

Transdigital

revista científica



Volumen 6, Número 12: Julio-diciembre 2025

ISSN: 2683-328X

Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales S. C.

La revista científica Transdigital es una publicación semestral bajo el modelo de publicación continua editada por la Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales S.C. Hasta ahora, la revista ha sido indizada en: Latindex, Dialnet, ERIHPLUS, REDIB, EuroPub, LivRe, AURA, Academic Resource Index (Research Bib), BASE, MIAR, OpenAire-Explore, Google Scholar, Refseek, ROAD, Sherpa Romeo, Elektronische Zeitschriftenbibliothek, WorldCat, Dimensions, REBIUN, DARDO, Open Ukrainian Citation Index, Zeitschriften Datenbank y The University of Liverpool. Dirección oficial: Circuito Altos Juriquilla 1132. C.P. 76230, Querétaro, México. Tel. +52 (442) 301-3238. Página web oficial: www.revista-transdigital.org. Correo electrónico: aescudero@revista-transdigital.org. Editor en jefe: Alejandro Escudero-Nahón (ORCID: 0000-0001-8245-0838). Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2022-020912091600-102. International Standard Serial Number (ISSN): 2683-328X; ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor (México). Responsable de la última actualización: Editor en jefe: Dr. Alejandro Escudero-Nahón. Todos los artículos en la revista Transdigital están licenciados bajo Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0). Usted es libre de: Compartir — copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato. Adaptar — remezclar, transformar y construir a partir del material para cualquier propósito, incluso comercialmente. La persona licenciente no puede revocar estas libertades en tanto usted siga los términos de la licencia. Lo anterior, bajo los siguientes términos: Atribución — Usted debe dar crédito de manera adecuada, brindar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciente. No hay restricciones adicionales — No puede aplicar términos legales ni medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otras a hacer cualquier uso permitido por la licencia.



Transdigital[®]

revista científica

QUÉ ES UN PENSAMIENTO

WHAT IS A THOUGHT



Marcelino Muñoz Sánchez
Fundación Marcelino Muñoz, México

Qué es un pensamiento

What is a thought

RESUMEN

El pensamiento es el diálogo contigo mismo y es una función cognitiva fundamental de la mente. Este implica la formación, la organización y la manipulación de ideas y representaciones mentales sobre la realidad. Se define como un proceso activo y dinámico mediante el cual los individuos interpretan el entorno, resuelven problemas, toman decisiones y construyen significado. En este sentido, los pensamientos no son reales, pero se pueden volver realidad. En psicología, el pensamiento abarca actividades tanto conscientes como inconscientes, incluyendo el razonamiento, la deliberación, la imaginación y la formación de conceptos. Es un fenómeno mental complejo que involucra la interacción de múltiples procesos cognitivos, como la memoria, la atención y la percepción, y está moldeado por las emociones y experiencias subjetivas. El pensamiento se manifiesta como un diálogo interno y una actividad intelectual que permite anticipar consecuencias, formular juicios y generar soluciones a desafíos cotidianos, siendo crucial para la adaptación humana. De esta forma, podemos concluir que nuestro estado actual es igual a nuestra forma de pensar pasada, y la forma de pensar actual será el estado actual futuro. Su dinámica es como un río en constante flujo, conectando recuerdos, emociones presentes y planes futuros. Sin embargo, es importante realizar estudios integrales sobre el pensamiento, pues los avances científicos no abarcan de manera integral los procesos mentales. Tomando en cuenta lo anterior, este artículo comparó las posturas científicas y religiosas actuales sobre la mente y planteó siete limitantes al momento de estudiar el pensamiento.

Palabras clave: mente, pensamiento, memoria, conciencia, educación

ABSTRACT

Thinking is a dialogue with oneself and is a fundamental cognitive function of the mind. It involves the formation, organization, and manipulation of ideas and mental representations about reality. It is defined as an active and dynamic process through which individuals interpret the environment, solve problems, make decisions, and construct meaning. In this sense, thoughts are not real, but they can become reality. In psychology, thinking encompasses both conscious and unconscious activities, including reasoning, deliberation, imagination, and concept formation. It is a complex mental phenomenon that involves the interaction of multiple cognitive processes, such as memory, attention, and perception, and is shaped by emotions and subjective experiences. Thinking manifests itself as an internal dialogue and an intellectual activity that allows us to anticipate consequences, formulate judgments, and generate solutions to everyday challenges, and is crucial for human adaptation. Thus, we can conclude that our current state is equal to our past way of thinking, and our current way of thinking will be our future current state. Its dynamics are like a constantly flowing river, connecting memories, present emotions, and future plans. However, it is important to conduct comprehensive studies on thought, as scientific advances do not comprehensively address mental processes. Taking this into account, this article compared current scientific and religious views on the mind and proposed seven limitations when studying thought.

Keywords: mind, thought, memory, consciousness, education

1. INTRODUCCIÓN

La historia del estudio de la mente se remonta a la antigüedad y se puede dividir en varias etapas clave. La primera fue la *era precientífica y antecedentes filosóficos*, donde grandes filósofos como Sócrates, Platón y Aristóteles exploraron la naturaleza del alma y la mente, vinculándola con la percepción, el pensamiento y la realidad. Hipócrates asociaba la mente con el equilibrio de humores corporales. La segunda fue la *psicología filosófica*, donde se conceptualizó como el estudio de la mente, el pensamiento, la memoria y la conciencia con aportes de René Descartes, quien planteó la separación entre espíritu y materia.

