Revistadela
UNIVERSIDAD
DE LA SALLE 96

ISSN: 0120-6877 | e-ISSN: 2539-1100 | *RULS 96* | ene-dic 2026| https://doi.org/10.19052/ruls.vol1.iss96.9

Eco-espiritualidad encarnada: perspectivas fenomenológicas de la meditación-presencia en el descubrimiento de las interioridades ecológicas

Carlos Felipe Trujillo Torres[1]

Resumen

La crisis ambiental contemporánea manifiesta una profunda fractura ontológica en la forma en que el ser humano habita la Tierra, impulsada por la lógica utilitaria y la aceleración social. Ante la reducción del

1. Teólogo, magíster en Filosofía Contemporánea y doctorando en Filosofía. Docente de la Universidad de La Salle (Bogotá, Colombia), adscrito a la Licenciatura en Educación Religiosa y al Departamento de Formación Lasallista. Su investigación se centra en la psicopatología fenomenológica, la neurofilosofía, la filosofía de la existencia y la fenomenología de la muerte. carltrujillo@lasalle.edu.co. ORCID: https://orcid.org/0000-0003-45.09-8796

territorio a un simple objeto de cálculo, la eco-espiritualidad encarnada se presenta como una vía fenomenológica para restaurar el vínculo afectivo y carnal con el entorno. A través de la meditación-presencia, el sujeto realiza una suspensión del juicio técnico, abriéndose al asombro ante la naturaleza como una auténtica comunidad de sujetos. Esta praxis interrumpe la alienación moderna y despierta el "corazón noético", transformando la identidad egocéntrica en una mundocéntrica. Así, la atención plena y el reconocimiento de la Tierra como suelo nutricio primordial fundamentan una responsabilidad cosmogénica y una re-habitación sagrada del mundo viviente.

Palabras clave: eco-espiritualidad; meditación-presencia; fenomenología; resonancia.

Introducción

La crisis contemporánea que define la relación entre la humanidad y la biosfera terrestre trasciende las disfunciones de la *techné* fisicalista; representa, más bien, una fractura en la estructura misma de la presencia-humana en el mundo. Nos hallamos ante un fenómeno de "desposesión ontológica" en el que el *ser-humano* como *cuerpo-sujeto* ha perdido su arraigo primordial en la trama de la *Ek-sistencia*. La modernidad tardía, impulsada por una racionalidad instrumental exacerbada y una aceleración social que Hartmut Rosa define como alienante, ha operado una desustancialización del entorno (Rosa, 2016, p. 124). Esta dinámica ha transformado la Tierra, en su sentido de suelo nutricio, horizonte de sentido y fundamento inconmovible de la experiencia, en un globo abstracto, una entidad geométrica y económica despojada de su cualidad de *arche-originaire* (Husserl, 1934, p. 23; Rosa, 2016, p. 312).

Esta reducción del mundo a un objeto de cálculo matemático ha generado una "geopolítica de la abstracción" que invisibiliza las singularidades de la vida. Bajo el paradigma del objetivismo, la Tierra deja de ser el suelo que sostiene nuestros pasos para convertirse en un sustrato inerte, una "extensión" susceptible

de ser cartografiada y consumida (Husserl, 1934, p. 35). Este proceso de desterritorialización ha condenado al sujeto a un estado de orfandad ontológica donde la naturaleza se percibe exclusivamente como un depósito de recursos cuantificables, borrando la profundidad de la experiencia viviente. La pérdida de esta intimidad colectiva implica una erosión de nuestra propia capacidad de habitar-el-mundo, convirtiendo el espacio en un no-lugar despojado de resonancia afectiva (Rosa, 2016, p. 189).

Ante este panorama de desincronización colectiva, la eco-espiritualidad encarnada surge como una propuesta fenomenológica-hermenéutica de re-aprendizaje de la mirada hacia el otro y el mundo-en-común. Se constituye como un ejercicio que busca restaurar el vínculo de los cuerpos-vividos, la consciencia colectiva y el entramado de la afectividad. En lugar de una espiritualidad que busque la evasión en planos trascendentales incorpóreos y suprasensoriales, propone un descenso —y, en términos heideggerianos, un arrojarse al mundo— hacia las interioridades ecológicas, descubriendo que el cuerpo-sujeto representa el lugar de intersección de la "carne del mundo" (Merleau-Ponty, 1964, p. 215). Al decir que somos "del mundo" antes de estar "ante el mundo", recuperamos la noción de una pertenencia que precede a toda reflexión científica y dualista cartesiana de la *Ek-sistencia* (Merleau-Ponty, 1945, p. 142).

El redescubrimiento de estas interioridades ecológicas requiere lo que Natalie Depraz (2014) denomina una "metamorfosis existencial" (p. 78) a través de la atención. La práctica de la meditación-presencia —*mindfulness*— actúa como un catalizador para esta transformación, permitiendo que el *cuerpo-sujeto* realice una *epojé*: una suspensión del juicio utilitario que permite que las cosas se nos den en su "ser salvaje" y pre-objetivo (Husserl, 1934, p. 41; Toadvine, 2009, p. 106). A través de este silencio contemplativo, la naturaleza recobra su estatus de interlocutora y "comunidad de sujetos", desplazando al *ser-humano* de su rol de déspota para situarlo como un *cuerpo-sujeto* al servicio del florecimiento de la vida (Berry, 2009, p. 56; Panikkar, 1993, p. 89).

