

20 DOCUMENTALES PARA PROFUNDIZAR EN LA ESPIRITUALIDAD Y SU SIGNIFICADO

Joan-Andreu Rocha Scarpetta – Máster en Espiritualidad Transcultural

Instituto Universitario Vidal i Barraquer de la Universidad Ramon Llull¹

Sin duda la espiritualidad constituye hoy uno de los campos de estudio más dinámicos de las ciencias humanas, sociales y de la salud. Este desarrollo ha permitido ampliar notablemente la comprensión de la espiritualidad, entendiéndola como una dimensión profundamente humana que puede expresarse tanto en contextos religiosos como seculares y que desempeña un papel relevante en la construcción del sentido de la vida, la identidad personal, la resiliencia, la salud mental, la creatividad, las relaciones humanas y el compromiso con la sociedad.

En este contexto, el lenguaje audiovisual se ha convertido en una herramienta valiosa para la divulgación y el estudio de la espiritualidad. Los documentales, las conferencias y las series especializadas permiten acercar al público algunas de las investigaciones más relevantes desarrolladas en universidades, centros de investigación y organismos internacionales, al tiempo que muestran experiencias, testimonios y prácticas espirituales procedentes de culturas y tradiciones muy diversas. Su capacidad para integrar imágenes, relatos, entrevistas y evidencias científicas facilita la comprensión de cuestiones complejas y favorece un diálogo interdisciplinar que difícilmente podría alcanzarse mediante una única disciplina o una única perspectiva cultural.

La presente selección constituye un repertorio comentado de recursos audiovisuales elaborado como material de apoyo del Máster de Formación Permanente en Espiritualidad Transcultural del Instituto Universitario de Salud Mental Vidal i Barraquer de la Universidad Ramon Llull. No pretende ofrecer un catálogo exhaustivo de los documentales existentes ni establecer una interpretación única de la espiritualidad. Muy al contrario, reúne producciones audiovisuales de naturaleza diversa —documentales, conferencias académicas, mesas redondas y programas de divulgación científica— que reflejan la pluralidad de enfoques con los que actualmente se estudia la espiritualidad en el ámbito internacional. Algunas obras adoptan una perspectiva filosófica; otras se sitúan en el terreno de las neurociencias, la psicología o la medicina; otras exploran la espiritualidad desde la antropología, la historia de las religiones, la sociología, la física, la educación o los estudios culturales. Precisamente esta diversidad constituye uno de los principales valores de la selección.

El Máster en Espiritualidad Transcultural comparte esta misma vocación interdisciplinar. Su propuesta académica parte de la convicción de que la espiritualidad constituye una realidad compleja que no puede comprenderse adecuadamente desde una única disciplina ni desde una única tradición cultural o religiosa. Por ello, el programa integra las aportaciones de la filosofía, la fenomenología, la antropología, la psicología, la psiquiatría, las neurociencias, las ciencias de la religión y las ciencias de la salud, promoviendo un diálogo permanente entre las evidencias científicas, la reflexión humanística y la diversidad de experiencias espirituales presentes en el mundo contemporáneo. Este enfoque permite estudiar la espiritualidad con rigor

¹ El Instituto Universitario de Salud Mental Vidal i Barraquer de la Universidad Ramon Llull es un centro especializado en formación e investigación en salud mental y espiritualidad. Forma parte tanto de la Universidad Ramon Llull como de la Fundació Vidal i Barraquer, entidad dedicada a la atención en salud mental que acompaña a más de 10.000 personas cada año. El Instituto combina el ámbito académico con una amplia experiencia en intervención en el campo de la salud mental. Esto le permite ofrecer una formación de gran calidad académica con una sólida base práctica.

académico, apertura intelectual y sensibilidad hacia la pluralidad cultural y religiosa que caracteriza nuestras sociedades.

Las fichas que siguen pretenden facilitar al lector una primera orientación para el visionado de cada recurso audiovisual. En ellas se ofrece información sobre el contenido, los ámbitos del conocimiento implicados, el contexto de producción y las principales aportaciones de cada obra al estudio de la espiritualidad. En algunos casos se incluyen también observaciones metodológicas que ayudan a contextualizar el formato del audiovisual —documental, conferencia o programa divulgativo— y a comprender mejor el enfoque desde el que aborda la temática tratada. El propósito final no es sustituir la lectura de la bibliografía especializada, sino complementarla mediante materiales audiovisuales de calidad que estimulen la reflexión crítica, el diálogo interdisciplinar y una comprensión más amplia de la condición espiritual del ser humano.

Los documentales recomendados en este documento didáctico no definen las convicciones académicas del Instituto Universitario Vidal i Barraquer de la Universidad Ramon Llull. Se trata de producciones audiovisuales independientes que afrontan, de forma divulgativa o académica, la realidad de la espiritualidad humana desde diferentes puntos de vista y que se recogen aquí con el objeto de dar a conocer los debates existentes sobre la condición espiritual del ser humano a partir de producciones audiovisuales diversas.

Una nota final para los lectores hispanohablantes: si bien buena parte de los documentales recomendados están en otros idiomas, en la mayoría de los casos es posible activar los subtítulos en español accediendo a la sección de «Ajustes» de cada vídeo.

Confiamos que este recurso resulte útil no sólo para promover una mejor comprensión de los múltiples significados e implicaciones de la espiritualidad en nuestro tiempo, sino también para captar la diversidad de campos de conocimiento vinculados al estudio de la espiritualidad.