La tercera etapa fue el *positivismo y la ciencia*, pues se establecieron las bases del estudio científico de la mente con el método hipotético-deductivo. Wilhelm Wundt fundó en 1879 el primer laboratorio de psicología experimental, marcando el inicio de la psicología como disciplina científica independiente. Por último, la cuarta fue el *desarrollo de escuelas y teorías*, fue aquí donde se consolidaron diversas corrientes como el estructuralismo, el funcionalismo (William James) y el psicoanálisis (Sigmund Freud), cada una con diferentes enfoques para entender y estudiar la mente (Kandel, 2007).

1.1. Ciencia y mente

La ciencia percibe la mente como un concepto multifacético, intrínsecamente ligado al cerebro, pero que trasciende la mera actividad física de este órgano. En este sentido, la mente se define como el conjunto de capacidades cognitivas que abarcan procesos como la percepción, la imaginación, la intuición, el razonamiento, el sentido común, el pensamiento, la memoria y la conciencia, todas estas provocan las emociones (Fundación Intras, 2024). Algunas de estas capacidades son exclusivas de los humanos, mientras que otras son compartidas con otras formas de vida.

Tomando en cuenta lo anterior, la mente se diferencia del cerebro por múltiples situaciones. En otras palabras, el cerebro es el órgano físico (el *hardware*), una estructura biológica tangible compuesta por neuronas, vasos sanguíneos, observable y objetiva. La mente, por otro lado, es el conjunto de procesos mentales (el *software* o el programa), pensamientos, emociones, recuerdos y conciencia. Además, involucra procesos conscientes, inconscientes y procedimentales (Porta Etessam, 2020).

Aunque mente y cerebro son distintos, están profundamente conectados y son interdependientes, la mente influye en el cerebro y no al revés (Medina, 2008; Echeverry, 2010). La ciencia contemporánea considera la mente como un fenómeno emergente de la actividad cerebral. Esto implica que las propiedades mentales surgen de la complejidad de los procesos cerebrales, pero no pueden reducirse completamente a las propiedades de sus componentes físicos individuales.

En este sentido, el cerebro es la base material indispensable para la emergencia de la conciencia, aunque esta no se agota en los mecanismos cerebrales. La evolución de las capacidades cognitivas humanas, como el lenguaje y el pensamiento conceptual, está ligada al desarrollo de redes neuronales complejas y a la corticalización masiva del cerebro, que permitió una mejor integración de la información sensorial y una mayor capacidad de abstracción (Castañeda, 2015; Lorenz & Wuketits, 2023). A lo largo de los años varias disciplinas científicas han estudiado la mente desde distintas perspectivas. Por ejemplo, la neurociencia, la psicología, la filosofía de la mente, la lingüística, la lógica, la teoría de la computabilidad, la robótica y la teoría de los sistemas complejos. Sin embargo, varias de estas disciplinas dejan de lado aspectos importantes al momento de intentar comprender la mente.

1.2. Religión y mente

Por otro lado, la religión percibe la mente de diversas maneras, a menudo diferenciándola del cerebro físico y atribuyéndole dimensiones espirituales y trascendentes que van más allá de la mera actividad biológica (Martínez Lemus, 2000). A lo largo de la historia y en distintas tradiciones, la mente, o conceptos afines como el alma o la conciencia, es vista como el centro de la experiencia subjetiva, la identidad personal, la moralidad y la conexión con lo divino. La mente es a menudo considerada inmaterial, interna, privada y subjetiva, en contraste con la objetividad y la tangibilidad del cerebro (Lorenz & Wuketits, 2023). La existencia de otras mentes se infiere a través del comportamiento y la similitud biológica, siendo un acto de fe en sí mismo.

La idea de un alma inmortal que persiste después de la muerte del cuerpo es un postulado arraigado en la mayoría de las religiones universales y en la cultura occidental. Para el cristianismo, la Biblia enseña que los humanos tienen partes materiales e inmateriales, y que la conciencia, la libertad y la responsabilidad no pueden reducirse solo a procesos cerebrales. Aunque la mente se relaciona íntimamente con la actividad cerebral, algunos filósofos y científicos sugieren que es un fenómeno emergente que trasciende la materia pura, habiendo aparecido para facilitar la vida y la adaptación. No obstante, se argumenta que este aspecto emergente no se agota en los mecanismos cerebrales.

1.2.1. Hinduismo

La conciencia, es donde se generan los pensamientos, es un flujo de energía infinito, no tiene principio ni fin. Es un tema central y profundo, buscando la experiencia mística directa de unión del ser con la realidad suprema. Se considera la conciencia como la realidad fundamental y el genio supremo del universo, de la cual la mente y el cuerpo humano son subproductos (Gómez, 2006). A través del conocimiento adecuado de la mente y la conciencia, el alma individual puede reconocer su naturaleza idéntica a *Brahma*, la gran conciencia universal.

La conciencia pura y la conciencia cognoscitiva son subyacentes a la cognoscitiva y las representaciones temporales, consideradas ilusorias. Esta religión considera que prácticas como el yoga y la meditación son cruciales para alcanzar estados de autoconciencia unificada, superando las ilusiones y las fragmentaciones. El universo se ve como un campo vibracional-energético unificado en el *paramatma* (Gómez, 2006).