Esta investigación analiza cómo el cultivo de una presencia plena en el entorno natural facilita el acceso a una "ontología poética del sensible", integrando perspectivas de la ecosofía, la estética de la naturaleza y la fenomenología (Pasqualetti, 2024, p. 45; Panikkar, 1993, p. 112). Durante este trabajo, se explorará cómo la meditación-presencia —*mindfulness*—, lejos de ser un acto de repliegue solipsista, es en realidad un gesto de apertura a la espiritualidad ecológica que permite sanar la herida de la separación y reconstruir una "justicia interior reparativa" con la Tierra (Depraz, 2024, p. 132). En última instancia, el objetivo es fundamentar una espiritualidad que reconozca que la tierra es la esencia de *ser-ek-sistente*, proponiendo un habitar que sea, simultáneamente, un acto de compasión y una responsabilidad cosmogénica (Esbjörn-Hargens, 2011, p. 204).

Fenomenología de la carne y el giro ecológico

El redescubrimiento de las interioridades ecológicas exige una revisión de nuestras categorías ontológicas, partiendo de la premisa de que la crisis ambiental es, ante todo, una crisis de la inteligibilidad del ser. La tradición metafísica occidental ha operado bajo una lógica de separación que Maurice Merleau-Ponty (1964) buscó disolver al proponer la noción de la *chair* —la carne— como un elemento primordial que precede a la distinción entre sujeto y objeto (p. 177). Esta carne no debe entenderse como una sustancia material biológica en sentido restrictivo, es más bien un "ser de porosidad" y "generosidad" que constituye el tejido de lo visible (Merleau-Ponty, 1964, p. 182). Al reconocernos como carne del mundo, aceptamos que nuestra percepción es una modalización de la propia tierra que adquiere consciencia; somos un fragmento de la visibilidad total que ha cobrado la capacidad de ver, permitiendo que la naturaleza se encuentre consigo misma a través de nuestra mirada (Décarie-Daigneault, 2022, p. 67).

Esta pertenencia del *cuerpo-sujeto* al mundo se fundamenta en lo que Merleau-Ponty (1964) denomina "interioridad del ser a sí mismo" (p. 201), al abolir

las dicotomías clásicas entre lo espiritual y lo físico. De esta manera, la naturaleza deja de ser un objeto inerte para revelarse como un "englobante" —un *englobant*—, un tipo de ser en el que nos descubrimos ya investidos antes de cualquier acto reflexivo (Merleau-Ponty, 1945, p. 352; Décarie-Daigneault, 2022, p. 73). Por tanto, el acercamiento fenomenológico a la ecología es una exploración de los *creux* —huecos— y los pl*is* —pliegues— del ser, donde la subjetividad es una invaginación de la propia carne universal (Dufourcq, 2022, p. 114; Merleau-Ponty, 1964, p. 196).

El "quiasmo" y la interanimalidad

Se puede inferir una estructura en los acercamientos fenomenológicos a la ecología. La forma en que el *ser-humano* tiene una *relación-con-lo-otro-en-el-mundo* permite, ya en sí, un "quiasmo" o entrelazamiento, lo cual está fundamentalmente manifestado en lo sensible. El acto de tocar una piedra es, a la vez, de forma fenomenológica un ser tocado por la solidez mineral; así, la frontera entre el cuerpo que siente y la cosa sentida se vuelve permeable (Aarø, 2010, p. 48; Merleau-Ponty, 1964, p. 173). Esta reversibilidad fundamenta una espiritualidad que reconoce la profundidad de lo sensible como un interlocutor. Incluso una "simple piedra lograda en un muro" posee un versante inarticulado que tiende hacia su propia expresión, revelando que ninguna región del sensible es por completo inerte, sino que está trabajada por las relaciones constitutivas de la carne del mundo (Décarie-Daigneault, 2022, p. 89).

La naturaleza posee un versante inarticulado que tiende hacia su propia expresión a través de nuestra consciencia perceptiva, estableciendo una relación de "interanimalidad" que disuelve la ilusión de una subjetividad cerrada sobre sí misma (Aarø, 2010, p. 55; Mazis, 2016, p. 142). Esta interanimalidad sugiere una continuidad de sentido que fluye entre lo humano y lo no-humano, una fuerza anónima que sostiene nuestra Ek-sistencia carnal y nos vincula con el devenir y la finitud de todos los seres (Décarie-Daigneault, 2022, p. 94; Mazis, 2016, p. 148). En este marco, la meditación-presencia —*mindfulness*— se con-

vierte en una práctica que suspende la visión utilitaria y técnica para permitir que la "naturaleza salvaje" —nature sauvage— se manifieste en su alteridad pre-objetiva, devolviéndonos el asombro filosófico-espiritual radical ante el hecho mismo de que el mundo es (Toadvine, 2009, p. 122; Verducci, 2018, p. 203).