[1] Inteligencia espiritual

Idioma: Castellano.

Duración: 3 horas y 17 minutos.

Entidad productora o canal: Instituto Universitario de Salud Mental Vidal i Barraquer de la Universidad Ramon Llull. Conferencia impartida por Francesc Torralba. El vídeo recoge una conferencia extensa, vinculada al acto inaugural del Máster en Espiritualidad Transcultural del curso 2025-2026.

Enlace de acceso libre:

<https://www.youtube.com/watch?v=8oWvotmfzOs>

Ámbitos del conocimiento: Filosofía, antropología filosófica, psicología, educación, espiritualidad, inteligencia espiritual y búsqueda de sentido.

Resumen: En esta conferencia, el filósofo Francesc Torralba presenta una aproximación sistemática al concepto de inteligencia espiritual, entendida como una capacidad específicamente humana que permite trascender lo inmediato, interrogarse por el sentido de la existencia y orientar la propia vida de acuerdo con valores, finalidades y convicciones profundas. La exposición comienza con una clarificación del significado de los términos «inteligencia» y «espiritualidad», conscientes ambos de la diversidad de interpretaciones y reacciones que suscitan en la sociedad contemporánea. A partir de esta base, la inteligencia espiritual es presentada no como una facultad reservada a las personas religiosas ni como la adhesión a una tradición confesional concreta, sino como una potencialidad

universal del ser humano. Esta inteligencia permite formular las grandes preguntas acerca del sentido, el propósito, el sufrimiento, la muerte, la libertad, la belleza y la trascendencia. En este aspecto, puede manifestarse tanto en personas vinculadas a una religión como en personas agnósticas, laicas o alejadas de cualquier institución religiosa. Hay que remarcar que este audiovisual no es un documental narrativo, sino la grabación íntegra de una conferencia académica impartida en el contexto de la inauguración del Máster de Formación Permanente en Espiritualidad Transcultural del Instituto Universitario de Salud Mental Vidal i Barraquer de la Universidad Ramon Llull.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque ofrece una exposición clara, estructurada y conceptualmente sólida de la inteligencia espiritual, diferenciándola tanto de la inteligencia meramente instrumental como de la pertenencia religiosa. Resulta especialmente útil para comprender la espiritualidad como una dimensión humana universal relacionada con la búsqueda de sentido, la capacidad de asombro, la interioridad, el discernimiento y la transformación de la propia vida. Además, proporciona criterios y prácticas concretas para pensar cómo puede cultivarse esta inteligencia en los ámbitos personal, educativo, profesional y social.

[2] **The Search for God** [La búsqueda de Dios]

Idioma: Inglés.

Duración: 57 minutos 38 segundos.

Entidad productora o canal: *Global Spirit*, Link TV / American Public Television / PBS.

Enlace de acceso libre:

<https://www.pbs.org/video/the-search-for-god-az1kUT/>

Ámbitos del conocimiento: Filosofía de la religión, teología comparada, estudios religiosos, antropología, espiritualidad transcultural.

Resumen: Este documental reúne a destacados especialistas y representantes de distintas tradiciones espirituales para explorar una de las preguntas más antiguas de la humanidad: ¿qué significa realmente hablar de Dios? A través del diálogo entre el filósofo Jacob Needleman, el maestro sufí Pir Zia Inayat-Khan y otros invitados, el documental muestra cómo las diferentes culturas y religiones han entendido la realidad última de maneras diversas. Se comparan concepciones teístas, místicas y no teístas, prestando especial atención a la diferencia entre la formulación intelectual de una creencia y la experiencia espiritual que puede encontrarse en su origen. El documental insiste en que la espiritualidad no puede reducirse a la aceptación de determinadas doctrinas, sino que implica una transformación de la percepción y de la vida cotidiana. Asimismo, invita a reflexionar sobre el lenguaje simbólico utilizado por las religiones para expresar aquello que trasciende toda definición conceptual. **¿Por qué merece la pena verlo?** Porque constituye una buena introducción al pluralismo religioso y a la diversidad de formas de comprender la trascendencia desde una perspectiva comparada y rigurosa.

[3] **Why Believe in God?** [¿Porqué creer en Dios?]

Idioma: Inglés.

Duración: 54 minutos.

Entidad productora o canal: Closer To Truth Foundation. Presentado por Robert Lawrence Kuhn.

Enlace de acceso libre:

https://www.youtube.com/watch?v=UFJ_Yeb_2RY&list=PL3ORAv-0lkxGHd-rnR2ISpgS4dAxV1k87&index=3

Ámbitos del conocimiento: Filosofía, metafísica, filosofía de la religión, cosmología, teología, ciencia y espiritualidad.

Resumen: Este episodio de la prestigiosa serie *Closer To Truth* reúne entrevistas con algunos de los filósofos, científicos y teólogos más reconocidos internacionalmente para analizar las razones que pueden llevar a una persona a creer o no creer en Dios. Las conversaciones examinan argumentos clásicos —como el cosmológico, el moral o el teleológico— junto con objeciones provenientes del naturalismo, la filosofía analítica y las ciencias contemporáneas. Más que defender una posición concreta, el documental presenta el debate intelectual en toda su complejidad, mostrando que la cuestión de Dios continúa siendo una de las grandes preguntas abiertas de la filosofía. También reflexiona sobre la relación entre fe, razón, experiencia religiosa y búsqueda de sentido, permitiendo distinguir claramente entre las dimensiones filosóficas, teológicas y existenciales de la espiritualidad. **¿Por qué merece la pena verlo?** Porque constituye uno de los mejores recursos audiovisuales para introducir el debate filosófico contemporáneo sobre la existencia de Dios y sus implicaciones para la espiritualidad.