1.2.2. Budismo

Se enfoca en la naturaleza de la mente y sus implicaciones para la realidad. El budismo se presenta como un método de indagación para descubrir la verdad, similar al método científico, pero sin prejuicios (Abu, s.f.). En este sentido, la meditación budista es reconocida por su capacidad para generar una amplia gama de estados es la fuerza vital y el yo superior que recibe inspiración divina.

El ego es el yo inferior, propenso a los instintos y los deseos básicos, del cual el espíritu debe proteger al corazón. La mente (*'aql*) es la facultad intelectual que permite razonar, pensar, conocer, contemplar y comprender. En este sentido, el *mindfulness* o la atención plena sobre los propios pensamientos es fundamental para el desarrollo espiritual, permitiendo cultivar pensamientos buenos y rechazar los malos, protegiendo la salud física, mental y espiritual. Alá es quien guía la inteligencia (Chinchilla Sánchez, 2004).

1.2.3. Cristianismo (visión bíblica)

La Biblia enseña que el ser humano tiene partes materiales e inmateriales, cuerpo y alma/espíritu, y rechaza el materialismo reductivo que reduce todo a procesos cerebrales (Woznicki, 2020). La conciencia, la libertad y la responsabilidad son propiedades que, aunque ligadas al cuerpo, no son estrictamente iguales a los procesos cerebrales. El alma, *nephesh* en hebreo, *psyche* en griego, se refiere a la persona completa, la fuerza vital o la parte que sobrevive a la muerte. El espíritu o *ruach* se asocia con la fuerza vital y es el centro de la conciencia, volición, cognición, emoción y disposición espiritual. Por otro lado, la mente, o *leb* en hebreo, es la capacidad de pensar, imaginar, conocer, recordar y entender (Lara, 2025). La renovación de la mente es crucial para el cristiano, permitiéndole entender la voluntad de Dios, vivir en santidad y experimentar vida y paz.

1.3. Una perspectiva integral de la mente

Tomando en cuenta las perspectivas anteriores, es notable que sus conceptos respecto a la mente cuentan con puntos muy importantes. Sin embargo, no logran abarcar este concepto de manera integral, pues la mente es un proceso dinámico, intangible y transformador de la experiencia humana. La mente representa un concepto central y fundamental para la comprensión de la experiencia humana. Es un sistema complejo que abarca las capacidades cognitivas y las emocionales, permitiendo a los individuos interactuar con su entorno y consigo mismos (Muñoz Sánchez et al., 2025). El presente artículo tiene como objetivo definir el pasamiento, examinar sus componentes clave, su funcionamiento intrínseco, su interconexión con el cerebro y su papel crucial como herramienta de transformación personal, basándose en literatura especializada disponible.

Desde este punto, Muñoz Sánchez et al. (2025) señaló que la mente es un concepto complejo que se refiere a la capacidad inherente de pensar. Se describe como un proceso dinámico e intangible que nos faculta para procesar información, formar creencias, tomar decisiones y comprender el mundo que nos rodea. A pesar de su complejidad, la mente no es un objeto físico; más bien, constituye el núcleo de nuestra identidad y de la

experiencia humana. Es el centro desde el cual interpretamos, creamos y transformamos nuestra realidad. Los componentes fundamentales de la mente son el pensamiento, la memoria y la conciencia. Estos elementos están interrelacionados y operan de manera conjunta para permitirnos funcionar en el mundo. La mente, como una *gran directora de orquesta*, se encarga de analizar, planificar y tomar decisiones racionales. La conjunción de estos elementos compone la *sinfonía del pensamiento*, una estructura que define cómo interpretamos el mundo y cómo actuamos en él.

Tomando en cuenta lo anterior, se confirma que existe una estrecha relación entre la mente y el cerebro. La experiencia mental afecta la actividad neuronal dentro del cerebro, lo que sugiere que mente y cerebro no son entidades separadas, sino que trabajan en conjunto para crear la experiencia humana. Investigaciones en neurociencia han demostrado que fenómenos mentales como el pensamiento, la memoria y la conciencia están asociados con la actividad cerebral. A pesar de los avances, la mente sigue siendo un *enigma extraordinario*, y aún queda mucho por comprender sobre la naturaleza del pensamiento la memoria y la conciencia.

La mente es la herramienta más potente para transformar nuestra realidad, alcanzar la felicidad y vivir con propósito. Se argumenta que los individuos no son víctimas pasivas de los acontecimientos externos, sino de sus propios pensamientos. Al cambiar la forma en que pensamos, podemos transformar nuestra realidad. Esto implica una elección consciente sobre cómo interpretar los desafíos y cómo alinear nuestros pensamientos con valores fundamentales como la paz, la libertad, la felicidad, el éxito y la plenitud (Muñoz Sánchez et al., 2025). La mente puede ser reescrita mediante acciones positivas, lo que es esencial para mejorar la vida y crear una narrativa interna constructiva. Al cultivar pensamientos positivos, creamos nuestro proyecto, plan y propósito de vida. Por lo tanto, somos los creadores de nuestro propio destino.