La danza de las presencias y el sentido del lugar

Al adentrarnos en la *relación-con-lo-otro* en su sensibilidad, encontramos una fenomenología de la naturaleza que busca rescatar el aspecto englobante del mundo, aquel que precede a las significaciones humanas impuestas por la techné y el racionalismo (Merleau-Ponty, 1945, p. 401; Kūle, 2018, p. 87). Cuando nos sumergimos en la contemplación de un paisaje, participamos en una "danza de presencias" en la que nuestra propia corporalidad —*leib*— se siente expandida y sostenida por una fuerza anónima que se descubre en el núcleo del *ser-humano*. El descubrimiento de las interioridades ecológicas comienza cuando el silencio del ego permite que la "voz del silencio" del mundo nos habite plenamente, revelando una "ontología del sensible" en la cual el sentir es la expansión misma del pensamiento (Mazis, 2016, p. 165).

Esta experiencia fenomenológica de unidad exige meditar en presencia de lo viviente, el sujeto no solo "ve" el entorno, sino que es investido por sus líneas de fuerza, sus ritmos y sus sombras. El cuerpo actúa, entonces, como la interfaz fundamental que permite el paso de lo invisible a lo visible, de lo inarticulado a lo expresado (Barbaras, 2000, p. 92; Décarie-Daigneault, 2022, p. 102). La eco-espiritualidad encarnada es, en definitiva, la realización de que nuestra propia carne es el escenario donde la naturaleza celebra su *Ek-sistencia*, una verdad que solo puede ser aprehendida cuando abandonamos la pretensión de dominio y nos entregamos a la sabiduría del aliento compartido.

Ecosofía y la hermenéutica del aliento vital

Si la fenomenología descrita en los apartados anteriores nos ofrece la estructura ontológica de la carne como tejido común, la ecosofía ahora proporciona la sabiduría espiritual y la brújula necesaria para habitarla con plenitud. Este tránsito del "sentir" al *saber-habitar* exige un diálogo transdisciplinar que rompa el aislamiento de los saberes (Pasqualetti, 2024, p. 58). Raimon Panikkar (1993), pionero en este puente intercultural, propuso la ecosofía como una alianza entre la ciencia, la filosofía y la contemplación. Su propuesta busca superar la tecnocracia moderna, esa "puerta estrecha del conocimiento" puramente racional, a través de una "teofísica" que reconozca la presencia de lo sagrado en las leyes físicas y en la belleza intrínseca de lo creado (Panikkar, 1993, p. 54). En este sentido, la crisis ecológica contemporánea se revela como un síntoma de una patología más profunda: la pérdida de la dimensión mística de la materia, lo que exige una conversión radical de la mirada para percibir la Tierra como un organismo vivo y un interlocutor espiritual (Danon, 2002, p. 71).

El *ruach* y la conspiración biótica: una hermenéutica del aliento

Desde una perspectiva hermenéutica intercultural y decolonial, la recuperación de la noción hebrea de *ruach* aporta una profundidad esencial para entender desde este momento la espiritualidad encarnada. A diferencia de las concepciones occidentales que a menudo reducen el espíritu a una entidad inmaterial o un "fantasma en la máquina", el *ruach* se manifiesta como un aliento-tierra —*earth-breath*— que anima y vincula a todos los seres vivos en una unidad relacional indisoluble (Beringer, 2015, p. 43). Esta etimología vincula la vida con la respiración física y atmosférica, sugiriendo que la espiritualidad es un fenómeno de con-spiración —*con-spiring*—, es decir, un acto de respirar junto con el espíritu que late en los suelos, las maderas, las aguas y las especies (Beringer, 2015, p. 46).

La meditación-presencia —*mindfulness*—, bajo esta luz, deja de ser una técnica de relajación privada para convertirse en una praxis de sanación de la "ilusión de supremacía" humana. Al sentarnos en presencia del mundo natural, practicamos una apertura hacia el "alma del suelo" —*soul to soil*—, desplazando el antropocentrismo imperante hacia una visión relacional en la cual lo divino es tanto inmanente como trascendente (Beringer, 2015, p. 52; Hoff, 2025, p. 118). Esta hermenéutica del aliento nos enseña que el bienestar del sujeto está ligado indisolublemente a la integridad de los sistemas terrestres: no hay salud del alma sin salud del territorio, pues ambos están tejidos por el mismo flujo vital (Beringer, 2015, p. 55; Hoff, 2025, p. 124).

La ecosofía y la identificación óntica

La ecosofía, desarrollada originalmente por Arne Næss, refuerza esta dimensión espiritual al invitar al desarrollo de una "ecosofía T". Este es un sistema personal de valores y un modo de vida que surge de la identificación con el entorno a través de la formulación de "preguntas profundas" —*deep questions*— (Næss, 1973, p. 98; Odini, 2019, p. 64). Dicho esto, Næss sostiene que el proceso de maduración del yo —*self-realization*— implica una expansión de la propia identidad para incluir el florecimiento de lo *no-humano*; así, el daño a un ecosistema se percibe como un daño a uno mismo (Næss, 1973, p. 102; Mickey, 2017, p. 85).