[4] **Espiritualidad naturalizada**

Idioma: Español.

Duración: 1 hora y 26 minutos.

Entidad productora o canal: Grupo Ciencia, Razón y Fe (CRYF), Universidad de Navarra. Conferencia impartida por Camino Cañón Loyes, Cátedra de Ciencia, Tecnología y Religión de la Universidad Pontificia Comillas.

Enlace de acceso libre:

<https://www.youtube.com/watch?v=9tEEglVqrUo>

Ámbitos del conocimiento: Filosofía de la religión, ciencias cognitivas de la religión, antropología filosófica, psicología, espiritualidad contemporánea, secularización, ciencia y religión.

Resumen: En esta conferencia, la filósofa Camino Cañón Loyes analiza uno de los fenómenos más significativos de la cultura contemporánea: la progresiva desvinculación entre espiritualidad y religión y la aparición de propuestas que interpretan la espiritualidad como una dimensión plenamente natural del ser humano. La ponente parte de la constatación de que, en las sociedades tecnocientíficas occidentales, cada vez más personas se consideran espirituales sin identificarse con una tradición religiosa concreta. Este desplazamiento obliga a revisar los conceptos clásicos de religión, experiencia religiosa y espiritualidad, así como las categorías con las que las ciencias humanas y las ciencias de la naturaleza estudian estos fenómenos. El audiovisual corresponde a la grabación de un seminario-coloquio organizado por el Grupo Ciencia, Razón y Fe de la Universidad de Navarra y celebrado en Pamplona el 16 de diciembre de 2014. Por lo tanto no se trata de un documental, sino de una conferencia académica dirigida principalmente a un público universitario interesado en el diálogo entre ciencia, filosofía y religión.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque constituye una de las exposiciones más rigurosas realizadas en lengua española sobre el concepto de «espiritualidad naturalizada», una noción que ocupa un lugar central en el estudio contemporáneo de la espiritualidad desde perspectivas filosóficas, psicológicas y científicas.

[5] Les étonnantes vertus de la méditation [Las sorprendentes virtudes de la meditación]

Idioma: Francés.

Duración: 52 minutos.

Entidad productora o canal: ARTE France.

Enlace de acceso libre:

https://www.youtube.com/results?search_query=Les+%C3%A9tonnantes+vertus+de+la+m%C3%A9ditation

Ámbitos del conocimiento: Neurociencias, medicina, psicología clínica, salud, meditación y espiritualidad.

Resumen: Este documental analiza los avances científicos más recientes sobre la meditación y sus efectos sobre el cerebro, la regulación emocional y el bienestar físico. Investigadores de prestigio internacional presentan estudios realizados mediante resonancia magnética funcional, electroencefalografía y otras técnicas de neuroimagen que muestran cambios asociados a la práctica meditativa. Paralelamente, la película explica cómo determinadas prácticas contemplativas procedentes del budismo han sido adaptadas a contextos clínicos y educativos occidentales. El documental mantiene una actitud crítica, distinguiendo cuidadosamente entre los resultados científicamente demostrados y las afirmaciones exageradas que a menudo acompañan la popularización comercial de la meditación.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque constituye uno de los documentales europeos más rigurosos sobre la investigación científica contemporánea en torno a la meditación.

[6] La foi, source de bien-être [La fe, fuente de bienestar]

Idioma: Francés.

Duración: 52 minutos.

Entidad productora o canal: ARTE.

Enlace de acceso libre:

https://www.youtube.com/watch?v=Z6c_2L-TQrM

Ámbitos del conocimiento: Psicología de la religión, salud mental, neurociencias, sociología, medicina y espiritualidad.

Resumen: Este documental explora la creciente investigación científica sobre la relación entre la fe, la espiritualidad y el bienestar psicológico. A partir de entrevistas con médicos, psicólogos, neurocientíficos y sociólogos, examina de qué manera las creencias religiosas y determinadas prácticas espirituales pueden influir sobre la resiliencia, la esperanza, el afrontamiento del sufrimiento, las relaciones sociales y la salud. También analiza críticamente los límites metodológicos de este tipo de investigaciones, evitando interpretar automáticamente cualquier correlación como una relación causal. La película muestra cómo la espiritualidad constituye un objeto de estudio cada vez más importante para la medicina y las ciencias de la salud.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque ofrece una excelente síntesis de uno de los campos de investigación que más ha crecido durante las últimas décadas: las relaciones entre espiritualidad y salud.

[7] Sois naturel avec le surnaturel ! [Se natural con lo sobrenatural]

Idioma: Francés.

Duración: 55 minutos.

Entidad productora o canal: ARTE.

Enlace de acceso libre:

<https://www.youtube.com/watch?v=rs0OAYeynD8>

Ámbitos del conocimiento: Antropología, sociología, psicología, cultura contemporánea, religiosidad popular y espiritualidad.