2. DESARROLLO DEL TEMA

El pensamiento constituye un componente central e intangible de la mente, junto con la memoria y la conciencia, y representa una capacidad fundamental para la experiencia humana. Su estudio es crucial para comprender cómo los individuos interpretan el mundo, procesan información y construyen su realidad. Este artículo busca definir el pensamiento, explorar sus mecanismos funcionales, sus interconexiones con otros procesos cognitivos y su papel transformador en la vida de una persona, conforme a la literatura especializada.

El pensamiento puede ser conceptualizado como un diálogo interno que una persona sostiene consigo misma con el fin de formar ideas, resolver problemas y tomar decisiones. Es un proceso mental activo y dinámico que posibilita la interpretación, el análisis y la atribución de significado a todo aquello que nos rodea y experimentamos sensorialmente. Muñoz Sánchez et al. (2025) describieron metafóricamente el pensamiento como

un río que fluye sin cesar, pues conecta experiencias pasadas, emociones del presente y decisiones futuras, moldeando así la realidad que vivimos. En otras palabras, el agua que fluye en el río nunca es la misma.

2.1. Mecanismos y características del pensamiento

El pensamiento es un proceso intrínsecamente activo que se desencadena a través de la estimulación de los cinco sentidos. Esto implica la recepción y subsecuente interpretación de información sensorial, la estructuración de conceptos, la formulación de juicios, la resolución de problemas y la toma de decisiones, pues las elecciones que tomamos tienen consecuencias y debemos responsabilizarnos ante los pensamientos, las emociones y las acciones que se llevan a cabo. Se manifiesta como un diálogo interno continuo que permite la reflexión sobre el mundo y las experiencias personales.

La mente, analiza, planifica y ejecuta decisiones racionales, conformando así la sinfonía del pensamiento que determina la interpretación del mundo y las acciones del individuo. Si bien los pensamientos por sí mismos no poseen una existencia material, tienen la capacidad de materializarse y, a través de nuestras creencias, definen nuestra realidad. La calidad de vida de una persona se correlaciona directamente con su forma de pensar, dado que los pensamientos previos modelan el estado actual, y los pensamientos presentes determinarán el estado futuro. En este sentido, el pensamiento es la herramienta más poderosa para interpretar el mundo, tomar decisiones y dar forma a la realidad.

2.2. Interconexión con emociones y experiencias

El pensamiento no opera de manera aislada, sino que se encuentra profundamente entrelazado con las emociones y las experiencias humanas. Las emociones son, en esencia, producto de los pensamientos. Por ejemplo, la pasión por enseñar puede potenciar la creatividad, mientras que el estrés puede generar un bloqueo mental. Asimismo, los pensamientos influyen en la química cerebral, donde gestos de gratitud pueden liberar dopamina (asociada a la felicidad) y críticas mal gestionadas pueden elevar el cortisol (hormona del estrés).

2.3. Tipología del pensamiento

Los pensamientos pueden clasificarse en tres categorías principales: positivos, negativos y neutrales. Los pensamientos positivos son aquellos que impulsan los propósitos del individuo, mientras que los negativos actúan como obstáculos. La comprensión de esta tipología es fundamental para abordar los desafíos cotidianos de manera consciente y estratégica. Dentro de la arquitectura mental, el pensamiento interactúa de manera crucial con la memoria y la conciencia:

- La memoria funciona como el archivo donde los pensamientos son almacenados, tanto a corto como a largo plazo, permitiendo recordar experiencias pasadas y aprender de ellas.

- La conciencia es el espacio donde los pensamientos son creados y donde se genera un flujo de energía constante.

2.4. El pensamiento como herramienta de transformación

El pensamiento es considerado la herramienta más potente para transformar la realidad, alcanzar la felicidad y vivir con propósito. Se argumenta que los individuos no son meras víctimas pasivas de las circunstancias, sino de sus propios pensamientos. Al cambiar la forma de pensar, se transforma la realidad. Esto implica una elección consciente sobre cómo interpretar los desafíos y cómo alinear los pensamientos con valores fundamentales como la paz, la libertad, la felicidad, el éxito y la plenitud. Los errores y los fracasos, lejos de ser interpretados negativamente, deben ser vistos como lecciones y oportunidades de aprendizaje.

Se estima que un ser humano genera aproximadamente 60,000 pensamientos diarios, de los cuales un 80% suelen ser repetitivos y negativos. La capacidad de redirigir estos pensamientos hacia una orientación positiva subraya el poder transformador de la mente. En este sentido, el pensamiento es un proceso mental dinámico, intangible y multifacético que constituye el núcleo de la interpretación del mundo, la toma de decisiones y la configuración de la realidad personal. En otras palabras, es un diálogo interno que, al entrelazarse con las emociones y la memoria, moldea la experiencia humana y ofrece una capacidad intrínseca para la transformación y el crecimiento. La comprensión y el cultivo consciente de nuestros pensamientos son esenciales para construir una vida significativa y con propósito.

2.5. Limitantes de los estudios actuales de la mente

Al abordar el estudio de la mente, se presentan diversas limitaciones y desafíos que la convierten en un objeto de investigación complejo y, en muchos aspectos, aún incomprensibles. A pesar de los avances en neurociencia y psicología, la mente se describe como un *enigma extraordinario*, y *todavía hay mucho que no entendemos sobre la naturaleza de la conciencia, el pensamiento y la memoria*. En la actualidad, se han identificado siete limitaciones principales relacionadas con el estudio de la mente (Tabla 1).