Esta identificación se constituye como una unión con lo viviente, donde el reconocimiento de la interconexión se transforma en una responsabilidad mutua. La meditación-presencia actúa aquí como el puente fenomenológico que permite que la teoría ecosófica deje de ser una abstracción y se encarne en un compromiso cotidiano de cuidado (Mortari, 2022, p. 134; Skolimowski, 1981, p. 74). Es un ejercicio de "vaciamiento ontológico" en el que el sujeto abandona sus preconceptos utilitarios para convertirse en un "corazón noético" que ve y siente la interioridad de las cosas (Esbjörn-Hargens, 2011, p. 218).

La integración de la ecosofía nos lleva a considerar la naturaleza como una "comunidad de sujetos" (Berry, 2009, p. 82). Esta visión subraya que la educación ecológica debe ser una educación del *sentir*e, que cultive el asombro filosófico como un cultivo psicoespiritual ante la alteridad radical del mundo (Mortari, 2022, p. 141). Al meditar en presencia de lo viviente, se aprende a "conocerse a sí mismo" como un microcosmos del universo biológico y espiritual, asumiendo una responsabilidad cosmogénica que busca proteger la riqueza y diversidad de la vida en todas sus formas (Skolimowski, 1981, p. 79; Worster, 1994, p. 312). La ecosofía es, en última instancia, el arte de redescubrir la mirada de comunión que nos devuelve nuestro lugar sagrado dentro del tejido del cosmos (Sartorio, 2024, p. 95; Panikkar, 1993, p. 62).

Resonancia y resistencia en la era de la globalización

El descubrimiento de las interioridades ecológicas enfrenta un obstáculo en la lógica de la aceleración social característica de la modernidad tardía. Hartmut Rosa (2016), en su teoría de la resonancia, sostiene que la sociedad contemporánea está gobernada por un imperativo de crecimiento y aceleración técnica que transmuta el horizonte de lo posible en un muro de exigencias inalcanzables (p. 43). Esta dinámica genera un mundo "mudo" —*stumm*— y frío, donde el sujeto se siente alienado de su propio cuerpo, de sus semejantes y del entorno natural. En este sentido, la aceleración es una estructura de alienación que rompe los hilos de resonancia, esas relaciones vivas y recíprocas, que vinculan al ser con el tejido de lo real (Rosa, 2016, p. 57).

Bajo esta "angustia de la rueda del tiempo" que describe Rosa, el individuo se ve impelido a una actividad constante y febril que le impide ver u oír la profundidad del presente (Rosa, 2016, p. 89). Con la eco-espiritualidad, la naturaleza deja de ser un objeto que debe ser procesado, optimizado y consumido. Hay un renacimiento en las relaciones y una ruptura en el consumo generalizado de la naturaleza; por ende, la eco-espiritualidad evita la "mudez ontológica", en la cual el entorno natural ya no tiene nada que decirnos y nosotros hemos

perdido la capacidad de dejarnos afectar por su alteridad (Rosa, 2016, p. 112; Sartorio, 2024, p. 104). La crisis ecológica es, en este sentido, una crisis de la resonancia espiritual: un colapso de la capacidad humana para entrar en sintonía con los ritmos biológicos y espirituales de la Tierra.

La interrupción como espacio de encuentro

Frente a esta alienación descrita, la meditación-presencia se constituye como un acto de renacimiento ontológico, una "interrupción" —*unterbrechung*— necesaria que abre un espacio para que la resonancia espiritual ocurra (Rosa, 2016, p. 205; Schmitz, 1964, p. 77). Rosa define la resonancia como una relación de afectación mutua donde el sujeto no solo observa el mundo, sino que se deja interpelar por él, experimentando una transformación profunda en su propio ser (Camorrino, 2020, p. 134; Rosa, 2016, p. 218). De esta manera, la interrupción es el gesto fundamental que permite que la consciencia escape de la "atención capturada" por los dispositivos del capital digital y se abra a lo inesperado (Citton, 2014, p. 62; Depraz, 2024, p. 145).

Por su parte, la fenomenología de la sorpresa, desarrollada por Natalie Depraz, aporta una clave esencial en este proceso. La sorpresa actúa como una crisis en el pensamiento que desplaza al *cuerpo-sujeto* más allá de sus prejuicios, abriendo horizontes ecológicos y filosóficos que ya estaban allí, pero que permanecían invisibles bajo el velo de la rutina (Depraz, 2024, p. 151). Este "gesto de retorno" sobre lo vivido permite que la atención pase de la exterioridad objetivante a la interioridad que entra en relación-con, creando una "brecha" en la que el mundo vuelve a ser experimentado como un evento sagrado y autónomo (Depraz, 2014, p. 94). En este espacio de silencio, la naturaleza recobra su estatus de interlocutor vivo y "fuerza anónima" que nos inviste (Rosa, 2016, p. 241; Mickey, 2017, p. 112).