Resumen: Este documental investiga por qué, incluso en sociedades altamente secularizadas, continúa existiendo un notable interés por fenómenos considerados sobrenaturales. A través de entrevistas con antropólogos, sociólogos, psicólogos y especialistas en religiones, examina prácticas como la astrología, la comunicación con los muertos, las experiencias paranormales, los rituales de sanación y diversas formas de espiritualidad alternativa. El documental evita ridiculizar estas prácticas y trata de comprender las necesidades humanas —sentido, esperanza, control, pertenencia y trascendencia— que ayudan a explicar su persistencia. Asimismo, analiza el papel de los medios de comunicación y de la cultura popular en la difusión contemporánea de estas creencias.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque constituye una buena introducción antropológica a la persistencia de las creencias sobrenaturales en las sociedades modernas.

[8] The Art of Living and Dying [El arte de vivir y morir]

Idioma: Inglés.

Duración: 57 minutos.

Entidad productora o canal: *Global Spirit*, Link TV / American Public Television / PBS.

Enlace de acceso libre:

<https://www.pbs.org/video/the-art-of-living-and-dying-QLjiGJ/>

Ámbitos del conocimiento: Tanatología, filosofía, psicología, budismo, cuidados paliativos y espiritualidad.

Resumen: Este documental aborda una de las cuestiones más universales de la existencia humana: cómo afrontar la muerte y qué significa aprender a morir. Reúne las reflexiones de maestros budistas, filósofos, especialistas en cuidados paliativos, psicólogos y pensadores de diferentes tradiciones culturales para mostrar que la preparación para la muerte constituye también una preparación para vivir con mayor profundidad. La película analiza conceptos como la impermanencia, el apego, el duelo, la compasión y la aceptación de la vulnerabilidad humana. Más allá de las diferencias religiosas, propone que la conciencia de la propia finitud puede convertirse en una fuente privilegiada de sabiduría y transformación personal.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque ofrece una aproximación válida y sustentada al diálogo entre espiritualidad, psicología existencial y acompañamiento al final de la vida.

[9] Redes: La conciencia y el alma

Idioma: Castellano.

Duración: 59 minutos.

Entidad productora o canal: *Redes* - Televisión Española (RTVE). Programa dirigido y presentado por Eduard Punset.

Enlace de acceso libre:

<https://www.rtve.es/play/videos/redes/redes-conciencia-alma/2361230/>

Ámbitos del conocimiento: Filosofía de la mente, neurociencias, psicología cognitiva, conciencia, antropología filosófica y relación entre cerebro y espiritualidad.

Resumen: Este episodio del programa *Redes*, emitido originalmente en el año 2000, está dedicado al misterio de la conciencia y tiene como principal interlocutor al filósofo estadounidense Daniel Dennett, uno de los representantes más influyentes de la aproximación naturalista a la mente. A lo largo del programa se examina cómo puede surgir la experiencia consciente a partir de la actividad cerebral y se cuestiona la concepción tradicional según la cual existiría un centro unitario de la mente —una especie de observador interior— encargado de recibir e interpretar toda la información. Dennett propone comprender la conciencia como el resultado de numerosos procesos cerebrales que actúan simultáneamente y sin necesidad de un núcleo central. Desde esta perspectiva, nociones como el yo, el alma o la identidad personal no designarían necesariamente entidades separadas del organismo, sino construcciones surgidas de la compleja organización del cerebro, de la memoria, del lenguaje y de la interacción con el entorno. El programa permite confrontar las concepciones espiritualistas clásicas del alma con una interpretación materialista y evolucionista de la conciencia.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque introduce de manera clara una de las interpretaciones más influyentes —y también más debatidas— de la conciencia humana, permitiendo reflexionar sobre qué puede significar hablar de «alma» en el contexto de las neurociencias y de la filosofía contemporánea de la mente.

[10] **Redes: El alma está en la red del cerebro**

Idioma: Castellano.

Duración: 27 minutos.

Entidad productora o canal: *Redes* — Televisión Española (RTVE). Programa dirigido y presentado por Eduard Punset.

Enlace de acceso libre:

<https://www.rtve.es/play/videos/redes/redes-alma-esta-red-del-cerebro/1248097/>

Ámbitos del conocimiento: Neurociencias, memoria, psicología cognitiva, filosofía de la mente, identidad personal y conciencia.

Resumen: Este episodio del programa *Redes* presenta las investigaciones del neurocientífico Joaquín Fuster sobre la organización de la memoria y el funcionamiento integrado del cerebro. Frente a los modelos que atribuían las ideas, los recuerdos y los conocimientos a módulos cerebrales relativamente aislados, Fuster sostiene que la memoria emerge de amplias redes neuronales distribuidas por distintas regiones de la corteza cerebral. Los recuerdos no serían objetos almacenados en compartimentos específicos, sino configuraciones dinámicas de conexiones que se reactivan y se modifican mediante la experiencia. El programa explica cómo percepción, memoria, atención, lenguaje y acción se encuentran profundamente interrelacionados, y cómo la identidad personal depende de la continuidad y reorganización de esas redes. El empleo metafórico de la palabra «alma» alude, por tanto, a la unidad dinámica de la persona que surge del entramado cerebral, sin presuponer la existencia de una sustancia espiritual separada. El episodio ofrece así un

punto de partida para reflexionar sobre la relación entre memoria, conciencia, personalidad e identidad. Hay que señalar que el título utiliza el término «alma» en un sentido metafórico y divulgativo. El episodio no investiga directamente la espiritualidad ni pretende resolver filosóficamente la cuestión de la existencia del alma, sino que presenta un modelo neurocientífico de la memoria y de la cognición. RTVE identifica a Joaquín Fuster como el investigador central y fecha la emisión el 29 de enero de 2012.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque ayuda a comprender que la conciencia y la identidad no dependen de una única región cerebral, sino de redes complejas y cambiantes. Esta perspectiva resulta especialmente útil para abordar críticamente las relaciones entre cerebro, yo, memoria y espiritualidad.