Tabla 1

Limitaciones actuales al estudiar la mente

Limitación	Descripción
Naturaleza intangible y compleja	La mente es un proceso dinámico e intangible, no un objeto físico. Su naturaleza compleja dificulta su estudio, ya que abarca interacciones entre el pensamiento, la memoria y la conciencia.
Dificultad para alterar patrones establecidos	En la mente, a menudo ya se encuentran establecidos una forma de ser, un comportamiento y un destino que son <i>muy difíciles de cambiar</i> . Esto sugiere una limitación inherente en la capacidad de modificar ciertos patrones mentales.
Influencia del subconsciente	El subconsciente juega un papel significativo, actuando <i>a veces bloqueando tus decisiones y recordando los errores de tu vida</i> . Estos deseos reprimidos y miedos inconscientes afectan el comportamiento, lo que representa una barrera para la comprensión y el control consciente.
Anclaje en el pasado	Si la mente es producto de la conciencia, en cierto sentido <i>siempre estamos pensando en el pasado</i> . Esta inclinación hacia las experiencias pasadas puede limitar la percepción del presente y la creación de nuevas realidades.
Dificultad para liberarse de las limitaciones de la identidad externa	Es un desafío elevar el pensamiento de nuestros estudiantes más allá de lo que muchos actualmente ven como posible y lograr una conciencia completa, liberada de las limitaciones de la identidad que demanda la realidad exterior. Esto implica que las percepciones externas y la identidad construida pueden restringir el verdadero potencial de la mente.
Incapacidad para predecir las manifestaciones de las creaciones mentales	Para cambiar nuestra realidad, los resultados deben ser sorprendentes, y no debemos intentar predecir nunca cómo nuestras nuevas creaciones se manifestarán, ya que deben llegar inesperadamente. Esto sugiere una limitación en el control consciente sobre la manifestación de los deseos.
Desafíos en el desarrollo y control de la conciencia	La práctica de la meditación, una herramienta clave para cultivar la conciencia, presenta errores comunes como intentar dejar la mente en blanco, esperar resultados inmediatos, o ser demasiado autocrítico. Estos desafíos demuestran que el desarrollo de la conciencia es un proceso continuo que requiere paciencia y práctica.

Nota. Basado en Muñoz Sánchez (2025).

La mente, con su complejidad, la influencia de lo subconsciente, su tendencia a operar bajo patrones establecidos y las dificultades para liberarse de las percepciones externas, sigue siendo un vasto campo de estudio, pues todavía hay mucho que no entendemos, a pesar de todas las investigaciones que se realizan.

2.6. Principales enfoques y hallazgos recientes sobre el estudio de la mente

En los últimos años, la investigación sobre la relación entre ciencia, religión y pensamiento ha crecido, abordando tanto aspectos cognitivos como sociales y filosóficos. Las tendencias actuales destacan la complejidad, la interacción dinámica y la necesidad de enfoques multidisciplinarios para comprender cómo se relacionan y se influyen mutuamente la ciencia, la filosofía y la religión.

La ciencia cognitiva de la religión (CSR) explora cómo los procesos mentales y evolutivos influyen en el pensamiento y la experiencia religiosa, integrando herramientas de neurociencia y estudios empíricos sobre rituales y creencias (McCauley, 2020; Davison, 2021). Se han desarrollado modelos que explican la religión como resultado de mecanismos cognitivos implícitos y se han propuesto hipótesis evolutivas sobre el papel de la religión en la cohesión social (Gilland, 2018).

Estudios recientes muestran que la percepción de conflicto o compatibilidad entre ciencia, filosofía y religión varía según la identidad religiosa y el contexto cultural, y que la polarización suele estar asociada a visiones de conflicto (O'Brien, 2018; Kvandal, 2024). Se han creado nuevas escalas para medir estas percepciones y se destaca la importancia de enfoques más matizados que consideren la experiencia cotidiana y la identidad social. En este sentido, se proponen marcos que reconocen la pluralidad y la complejidad de la interacción ciencia-filosofía-religión, superando modelos reduccionistas y promoviendo el respeto a la autoridad de ambos sistemas (Zargar, 2024). El diálogo contemporáneo incluye tipologías que clasifican las formas de relación (conflicto, independencia, diálogo, integración) y enfatizan la importancia de la educación temprana para evitar conflictos (Tabla 2).

Tabla 2

Estudios recientes

Tema principal	Enfoque/Método	Años	Autores reconocidos
Neurociencia y experiencia religiosa.	Integración de métodos empíricos.	2019-2024	Shtulman (2022), McCauley (2020) y Barrett (2019).
Percepción pública y escalas de medición.	Encuestas y análisis psicométrico.	2021-2025	Wilt et al. (2025), Kvandal (2024) y Borrelli & Grieser (2017).
Marcos teóricos y taxonomías.	Revisión y propuesta de modelos.	2017-2024	Zargar (2024), Sanda et al. (2017) y O'Brien (2018).
Percepción interdisciplinar.	Propuestas de intervención educativa.	2025	Muñoz Sánchez et al. (2025).

Además, Wallace (2018) señaló que el pensamiento gira en torno a la comprensión de la naturaleza de la mente y la conciencia a través de prácticas meditativas dentro de lo que él llama la Ciencia Contemplativa. Destaca dos tipos de meditación.