Transformación de la consciencia y el "corazón noético"

La práctica de la atención plena en la naturaleza facilita una "meta-conciencia" de nuestra pertenencia indisoluble a la red de la vida, promoviendo sentimientos de gratitud y asombro (Beringer, 2015, p. 61; Mortari, 2022, p. 165). Estudios cualitativos basados en el análisis fenomenológico interpretativo han demostrado que intervenciones, como los retiros de meditación, permiten una progresión desde el reconocimiento de las "condiciones de soporte" del entorno hacia cambios profundos en la identidad ecológica del individuo (Willmore, 2025, p. 88; Hansen, 2025, p. 43). Los participantes reportan una transición desde una visión dominadora hacia una postura de receptividad, donde el bienestar físico y psicológico brota de la sintonía con los sistemas terrestres (Falke, 2025, p. 112; Willmore, 2025, p. 94).

Esta praxis es fundamental para superar el silenciamiento de la naturaleza y despertar, lo que algunos autores denominan, el "corazón noético": el ojo del alma capaz de percibir la interioridad de lo viviente (Smith, 2012, p. 135; Mickey, 2017, p. 128). Al meditar en presencia de lo *no-humano*, el sujeto trasciende su identidad egocéntrica para habitar una identidad "mundocéntrica" que acepta la responsabilidad plena por el bienestar de la comunidad (Mickey, 2017, p. 134; Esbjörn-Hargens, 2011, p. 242). El descubrimiento de las interioridades ecológicas es una metamorfosis *Ek-sistencial* que nos permite habitar el presente como un "microcosmos" del universo sagrado, sanando la herida de la separación y reconstruyendo el hogar común en una Tierra vibrante y resonante (Rosa, 2016, p. 352; Willmore, 2025, p. 101).

Fenomenología de las atmósferas y el sentido del lugar

La dimensión sensible de la eco-espiritualidad, que se nutre de la carne y la resonancia analizadas, encuentra su expresión más depurada en la noción de atmósfera. Gernot Böhme ha desarrollado una fenomenología del espacio que desplaza el interés desde la geometría hacia las cualidades afectivas del

entorno. Bajo este prisma, las atmósferas se definen como el *zwischen* —el entre-dos—, una realidad ontológica que habita entre las propiedades objetivas de las cosas y el estado de ánimo —*befinden*— del sujeto (Böhme, 1995, p. 34; Sartorio, 2024, p. 112). En la experiencia eco-espiritual, la atmósfera consiste en una manifestación de la interioridad de la naturaleza que nos envuelve, nos invade y nos afecta sinestésicamente a través de la luz, el sonido y la quietud (Böhme, 1995, p. 42; Sundman, 2025, p. 78).

Böhme, inspirado en la fenomenología del cuerpo de Hermann Schmitz, sostiene que las atmósferas son "sentimientos *quasi-objetivos*" que se extienden espacialmente como poderes patéticos determinados (Schmitz, 1964, p. 102; Böhme, 1995, p. 48). Al practicar la meditación-presencia en un bosque, por ejemplo, el sujeto no solo ve árboles, sino que es investido por la "presencia sensorial" de la humedad, la penumbra y el silencio poético que emana del lugar (Böhme, 1989, p. 65; Saint Aubert, 2021, p. 143). Esta sensibilidad atmosférica permite captar las "radiaciones" de lo viviente que escapan a la medición instrumental, revelando que el entorno natural es un campo de fuerzas afectivas que reclaman una respuesta ética y espiritual (Böhme, 1995, p. 53; Schmitz, 1964, p. 115).

Este enfoque afectivo permite recuperar el concepto de *heimat* —hogar o patria— desde una perspectiva ecológica despojada de cualquier tinte nacionalista. *Heimat* representa el lugar donde el ser humano se siente en casa porque ha establecido una relación de cuidado, atención y resonancia con el suelo (Böhme, 1989, p. 112; Berque, 2000, p. 45). Mientras que la modernidad técnica ha convertido la tierra en un *globus*, un cuerpo homogéneo, esférico y matemáticamente calculable. La fenomenología reclama el retorno a la Tierra como *arche-originaire*, el suelo firme e inconmovible que sostiene nuestra *Ek-sistencia* y que nos ofrece un arraigo espiritual (Husserl, 1934, p. 27; Böhme, 1989, p. 118).

La crisis de la globalización, demasiado objetivista, ha generado una *bodenlosigkeit* —falta de suelo—, en la cual el mundo se percibe como un no-lugar o una gasolinera para el consumo humano (Husserl, 1934, p. 31; Clingerman, 2025, p. 89). La eco-espiritualidad encarnada propone una *re-habitación* del mundo, reconociendo la "sacralidad del lugar" como la vivencia de una "cosmicidad íntima" que vincula la casa con el cosmos (Bachelard, 1957, p. 43; Clingerman, 2025, p. 94). En este sentido, hacerse un hogar en el mundo implica una "pasividad sabia" —*wise passiveness*—: una apertura que permite que el lugar nos hable y nos transforme, superando la arrogancia que nos separa de la comunidad de la Tierra (Clingerman, 2025, p. 102; Falke, 2025, p. 67).