[11] Física y espiritualidad

Título publicado en el canal: Una clase magistral sobre física y espiritualidad

Idioma: Castellano.

Duración: 51 minutos.

Entidad productora o canal: El Despertar. Conferencia de David Jou.

Enlace de acceso libre:

https://www.youtube.com/watch?v=5Selpljm_Jo

Ámbitos del conocimiento: Física, cosmología, filosofía de la naturaleza, ciencia y religión, teología de la creación y espiritualidad.

Resumen: En esta conferencia, el físico y poeta David Jou, docente del Máster en Espiritualidad Transcultural del Instituto Universitario de Salud Mental Vidal i Barraquer de la Universidad Ramon Llull, reflexiona sobre las relaciones posibles entre el conocimiento científico, la experiencia de asombro ante el universo y la apertura espiritual. Tomando como punto de partida algunos de los temas desarrollados en su obra *Pensar la creación*, examina cómo la cosmología, la estructura de la materia, la temporalidad, la evolución del universo y la aparición de la vida suscitan preguntas que exceden la descripción estrictamente físico-matemática. Jou distingue entre la explicación científica de los procesos naturales y la interrogación filosófica o espiritual por su sentido último, evitando presentar la física como una demostración directa de la existencia de Dios. La ciencia permite conocer la organización y la evolución del cosmos, mientras que la filosofía y la espiritualidad se preguntan por el significado que el ser humano atribuye a esa realidad. La exposición también subraya el valor del asombro, la belleza, la creatividad y la conciencia de los límites del conocimiento como posibles lugares de encuentro entre ciencia y espiritualidad.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque ofrece un diálogo intelectualmente cuidadoso entre física y espiritualidad, evitando tanto el cientificismo —que pretende reducir todas las preguntas humanas a la ciencia— como la utilización superficial de conceptos físicos para justificar creencias espirituales.

[12] Lo que la física cuántica nos revela sobre la espiritualidad y la realidad

Idioma: Castellano.

Duración: 1 hora y 24 minutos.

Entidad productora o canal: Wake Up / Wake Up Gente Consciente. Intervención de Victoria Fonseca.

Enlace de acceso libre:

https://www.youtube.com/watch?v=QYSM6Q_Vzlg&t=15s

Ámbitos del conocimiento: Física cuántica, filosofía de la realidad, conciencia, espiritualidades contemporáneas y divulgación científica.

Resumen: Este vídeo presenta una interpretación de algunos conceptos de la física cuántica y explora sus posibles resonancias filosóficas y espirituales. La exposición aborda cuestiones como la relación entre observación y realidad, la dualidad onda-partícula, la indeterminación, la interconexión de los sistemas físicos y los límites de la visión mecanicista del universo. A partir de estos elementos, se plantea que la realidad puede ser más compleja, relacional y abierta de lo que sugiere la experiencia cotidiana. El discurso vincula estas ideas con temas habituales de las espiritualidades contemporáneas, como la conciencia, la unidad de la existencia, la transformación interior y la influencia de la percepción sobre la manera de habitar el mundo. Su objetivo principal no es ofrecer una introducción técnica a la mecánica cuántica, sino utilizar determinadas imágenes y conceptos científicos como punto de partida para una reflexión sobre la realidad y la experiencia espiritual. Se trata de una conferencia divulgativa, no de un documental científico producido por una institución académica. Conviene distinguir entre los resultados comprobados de la física cuántica y las interpretaciones filosóficas o espirituales que se construyen a partir de ellos. La física cuántica no demuestra por sí sola afirmaciones sobre el alma, la conciencia cósmica, la intención humana o la trascendencia. El recurso aparece atribuido a Victoria Fonseca y al canal Wake Up.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque permite conocer una forma muy extendida de relacionar la física cuántica con la espiritualidad contemporánea. Resulta especialmente útil para analizar críticamente cómo los conceptos científicos son reinterpretados y trasladados al lenguaje de la búsqueda espiritual.

[13] **The Mindfulness Movement** [El movimiento Mindfulness]

Idioma: Inglés (con subtítulos disponibles en distintas plataformas, entre ellas español en algunas versiones).

Duración: 57 minutos (versión emitida por PBS). Existe también una versión cinematográfica de aproximadamente 100 minutos.

Entidad productora o canal: Interesting Stuff Entertainment. Dirigido por Robert Beemer. Emitido por PBS.

Enlace de acceso libre:

<https://www.pbs.org/video/the-mindfulness-movement-cvc4jh/>

Ámbitos del conocimiento: Psicología, neurociencias, medicina, salud mental, educación, mindfulness, espiritualidad contemporánea y bienestar.