- Meditación sobre la atención: Meditación para serenar y estabilizar la mente mediante el enfoque concentrado en un solo objeto, como la respiración o una vela. Esto refina y calma la mente hasta alcanzar un estado de conciencia sereno y dichoso llamado *samadhi*, donde se experimenta la consciencia de la propia conciencia, similar a la metaconsciencia en psicología cognitiva. Meditación de atención abierta hacia el flujo mental, corporal y sensorial sin identificarse con ninguna experiencia. Esta práctica conduce a un *insight* o comprensión profunda de la naturaleza impermanente de la mente y de todos los fenómenos.
- Sentados en posición de meditar, centramos nuestra atención en un solo pensamiento. Pensar que estamos respirando y no dejar entrar otro pensamiento. Este ejercicio nos da control de nosotros mismos y es el principio de lograr la paz, la libertad, la felicidad, el éxito y la plenitud.

Este ejercicio de meditación es la fuente última de la auténtica felicidad y la iluminación, y el sufrimiento surge de nuestro apego erróneo a una identidad fija o ego. La neurociencia y la psicología cognitiva son recogidas por Wallace para explicar cómo la meditación puede transformar rasgos mentales como la ansiedad y la ira al proporcionar un autoconocimiento profundo y desapego emocional.

Por otro lado, Tolle (2000) señaló que el pensamiento se centra en que el sufrimiento humano surge de la identificación errónea con la mente y el ego. Asimismo, destacó que el momento presente es lo único que realmente existe. Por lo tanto, vivir en él *ahora* es fundamental. En este sentido, la mente es una herramienta poderosa pero peligrosa si uno se deja dominar por ella.

El ego es la fuente principal del sufrimiento porque se basa en la identificación con pensamientos y emociones, creando una falsa sensación de un *yo* separado. La conciencia es la verdadera esencia del ser, más allá de la mente y el cuerpo. La aceptación plena del momento presente y el desapego de los pensamientos sobre el pasado y el futuro generan paz interior. Por lo tanto, el sufrimiento emocional es una auto-creación de la mente cuando ésta no está consiente o vigilante. En la quietud y el silencio interior se encuentra la creatividad y la solución a los problemas. Además, el despertar espiritual es trascender el pensamiento compulsivo y establecerse en la presencia consciente.

3. CONCLUSIONES

Tomando en cuenta lo anterior, las investigaciones recientes subrayan que la relación entre ciencia, filosofía y religión sobre el pensamiento son multifacéticas y dinámica, con avances en neurociencia, psicología, sociología y filosofía que permiten comprender mejor sus interacciones y percepciones sociales. Se destaca la importancia de enfoques integradores y contextuales para abordar los desafíos y las oportunidades en este campo.

A lo largo de la historia, el estudio del pensamiento ha transitado por etapas filosóficas, científicas y espirituales, reflejando la complejidad y la riqueza de este concepto central para la experiencia humana. El análisis presentado evidenció que tanto la ciencia como la filosofía y la religión han ofrecido perspectivas valiosas, aunque a menudo parciales, sobre la naturaleza, el funcionamiento y el potencial transformador de la mente y el pensamiento.

Desde la ciencia, la mente se concibe como un fenómeno emergente de la actividad cerebral, resultado de procesos cognitivos complejos que incluyen el pensamiento, la memoria y la conciencia. Esta visión reconoce la interdependencia entre mente y cerebro, pero también subraya que la mente trasciende la mera suma de procesos neuronales, abarcando dimensiones subjetivas y experienciales que aún desafían la explicación científica completa. La neurociencia y la psicología han avanzado en la identificación de correlatos cerebrales de los procesos mentales, pero persisten limitaciones inherentes a la intangibilidad, la influencia del subconsciente y la dificultad para modificar patrones mentales establecidos.

Por su parte, la religión ha interpretado la mente como una dimensión espiritual, frecuentemente asociada al alma, la conciencia trascendente y la conexión con lo divino. Tradiciones como el hinduismo, el budismo y el cristianismo han aportado marcos interpretativos que enfatizan la capacidad de la mente para la transformación interior, la búsqueda de sentido y la trascendencia de la experiencia material. Estas perspectivas, aunque diversas, coinciden en atribuir a la mente un papel central en la construcción de la identidad, la moralidad y la relación con el entorno y lo sagrado.

El diálogo contemporáneo entre ciencia filosofía y religión ha evolucionado hacia enfoques más matizados y menos polarizados. Investigaciones recientes demuestran que la percepción de conflicto o compatibilidad entre estos sistemas depende en gran medida de la identidad religiosa, el contexto cultural y el contenido específico de los temas abordados. Si bien persisten áreas de tensión, como la explicación de los orígenes de la vida o la naturaleza de la conciencia, también se reconoce la posibilidad de complementariedad y diálogo constructivo. La ciencia cognitiva de la religión. Por ejemplo, explora cómo los procesos mentales y evolutivos influyen en la experiencia religiosa, integrando herramientas empíricas, filosóficas y religiosas para comprender mejor la interacción entre creencias, emociones y prácticas espirituales.