Estética del asombro y *eco-bildung*

La estética de la naturaleza sugiere que el disfrute de lo natural es una forma de experiencia espiritual que nos conecta con nuestra propia finitud y con la ritmicidad del cosmos (Böhme, 1989, p. 143; Brown & Toadvine, 2003, p. 124). Al contemplar un paisaje salvaje o un jardín, participamos en una comunicación que trasciende el lenguaje verbal y las categorías de las ciencias naturales, entrando en lo que Tetsurō Watsuji (1961) denominó el *fūdo* o "medio cultural-ecológico" (p. 55; Böhme, 1989, p. 152). Esta relación es "uso y necesidad" recíproca —*ge-brauchen*—, en la que el *ser-humano* descubre que es necesitado por la Tierra para que su belleza sea atestiguada (Heidegger, 2001, p. 164).

La meditación en estos espacios fomenta un sentido de maravilla que es clave para una educación ecológica profunda o *eco-bildung* (Hansen, 2025, p. 52). No se trata de una instrucción técnica sobre el medio ambiente, sino de cultivar una disposición al asombro ante la alteridad de lo viviente, permitiendo que la naturaleza sea el libro en el que aprendemos a leer nuestro propio destino espiritual (Mortari, 2022, p. 154; Hansen, 2025, p. 58). A través de este "gusto por lo infinito" que se halla en la finitud de lo local, el sujeto redescubre su per-

tenencia a la "comunidad biótica" y asume un compromiso de custodia hacia la integridad de todos los seres (Berry, 2009, p. 74; Leopold, 1949, p. 204).

La interioridad ecológica y la comunidad de sujetos

El descubrimiento de las interioridades ecológicas, como se ha articulado, alcanza su máxima densidad ontológica en el legado del geólogo y teólogo Thomas Berry. Para Berry (2009), la crisis planetaria no se reduce a un problema de gestión de recursos; es más una ceguera espiritual ante la cualidad del universo: el cosmos constituye una comunión de sujetos dotados de una profundidad intrínseca (p. 14). Esta perspectiva desplaza el paradigma del antropocentrismo tiránico para proponer una estructura de pertenencia en la que cada ser vivo, desde el microorganismo hasta las formaciones geológicas, posee una dimensión interior, una subjetividad propia que exige respeto, reverencia y reconocimiento (Berry, 2009, p. 19).

Bajo esta premisa, la interioridad ecológica se manifiesta como un centro de espontaneidad y autoorganización que la ciencia positivista ha intentado silenciar al tratar la materia como algo inerte y puramente mecánico (Berry, 2009, p. 23). Al practicar la meditación-presencia, el sujeto accede a una percepción de "interioridad a interioridad", donde la salud humana deja de ser una categoría aislada para entenderse como un subsector de la salud integral y el bienestar de la Tierra (Esbjörn-Hargens, 2011, p. 231; Willmore, 2025, p. 114). Esta eco-espiritualidad requiere que reconozcamos que no existe un 'yo' separado del 'nosotros'; nuestra integridad biológica y psíquica depende de la vitalidad del tejido biótico que nos sostiene (Esbjörn-Hargens, 2011, p. 238; Mortari, 2022, p. 175).

Desde esta perspectiva, una espiritualidad encarnada asume lo que también Berry denomina "responsabilidad cosmogénica": nuestra función en el proceso evolutivo consiste en ser el lugar donde el universo adquiere conciencia de su propia belleza, complejidad y misterio (Esbjörn-Hargens, 2011, p. 142;

Berry, 2009, p. 45). Así, la meditación se convierte en una práctica de "vaciamiento ontológico", un ejercicio de *kenosis* en el cual el sujeto abandona sus preconceptos de dominio para permitir que la voz del mundo resuene en su conciencia (Wood, 2001, p. 54; Leopold, 1949, p. 210). Este vaciamiento no es una pérdida de identidad, más bien es una expansión del sí mismo hacia una identidad "mundocéntrica" que acepta la interconexión radical con lo no humano (Esbjörn-Hargens, 2011, p. 251).

Atención, vigilancia y el cuerpo como interfaz

La meditación-presencia como praxis es el eje central del descubrimiento de las interioridades ecológicas, por lo que requiere una fenomenología de la atención que considere la multimodalidad de la consciencia y su raigambre carnal. Natalie Depraz (2014) propone que la atención es una dinámica integrativa que modula diversas fuentes de percepción y registros de acción (p. 102). Este dinamismo explica por qué la atención "no puede quedarse quieta": su función consiste precisamente en actuar como una *chambre de résonance* —cámara de resonancia— selectiva que vincula los estímulos externos con los movimientos afectivos internos (Depraz, 2014, p. 108).