Resumen: Este documental ofrece una amplia panorámica del desarrollo del movimiento mindfulness durante las últimas décadas y analiza cómo una práctica contemplativa de origen budista ha sido progresivamente adaptada e incorporada a contextos seculares como la medicina, la psicología clínica, la educación, el deporte, las empresas, el sistema penitenciario y la atención a veteranos de guerra. A través de entrevistas con algunos de los principales referentes internacionales del mindfulness —entre ellos Jon Kabat-Zinn, Daniel Goleman, Sharon Salzberg, George Mumford, Richard Davidson, Diana Winston, Dan Harris y Deepak Chopra—, la película explica en qué consiste la atención plena, cuáles son sus fundamentos y qué evidencias científicas respaldan sus beneficios para la regulación emocional, la atención, la resiliencia y la reducción del estrés. Hay que señalar que el documental posee un marcado carácter divulgativo y adopta una perspectiva claramente favorable

al movimiento mindfulness. Aunque concede un amplio espacio a investigadores de reconocido prestigio y menciona numerosos estudios científicos, dedica mucha menos atención a los debates existentes sobre la calidad metodológica de algunas investigaciones, la comercialización del mindfulness o las críticas dirigidas al denominado *McMindfulness*.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque constituye una introducción audiovisual bastante completa al fenómeno contemporáneo del mindfulness. Su principal valor reside en mostrar, de manera accesible y bien documentada, cómo una práctica contemplativa nacida en el budismo ha sido reinterpretada e integrada en numerosos ámbitos de la sociedad contemporánea, convirtiéndose en objeto de investigación científica y en herramienta de intervención en salud mental, educación y bienestar.

[14] **What Causes Religious Belief?** [¿Qué causa las creencias religiosas?]

Idioma: Inglés.

Duración: 26 minutos.

Entidad productora o canal: *Closer To Truth*. Presentado por Robert Lawrence Kuhn.

Enlace de acceso libre:

<https://clostotruth.com/video/what-causes-religious-belief/>

Ámbitos del conocimiento: Ciencias cognitivas de la religión, neurociencias, psicología evolutiva, antropología, filosofía de la religión y sociología de las creencias.

Resumen: Este episodio de la serie documental *Close To Truth* examina por qué las creencias religiosas aparecen de manera recurrente en culturas muy diferentes y qué mecanismos naturales podrían contribuir a explicar su difusión y persistencia. A través de entrevistas con especialistas en neurociencias, psicología, antropología, filosofía y estudios cognitivos de la religión, se consideran factores como la tendencia humana a detectar agentes e intenciones, la búsqueda de causas ante acontecimientos inciertos, la transmisión cultural, la memoria, la imaginación, la cohesión comunitaria y la necesidad de afrontar la muerte y la vulnerabilidad. El episodio no presupone que una explicación natural de las creencias religiosas demuestre su verdad o falsedad. Más bien distingue entre dos preguntas diferentes: por qué los seres humanos desarrollan creencias religiosas y si esas creencias se corresponden con alguna realidad trascendente. Esta distinción permite analizar la religión como fenómeno psicológico y cultural sin reducir automáticamente toda experiencia espiritual a un error cognitivo. Recordamos que se trata de un episodio de la serie televisiva y digital *Closer To Truth*, no un largometraje documental independiente. Su estructura consiste en una selección de entrevistas breves articuladas por el presentador. Entre los participantes figuran Colin Blakemore, Thalia Wheatley, Justin Barrett, Bruce Hood, Elizabeth Loftus, Warren Brown, Jared Diamond, J. L. Schellenberg y Stuart Kauffman. La propia plataforma lo sitúa en la temporada 13 y lo vincula con la filosofía de la religión, la fe y las creencias.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque ofrece una introducción plural y rigurosa a las ciencias cognitivas de la religión y permite diferenciar entre la explicación causal de una creencia y la evaluación filosófica de su posible verdad.

[15] **The Believing Brain: Evolution, Neuroscience, and the Spiritual Instinct** [El cerebro creyente: evolución, neurociencia y el instinto espiritual]

Idioma: Inglés.

Duración: 1 hora, 17 minutos.

Entidad productora o canal: World Science Festival.

Enlace de acceso libre:

https://www.youtube.com/watch?v=p0_-7FmrDq8

Ámbitos del conocimiento: Neurociencias, evolución humana, antropología, psicología de la religión, ciencias cognitivas y espiritualidad.

Resumen: Esta mesa redonda del World Science Festival investiga por qué la creencia en realidades sobrenaturales y espirituales está tan extendida entre los seres humanos. Moderada por el físico Brian Greene, reúne a especialistas de diferentes disciplinas para examinar si existe una predisposición evolutiva hacia la religión, qué funciones psicológicas y sociales pueden desempeñar las creencias y hasta qué punto determinadas capacidades cognitivas favorecen la aparición de concepciones espirituales. La conversación aborda la atribución de intenciones, la conciencia de la muerte, la cooperación grupal, la regulación emocional, la percepción de una presencia trascendente y la posibilidad de que las prácticas contemplativas modifiquen la experiencia consciente. También se pregunta si algunos comportamientos animales pueden considerarse antecedentes remotos de la religiosidad humana y si la persistencia histórica de la religión responde a una ventaja adaptativa o a un subproducto de otras capacidades cognitivas. No es un documental narrativo, sino la grabación de una mesa redonda celebrada durante el World Science Festival de 2018. Participan la psicóloga Lisa Feldman Barrett, el neurocientífico Zoran Josipovic, la antropóloga Barbara J. King y el psicólogo Steven Pinker, bajo la moderación de Brian Greene.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque reúne perspectivas científicas distintas y, en ocasiones, discrepantes sobre el origen de la religiosidad. Es especialmente valioso para comprender que no existe una única explicación evolutiva o neurológica del llamado «instinto espiritual».