En cuanto al pensamiento, se reafirma su carácter dinámico, multifacético y transformador. El pensamiento no solo interpreta la realidad, sino que la moldea, interactuando con las emociones y la memoria para configurar la experiencia personal. La capacidad de redirigir los pensamientos hacia una orientación positiva subraya el poder de la mente para la autotransformación y el bienestar. Sin embargo, el estudio de la mente enfrenta desafíos metodológicos y conceptuales, como la dificultad para objetivar procesos subjetivos, la influencia del subconsciente y la necesidad de enfoques multidisciplinarios que integren aportes de la neurociencia, la psicología, la filosofía y la espiritualidad.

En conclusión, el pensamiento emerge como un sistema complejo, dinámico y esencial para la experiencia humana, cuya comprensión plena requiere la integración de perspectivas científicas, filosóficas y religiosas. Superar los modelos reduccionistas y promover el diálogo entre ciencia, filosofía y religión permitirá avanzar hacia una visión más holística, respetuosa y enriquecedora del pensamiento y su papel en la transformación personal y social. El reto actual es continuar investigando con rigor, apertura y humildad, reconociendo tanto los límites del conocimiento como el potencial de la mente para generar sentido, bienestar y trascendencia.

Es importante mencionar que las diferencias entre la ciencia, la filosofía y la religión han afectado considerablemente a la educación, y de esta forma a la sociedad en general. Nuestra propuesta es unificar estas tres corrientes.

REFERENCIAS

- Abu, A. E. (s.f.). *¿Qué es el alma en el Islam?* Página web oficial de Danza oriental. <https://bailaconmiren.com/que-es-alma-en-islam/>
- Barrett, J. (2019). *The Cognitive Science of Religion*. Bloomsbury Academic.
- Borrelli, A., & Grieser, A. (2017). Recent research on the aesthetics of knowledge in science and in religion. *Approaching Religion*, 7, 4-21.
- Castañeda, A. (2015). *Neurociencias: la nueva forma de entender a la mente humana*. Página web oficial de Psicología y Mente. <https://psicologiymente.com/neurociencias/neurociencias-mente-humana>
- Chinchilla Sánchez, K. M. (2004). La religión y la salud mental, desde la perspectiva musulmana. *Ilu Revista de Ciencias de las Religiones*, 9, 37-68.
- Davison, A. (2021). *Science and Religion*. The Encyclopedia of Philosophy of Religion. <https://doi.org/10.1002/9781119009924.eopr0360>

- Echeverry, I. G. (2010). Ciencia Cognitiva, Teoría de la Mente y autismo. *Pensamiento psicológico*, 8(15), 113-124.
- Fundación Intras. (2024). *Diferencia entre mente y cerebro: ¿Son Realmente lo Mismo?* Página web oficial de Fundación Intras. <https://www.gradior.es/diferencia-entre-mente-y-cerebro-son-realmente-lo-mismo/>
- Gilland, D. (2018). Religion vs. Science: What Religious People Really Think. By Elaine Howard Ecklund and Christopher P. Scheitle. *Journal of the American Academy of Religion*, 86(4).
- Gómez, J. A. (2006). La conciencia en el hinduismo: lectura desde la objetividad y subjetividad de la conciencia unificada. *Hallazgos*, 6, 133-148.
- Kandel, E. R. (2007). *En busca de la memoria: el nacimiento de una nueva ciencia de la mente* (Vol. 3022). Katz editores.
- Kvandal, H. (2024). New Developments in the Cognitive Science of Religion: The Rationality of Religious Belief, by Hans van Eyghen, Rik Peels, and Gijsbert van den Brink. *Journal for the Cognitive Science of Religion*, 9(2).
- Lara, Y. (2025). *¿Qué es la mente y los estados de la mente según la biblia?* Página web oficial de Mentes de Gobierno. <https://www.mentesdegobierno.com/blog/qu%C3%A9-es-la-mente-y-los-estados-de-la-mente-seg%C3%BAAn-la-biblia>
- Lorenz, K., y Wuketits, F. M. (2023). *La evolución del pensamiento*. Titivillus. <https://info-biblioteca.mincyt.gob.ve/wp-content/uploads/2024/09/La-evolucion-del-pensamiento-Konrad-Lorenz.pdf>
- Martínez Lemus, H. (2000). Filosofía de la mente. *Revista mexicana de Neurociencia*, 1(2), 13-18.
- McCauley, R. (2020). Recent trends in the cognitive science of religion: neuroscience, religious experience, and the confluence of cognitive and evolutionary research. *Zygon*, 55, 97-124. <https://doi.org/10.1111/zygo.12573>
- Medina, N. (2008). La ciencia cognitiva y el estudio de la mente. *Revista de investigación en psicología*, 11(1), 183-198.
- Muñoz Sánchez, M., Gibert Delgado, R. del P., Torres Morales, J. G., Gorina Sánchez, A., & Santos Jacome, C. P. (2025). *Qué es y cómo funciona la mente*. Editorial Transdigital. <https://doi.org/10.56162/transdigitalb56>
- O'Brien, T. (2018). Religion vs. Science: What Religious People Really Think. *Social Forces*, 97(1).
- Porta Etessam, J. (2020). *¿Qué es la mente según la ciencia?* Página web oficial de Ineurociencias.
- Sanda, D., Smarandoiu, L., & Munteanu, C. (2017). The Dialogue between Science and Religion: A Taxonomic Contribution. *Religion*, 8(3), 35.
- Shtulman, A. (2022). Religion as a Testing Ground for Cognitive Science. *Journal for the Cognitive Science of Religion*, 7(2), 200–212. <https://doi.org/10.1558/jcsr.20641>
- Tolle, E. (2000). *El poder del ahora un camino hacia la realización espiritual*. Eleven.