En el contexto de la espiritualidad encarnada, la vigilancia fenomenológica permite que el sujeto realice un "gesto de retorno" —*geste de retour*— sobre su propio vivido. Este gesto implica un cambio de dirección de la atención: un movimiento que se distancia del espectáculo superficial del mundo para realizar un giro hacia la interioridad relacional (Depraz, 2014, p. 115; Varela *et al*., 1991, p. 84). Esta coordinación plena entre mente-cuerpo es lo que permite superar la disociación habitual de la modernidad tardía, en la que el pensamiento divaga mientras el cuerpo habita el espacio de forma mecánica (Varela *et al*., 1991, p. 91). Al meditar en presencia de lo viviente, el sujeto habita su cuerpo como una interfaz fundamental al mundo, permitiendo que la percepción sea el fondo sobre el cual se destacan todos los actos de conocimiento (Merleau-Ponty, 1945, p. 241; Depraz, 2024, p. 162).

La fenomenología de la sorpresa y la *epojé* ecológica

La atención plena requiere lo que Depraz denomina un "*ethos* del sujeto reductivo", una actitud que nace de la práctica constante de la *epojé* o reducción fenomenológica (Depraz, 2014, p. 124; Berra, 2022, p. 55). Este ejercicio se vive como una "*epojé incarnata*" (Berra, 2022, p. 61). Por lo que, al sumergirse en la naturaleza, el sujeto se expone a lo que Natalie Depraz (2024) llama la "sorpresa" (p. 171), un evento que actúa como una crisis en el pensamiento y desplaza al ser más allá de sus prejuicios utilitarios. De esta manera, la sorpresa ejerce una *emprise* sobre el sujeto, rompiendo la absorción rutinaria y abriendo una brecha en la que el mundo vuelve a ser experimentado en su alteridad real y su profundidad sagrada (Depraz, 2024, p. 178).

Este proceso de atención y vigilancia se asemeja al doble evento descrito en la fenomenología alemana: algo me golpea —*etwas fällt mir auf*— y yo presto atención —*ich merke auf*— (Depraz, 2014, p. 132; Rosa, 2016, p. 245). En la eco-espiritualidad, este prestar-atención representa una respuesta creativa y responsable al don de la naturaleza. Así, el cuerpo vivido actúa como el lugar de porosidad donde la naturaleza se da y se recibe simultáneamente (Merleau-Ponty, 1964, p. 208).

Conclusiones

La exploración de la eco-espiritualidad encarnada permite concluir que la crisis ecológica contemporánea es una crisis de percepción y presencia. La fragmentación del sujeto moderno solo puede sanarse mediante un retorno al mundo-de-la-vida a través de una conciencia encarnada. La fenomenología de la carne nos ha proporcionado el fundamento ontológico para comprender que nuestro cuerpo es el lugar donde la naturaleza se siente a sí misma (Merleau-Ponty, 1964, p. 215; Décarie-Daigneault, 2022, p. 134).

La ecosofía y la hermenéutica del *ruach* demuestran que la materia está impregnada de un aliento vital que vincula lo humano y lo sagrado (Beringer, 2015, p. 82; Panikkar, 1993, p. 135). A su vez, la práctica de la meditación-presencia —*mindfulness*— permite transmutar la visión dominadora en una actitud de resonancia, interrumpiendo la aceleración social para permitir que el mundo vuelva a hablarnos (Rosa, 2016, p. 312; Schmitz, 1964, p. 154). Por último, al redescubrir las interioridades ecológicas, recuperamos nuestro lugar en un cosmos sagrado. Somos aliento de la tierra y carne del mundo; en ese reconocimiento reside nuestra verdadera paz y nuestra responsabilidad más sagrada ante las generaciones por venir.

Referencias

Aarø, A. F. (2010). Merleau-Ponty's concept of nature and the ontology of flesh. *Biosemiotics*, *3*(3), 331-345. https://doi.org/10.1007/s12304-010-9080-2

Bachelard, G. (1957). *La poétique de l'espace*. Presses Universitaires de France.

Barbaras, R. (2000). Merleau-Ponty et la nature. *Chiasmi International*, *2*, 40-62. https://doi.org/10.5840/chiasmi200029

Beringer, A. (2015). Ecospirituality and the healing of human separateness. *Religions*, *6*, 1405-1415.

Berque, A. (2000). *Écoumène: Introduction à l'étude des milieux humains*. Belin.

Berra, M. (2022). *Epoché incarnata e fenomenologia corporale*. Edizioni Universitarie.

Berry, T. (2009). *The sacred universe: Earth, spirituality, and religion in the 21st century*. Columbia University Press.

Böhme, G. (1989). *Für eine ökologische Naturästhetik*. Suhrkamp.

Böhme, G. (1995). *Atmosphäre: Essays zur neuen Ästhetik*. Suhrkamp.

Brown, C. S., & Toadvine, T. (Eds.). (2003). *Eco-phenomenology: Back to the earth itself*. SUNY Press. https://doi.org/10.1353/book4634

Camorrino, A. (2020). Ecospiritualità. Il 'reincanto' della natura nella società contemporanea. *Religioni e Società*, *96*(1), 86-95.