[16] **SACRED** [Sagrado]

Idioma: Diversos idiomas, con narración o subtítulos en inglés según la versión disponible.

Duración: 86 minutos.

Entidad productora o canal: WNET / PBS. Dirigido por Thomas Lennon.

Enlace de acceso libre:

<https://www.pbs.org/wnet/sacred>

Ámbitos del conocimiento: Antropología de la religión, religiones comparadas, ritual, espiritualidad vivida, sociología y ciclo vital.

Resumen: El documental ofrece un amplio retrato internacional de la fe y de las prácticas espirituales en la vida cotidiana. Para realizarlo, decenas de equipos cinematográficos filmaron en numerosos países escenas vinculadas al nacimiento, la iniciación, la oración, el matrimonio, la peregrinación, la enfermedad, la muerte y el duelo. El documental presta atención a personas y comunidades de distintas tradiciones religiosas y evita construir una explicación doctrinal general sobre ellas. En lugar de preguntar qué religión es verdadera o comparar sistemáticamente sus teologías, observa cómo los seres humanos recurren a los rituales, la oración, la disciplina y la comunidad para atravesar los momentos decisivos de la existencia. Su estructura permite apreciar simultáneamente la diversidad cultural de las prácticas religiosas y ciertos elementos compartidos: la necesidad de pertenencia, la búsqueda de sentido, la gestión de la incertidumbre, la expresión del sufrimiento y la relación con lo

sagrado. Se trata de un largometraje documental unitario, no de una serie. Fue dirigido por Thomas Lennon y construido con materiales registrados por más de cuarenta equipos en unos veinticinco países. Su aproximación es predominantemente observacional y experiencial: muestra la religión vivida, pero no desarrolla un análisis histórico, sociológico o crítico exhaustivo de las tradiciones representadas. PBS describe la obra como una exploración de la fe entendida como experiencia humana primaria y del papel del ritual y la oración en los hitos y crisis de la vida.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque constituye una representación audiovisual amplia y respetuosa de la espiritualidad vivida en diferentes culturas. Sus imágenes permiten comprender el fenómeno religioso desde la experiencia concreta antes que desde las formulaciones doctrinales.

[17] Les pouvoirs du cerveau – Déchiffrer la conscience [Los poderes del cerebro: descifrar la conciencia]

Título internacional: The Key to Consciousness: A Journey into the Stuff of Thoughts

Idioma: Francés, alemán e inglés. Subtítulos y transcripciones disponibles según la plataforma.

Duración: 57 minutos.

Entidad productora o canal: ARTE / ARTE Campus.

Enlace de acceso:

<https://www.arte-campus.fr/program/the-key-to-consciousness-a-journey-into->

Ámbitos del conocimiento: Neurociencias, filosofía de la mente, psicología, conciencia, libre albedrío, estados alterados y meditación.

Resumen: El documental se adentra en uno de los problemas más complejos de la ciencia contemporánea: cómo surge la conciencia a partir de la actividad cerebral. Examina la relación entre mente y materia, el origen de los pensamientos, la percepción del yo y la posibilidad de identificar correlatos neuronales de las decisiones conscientes. Para ello recorre diferentes situaciones en las que la conciencia aparece, se transforma o parece desaparecer: el desarrollo de los recién nacidos, el sueño, los estados de coma, las alteraciones neurológicas y la meditación. También plantea interrogantes sobre el libre albedrío y sobre si nuestras decisiones se originan conscientemente o comienzan a prepararse en el cerebro antes de que tengamos noticia de ellas. La documental combina experimentos, testimonios clínicos y explicaciones científicas para mostrar tanto los avances de las neurociencias como la persistencia del llamado «problema difícil» de la conciencia. Es un documental de divulgación científica sobre la conciencia, no una obra específicamente dedicada a la espiritualidad. La meditación y determinados estados de conciencia aparecen como vías de investigación dentro de un recorrido más amplio.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque ofrece una introducción rigurosa y visualmente accesible al estudio científico de la conciencia, cuestión indispensable para abordar con precisión los debates contemporáneos sobre mente, identidad, experiencia espiritual y trascendencia.

[18] How Do Humans Differ from Other Animals? [¿Cómo se diferencian los seres humanos de los demás animales?]

Idioma: Inglés.

Duración: 26 minutos.

Entidad productora o canal: *Closer To Truth*. Presentado por Robert Lawrence Kuhn.

Enlace de acceso libre:

<https://clostertotruth.com/video/how-do-humans-differ-from-other-animals/>

Ámbitos del conocimiento: Antropología filosófica, evolución humana, neurociencias, cognición comparada, identidad personal y espiritualidad.