Wallace, B. A. (2018). *El entrenamiento de la mente en siete puntos: Un método tibetano para el cultivo de la mente y el corazón*. Editorial Eleftheria.

Wilt, J., Exline, J., & Anjum, G. (2025). How Do People Think About the Relationship Between Science and Religion? A Cross-Cultural Psychometric Investigation. *Personality & social psychology bulletin*, 1461672251335535. <https://doi.org/10.1177/01461672251335535>

Woznicki, C. (2020). *¿Qué dice la Biblia sobre el alma?* Página web oficial de biblia y tecnología. <https://www.coalicionporelevangelio.org/articulo/que-dice-la-biblia-sobre-el-alma/>

Zargar, Z. (2024). Science–Religion Interaction: Exploring the Grounds, Delineating a Framework. *Theology and Science*, 22, 708-724. <https://doi.org/10.1080/14746700.2024.2399897>



Transdigital[®]

editorial

La Editorial *Transdigital* publica libros de carácter científico y académico. Se pueden publicar tesis de posgrado, una vez sometidas al sistema de evaluación de pares de doble ciego. Servicios:

- Gestión del International Standard Book Number (ISBN), del Digital Object Identifier (DOI) y del código de barras.
- Diseño gráfico
- Servicio de corrección de estilo y redacción.
- Dictaminación de la revisión por pares en doble ciego hecha por miembros del Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores (SNII) de la Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación (SECIHTI) de México.
- Alojamiento permanente del libro en la editorial *Transdigital* (www.editorial-transdigital.org)
- Distribución gratuita en *Dialnet*, *Google Books*, *Google Play* y *SCRIBD*.
- Distribución a precio mínimo en *Amazon Kindle* (cuota que pagan los lectores de *Kindle*).

La editorial *Transdigital* está en el Registro en el Padrón Nacional de Editores como agente editor Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales, S. C., con el Dígito Identificador 978-607-99594. Además, está afiliada a la Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana (CANIEM) con el número 4069, de conformidad con el artículo 17 de la Ley de Cámaras Empresariales y sus Confederaciones en vigor. Y está en el Registro Nacional de Instituciones y Empresas Científicas y Tecnológicas (RENIECYT) de la SECIHTI de México con el folio: RENIECYT 2400068.



Transdigital[®]

congreso virtual

El Congreso Virtual *Transdigital* se realiza anualmente de manera totalmente virtual (www.congreso-transdigital.org). Este evento tiene el objetivo de reunir resultados parciales o finales de investigaciones empíricas, documentales o ensayos científicos sobre temas y desafíos que involucran a la tecnología y la transformación digital en sociedad.

Está dirigido a investigadores(as), docentes de todas las modalidades y niveles del sistema educativo, estudiantes de pregrado y posgrado, gestores(as) educativos(as), directivos(as) y demás profesionales interesados(as) en la investigación empírica y documental sobre el uso de la tecnología y la transformación digital en diversos ámbitos sociales, por ejemplo, la salud, el ocio, el turismo, las finanzas, la educación, el desarrollo comunitario, la industria, etcétera.

La inscripción por texto, con un máximo de tres autores(as) da el derecho de publicar la ponencia como capítulo de libro académico en la editorial *Transdigital*, una vez que ha sido admitida por el Comité Científico; además se otorgan certificados de ponencia y asistencia. Ese libro cuenta con International Standard Book Number (ISBN), Digital Object Identifier (DOI) y código de barras.

El Congreso Virtual *Transdigital* es una iniciativa que está inscrita en el Registro Nacional de Instituciones y Empresas Científicas y Tecnológicas (RENIECYT) de la SECIHTI de México con el folio: RENIECYT 2400068.



Transdigital[®]

revista científica

La revista científica *Transdigital* es una publicación semestral bajo el modelo de publicación continua, de manera que se reciben textos durante todo el año. Es editada por la Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales S.C. Evalúa los textos con el sistema de pares de doble ciego. Se admiten Artículos de investigación y Ensayos científicos originales.

El proceso de publicación es expedito y, en promedio, los textos se publican tres meses después de que han sido recibidos. El Consejo científico y el Comité editorial se compone por distinguidas y distinguidos académicos de talla nacional e internacional. Cuenta con la Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2022-020912091600-102, International Standard Serial Number (ISSN) 2683-328X, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor.

Hasta ahora, está indizada en Latindex, Dialnet, ERIHPLUS, REDIB, EuroPub, LivRe, AURA, Academic Resource Index (ResearchBib), MIAR, OpenAire-Explore, Refseek, Sherpa Romeo, Elektronische Zeitschriftenbibliothek, ZDB Zeitschriften Datenbank, WorldCat, Dimensions, The University of Liverpool, Discovery, Erasmus University Rotterdam, Mir@bel, REBIUN, DARDO, UOCI, LatinRev, ROAD, Google Scholar, Crossref, Scite, Lens, Internet Archive, BASE, etc.

El costo de publicación puede ser consultado en: www.revista-transdigital.org