alteridad 10. Revista de Ciencias Humanas, Sociales y Educación*, 10, 21-39.
- Koenig, H. (2010). Spirituality and Mental Health. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies Int. J. Appl. Psychoanal. Studies* 7(2), 116–122. DOI: 10.5402 / 2012/278730
- Larrosa, J. (2006). Sobre la experiencia. *Aloma. Revista de Psicologia i Ciències de l'Educació*, 19, 87-112
- Martínez, J. E. y Neira, F. O. (2009). *Cátedra Lasallista. Miradas sobre la subjetividad*. Universidad de La Salle.
- Mazzini, M. (2018). Prácticas de espiritualidad según Elizabeth Liebert. Aproximación a su pensamiento y ejemplificación en un estudio de caso. *Franciscanum*. LX(169),239-271. DOI:10.21500/01201468.3698
- Moros, M. (2013). El amor como resistencia, en búsqueda de la dignidad latinoamericana. *SIWO*, 7(2), 123-38. <https://doi.org/10.15359/siwo.7-2.5>
- Quiceno, J. (2009). La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Divers. Perspect. Psicol*, 5(2), 321-336. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2009.0002.08>
- Piedmont, R. (2001). Spiritual transcendence and the scientific study of spirituality. *Journal of Rehabilitation*, 67(1), 4-14.
- Piedra, M. (2017). Espiritualidad y educación en la sociedad del conocimiento. *Innovaciones*

Educativas, XX(28), 96-105.

Ricoeur, P. (2001). *Del texto a la acción. Ensayos de hermenéutica II. Traducción de Pablo Corona*. Fondo de Cultura Económica.

Sandoval, P., Rangel, N., Allende, S. y Ascencio, L. (2014). Concepto de espiritualidad del equipo multidisciplinario de una unidad de cuidados paliativos: un estudio descriptivo. *Psicooncología*, II(2-3), 333-344. DOI: 10.5209/rev_PSIC.2014.v11.n2-3.47392

Serna, A. (2012). Prólogo. La subjetividad y su significación para el estudio de los procesos políticos: sujeto, sociedad y política. En C. Piedrahita, A. Díaz y P. Vommaro. (2012). *Subjetividades políticas: desafíos y debates latinoamericanos*. (5-9). CLACSO.