Resumen: Este episodio de la serie documental *Closer To Truth* analiza qué características distinguen a los seres humanos de otros animales y si esas diferencias son de grado o de naturaleza. Los especialistas entrevistados examinan capacidades como el lenguaje simbólico, el pensamiento abstracto, la autoconciencia, la imaginación, la transmisión cultural acumulativa, la moralidad, la planificación del futuro y la conciencia de la muerte. El programa parte de la continuidad biológica entre los humanos y las demás especies, pero se pregunta cómo ciertas capacidades cognitivas y sociales han alcanzado en nuestra especie un nivel de complejidad singular. Aunque la espiritualidad no constituye el único tema del episodio, la pregunta por la singularidad humana resulta esencial para comprender la aparición de rituales, mitos, religiones y búsquedas de trascendencia. La capacidad de representar realidades ausentes, compartir mundos simbólicos e interrogarse sobre el sentido de la existencia puede considerarse uno de los fundamentos antropológicos de la espiritualidad. Participan Colin Blakemore, Barry C. Smith, Nicholas Humphrey, Jared Diamond y Julian Barbour. El vínculo con la espiritualidad es indirecto: el programa se centra en la naturaleza y singularidad humanas, de modo que su inclusión en la filmografía se justifica por su relevancia antropológica.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque permite situar la espiritualidad dentro de la evolución de las capacidades específicamente humanas, evitando tratarla como un fenómeno aislado de la cognición, el lenguaje, la cultura y la vida social.

[19] La revolución espiritual que cambia nuestras vidas

Idioma: Castellano.

Duración: 56 minutos.

Entidad productora o canal: Wake Up / Wake Up Gente Consciente.

Enlace de acceso libre:

https://www.youtube.com/watch?v=Bum-xLSS_U0

Ámbitos del conocimiento: Espiritualidades contemporáneas, secularización, desarrollo personal, transformación interior, cultura digital y nuevas formas de religiosidad.

Resumen: El documental explora la expansión de una espiritualidad individualizada, experiencial y relativamente independiente de las instituciones religiosas tradicionales. A través de entrevistas y testimonios, presenta a personas que buscan construir su propio itinerario espiritual mediante la meditación, el autoconocimiento, la conciencia corporal, la conexión con la naturaleza, el desarrollo personal y la integración de prácticas procedentes de distintas tradiciones. La obra interpreta este fenómeno como una transformación cultural: la autoridad espiritual se desplaza progresivamente desde las instituciones y los dogmas hacia la experiencia subjetiva, la autenticidad personal y la búsqueda de bienestar. También aborda la influencia de internet, las redes sociales y la circulación global de prácticas espirituales, que facilitan el acceso a múltiples discursos pero pueden generar dispersión, falta de criterios y confusión conceptual. La producción adopta un enfoque divulgativo y se sitúa cerca del fenómeno que describe. No constituye una investigación académica neutral sobre la espiritualidad contemporánea, sino una presentación favorable de una espiritualidad personal, libre y no dogmática. Puede resultar útil complementar su visionado con estudios sociológicos y

antropológicos sobre la subjetivación de las creencias, el movimiento holístico y las espiritualidades postreligiosas. El propio canal presenta la obra como una exploración de una espiritualidad «libre, personal y sin dogmas».

¿Por qué merece la pena verlo? Porque ofrece un testimonio significativo de cómo las nuevas espiritualidades se comprenden y se presentan a sí mismas. Su valor reside tanto en sus contenidos como en la posibilidad de analizar críticamente el lenguaje, los valores y las aspiraciones de la espiritualidad contemporánea.

[20] L'ésotérisme : une doctrine dangereuse? [El esoterismo: ¿una doctrina peligrosa?]

Idioma: Francés.

Duración: 27 minutos.

Entidad productora o canal: ARTE. Serie o formato de debate *Les questions qui fâchent*.

Enlace de acceso libre:

<https://www.youtube.com/watch?v=b6j6U7gRLkM>

Ámbitos del conocimiento: Historia del esoterismo, sociología de las creencias, nuevas espiritualidades, ocultismo, cultura contemporánea y pensamiento crítico.

Resumen: Este episodio del programa de debate *Les questions qui fâchent* examina el renovado interés por el esoterismo y las prácticas asociadas a él, como la astrología, la adivinación, el tarot, la mediumnidad, la magia, determinadas terapias alternativas y las concepciones ocultistas de la realidad. La cuestión central es si estas corrientes deben entenderse como expresiones legítimas de búsqueda espiritual y de imaginación simbólica o si pueden entrañar riesgos vinculados con la manipulación, la credulidad, el aislamiento sectario y el rechazo del conocimiento científico. El recurso permite distinguir entre el esoterismo como corriente histórica —vinculada, por ejemplo, al hermetismo, la alquimia, la cábala cristiana o las sociedades iniciáticas— y el uso contemporáneo, mucho más amplio e impreciso, del término. También aborda las razones sociales y psicológicas de su atractivo: la búsqueda de sentido, el deseo de recuperar el control ante la incertidumbre, la desconfianza hacia las instituciones y la aspiración a acceder a un conocimiento reservado o alternativo. No es un documental histórico sistemático, sino de un episodio breve de un programa. Su formulación interrogativa busca presentar posiciones contrapuestas y estimular la discusión. Conviene no identificar automáticamente esoterismo, ocultismo, espiritualidad alternativa, sectarismo y pseudociencia, pues son categorías relacionadas, pero no equivalentes.

¿Por qué merece la pena verlo? Porque permite introducir críticamente un campo muy presente en la cultura espiritual contemporánea y ayuda a plantear preguntas sobre la libertad de creencias, la necesidad de discernimiento, los límites de la credulidad y los posibles riesgos de determinadas prácticas.