Clingerman, F. (2025). A 'taste for the infinite': Passivity as a lens to interpret place. En M. Heneise, C. Falke, E. Dahl, A. Sundman & E. Lia (Eds.), *The Routledge Handbook of Eco-Phenomenology*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781003538097-12

Citton, Y. (2014). *Pour une écologie de l'attention*. Seuil.

Danon, M. (2002). *Ecopsicologia: Come sviluppare una relazione consapevole con la terra*. Apogeo.

de Saint Aubert, E. (2021). *Vers une ontologie de la chair*. Vrin.

Décarie-Daigneault, B. (2022). *Merleau-Ponty et la phénoménologie de la nature* [tesis de doctorado, Universidad Laval]. Repositorio Institucional UL. https://hdl.handle.net/20.500.11794/102227

Depraz, N. (2014). *Attention et vigilance*. Puf.

Depraz, N. (2024). *La surprise: Crise dans la pensée*. Hermann.

Dufourcq, A. (2022). *La dimension imaginaire du réel dans la philosophie de Merleau-Ponty*. Springer.

Esbjörn-Hargens, S. (2011). Ecological interiority. En E. Laszlo & A. Combs (Eds.), *Thomas Berry, dreamer of the earth*. Inner Traditions.

Falke, C. (2025). Wise passiveness. En M. Heneise, C. Falke, E. Dahl, A. Sundman & E. Lia (Eds.), *The Routledge Handbook of Eco-Phenomenology*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781003538097-28

Hansen, F. T. (2025). The sense of wonder as key to Eco-Bildung. En M. Heneise, C. Falke, E. Dahl, A. Sundman & E. Lia (Eds.), *The Routledge Handbook of Eco-Phenomenology*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781003538097-19

Heidegger, M. (2001). *Sein und Zeit*. Max Niemeyer.

Hoff, J. (2025). Praktiken des Lobpreises (doxazein). *Kritik, ökologische Spiritualität und Samenkorn-Theologie*, *41*(2), 115-129.

Husserl, E. (1934). *La terre ne se meut pas*. Minuit.

Kūle, M. (2018). Eco-phenomenology: Philosophical sources and main concepts. En W. Smith, J. Smith & D. Verducci (Eds.), *Eco-Phenomenology*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-77516-6_5

Leopold, A. (1949). *A sand county almanac*. Oxford University Press.

Mazis, G. A. (2016). *Merleau-Ponty and the face of the world*. suny Press. https://doi.org/10.1515/9781438462325

Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Gallimard.

Merleau-Ponty, M. (1964). *Le visible et l'invisible*. Gallimard.

Mickey, S. (2017). For an emerging earth community. En S. Mickey, S. Kelly & A. Robbert (Eds.), *The Variety of Integral Ecologies*. SUNY Press. https://doi.org/10.1515/9781438465296-005

Mortari, L. (2022). *Sentire e pensare la natura*. FrancoAngeli.

Næss, A. (1973). The shallow and the deep, long-range ecology movement. *Inquiry*, *16*(1-4), 95-100. https://doi.org/10.1080/00201747308601682

Odini, L. (2019). *Deep ecology e educazione: La proposta di Arne Næss*. Mimesis.

Panikkar, R. (1993). *Ecosofia: La nuova saggezza*. Cittadella.

Pasqualetti, F. (2024). *Ecologia, digitale, spiritualità*. Castelvecchi.

Rosa, H. (2016). *Resonanz: Eine Soziologie der Weltbeziehung*. Suhrkamp.

Sartorio, M. (2024). *Estetica e spiritualità della terra*. Mimesis.

Schmitz, H. (1964). *System der Philosophie*. Bouvier.

Skolimowski, H. (1981). *Eco-philosophy*. Marion Boyars.

Smith, J. (2012). *The noetic heart and ecological consciousness*. Academic Press.

Sundman, R. (2025). Atmospheric spaces in the natural landscape. En M. Heneise, C. Falke, E. Dahl, A. Sundman & E. Lia (Eds.), *The Routledge Handbook of Eco-Phenomenology*. Routledge.

Toadvine, T. (2009). *Merleau-Ponty's philosophy of nature*. Northwestern University Press. https://doi.org/10.2307/j.ctv43vs1w

Varela, F., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). *De cuerpo presente*. Gedisa.

Verducci, D. (2018). The World Phenomenology Institute's Eco-Phenomenology. En W. Smith, J. Smitth & D. Verducci (Eds.), *Eco-Phenomenology*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-77516-6_2

Watsuji, T. (1961). *Fūdo: Kaze to tsuchi*. Iwanami Shoten.

Willmore, M. W. (2025). *More than mindfulness* [tesis de doctorado, Antioch University]. Repositorio Institucional AU. https://aura.antioch.edu/etds/974/

Wood, D. (2001). *The step back: Ethics and politics after deconstruction*. suny Press.

Worster, D. (1994). *Nature's economy*. Cambridge University Press.