

Alberto Voci

L'importanza della dimensione religiosa e spirituale nel fine vita

(doi: 10.1421/115015)

Giornale italiano di psicologia (ISSN 0390-5349)

Fascicolo 4, dicembre 2024

Ente di afferenza:

()

Copyright © by Società editrice il Mulino, Bologna. Tutti i diritti sono riservati.

Per altre informazioni si veda <https://www.rivisteweb.it>

Licenza d'uso

Questo articolo è reso disponibile con licenza CC BY NC ND. Per altre informazioni si veda <https://www.rivisteweb.it/>

L'IMPORTANZA DELLA DIMENSIONE RELIGIOSA E SPIRITUALE NEL FINE VITA

ALBERTO VOCI

Università degli Studi di Padova

L'articolo di Testoni e Lucidi (2024), in modo molto appropriato, tratta in diversi punti il tema della religiosità e della spiritualità in relazione alla morte e al morire. Opportunamente, gli autori sottolineano come la dimensione religiosa e spirituale possa rivestire un ruolo fondamentale nelle decisioni di fine vita, sia da parte dei medici, sia da parte di pazienti e familiari. Inoltre, sottolineano come la ricerca sul tema, in ambito psicologico, sia ampia e complessa e di non sempre facile decifrazione. Il presente commento, condividendo tali considerazioni, ha l'obiettivo di fornire alcune definizioni psicologiche di religiosità e di spiritualità e di accennare ad alcuni possibili conseguenze della loro intersezione nell'ambito del fine vita.

In primo luogo, va chiarito che la psicologia della religiosità e della spiritualità non ha l'obiettivo di validare in modo scientifico le opinioni delle persone credenti, né delle persone atee o agnostiche. Ha invece l'obiettivo, come dichiarato dalla *Society for the Psychology of Religion and Spirituality*, divisione 36 dell'*American Psychological Association*, di «investigare scientificamente il significato che la religione e la spiritualità rivestono nella vita degli individui»¹. Dato questo proposito, è evidente come gli aspetti psicologici della dimensione religiosa e spirituale possano e debbano essere considerati a pieno titolo nel fine vita, momento in cui i temi del senso e del significato acquisiscono un'importanza cruciale (Breitbart et al., 2004).

Prima di affrontare questi punti, è necessario fornire alcune definizioni. In ambito psicologico, la religione assume solitamente una connotazione di tipo istituzionale e normativo: ad esempio, per Argyle e Beit-Hallahmi (1975), la religione è «un sistema di credenze in un potere divino o sovraumano, nonché le pratiche di devozione o altri rituali diretti verso questo potere» (p. 1), mentre Harris et al. (2018) la definiscono come una «spiritualità rituale, istituzionale o codificata,

¹ <https://www.apadivisions.org/division-36/about>.

sancita culturalmente» (p. 1). Per quanto riguarda la spiritualità, il campo si allarga notevolmente ed è praticamente impossibile trovare una definizione condivisa all'interno della letteratura. Zinnbauer e Pargament (2005) la associano ad una ricerca, personale o di gruppo, del *sacro*, dove il termine «sacro» può assumere diversi significati: una manifestazione del divino per alcuni individui, un significato esistenziale per altri, un interesse ultimo per altri ancora (Harris et al., 2018). Elkins et al. (1988) pongono l'accento sull'esperienza personale di *trascendenza*, definendo la spiritualità come «un modo di essere e di vivere che proviene dalla consapevolezza di una dimensione trascendente, caratterizzato da specifici valori in relazione a se stessi, alla vita e a ciò che una persona considera essere l'Ultimo» (p. 10). Infine, de Jager Meezenbroek et al. (2012), nel tentativo di fornire una definizione onnicomprensiva, identificano come centrale il tema della *connessione*: la spiritualità diviene allora «la ricerca e l'esperienza di una connessione con se stessi, con gli altri e la natura, con il trascendente» (p. 338). Il minimo comun denominatore di queste definizioni è la connotazione *personale* della spiritualità, diversa da quella *istituzionale* associata alla religione.

Partendo da questi presupposti, vi è il rischio di concludere che spiritualità e religione siano in un qualche modo in contrapposizione tra loro. A tale proposito, Zinnbauer et al. (1999) mettono in guardia dal fare affidamento su quelle che definiscono «false dicotomie», secondo le quali la religione verrebbe percepita come rigida, organizzata, tradizionale, formale, statica, mentre la spiritualità sarebbe aperta, personale, libera, legata al significato profondo della vita, dinamica. Portando all'estremo questa logica, si può arrivare ad affermare, come fa Tart (1975), che la religione è connotata da «preti, dogmi, dottrine, chiese, istituzioni, ingerenze politiche, organizzazioni sociali» (p. 4), mentre la spiritualità riguarda «il vasto reame del potenziale umano riguardo gli scopi ultimi, le entità più elevate, Dio, la vita, la compassione» (p. 4).

È evidente come questa dicotomia costituisca una semplificazione eccessiva e ingiustificata. In realtà, nell'esperienza individuale, la religiosità (ovvero il modo di vivere il proprio credo religioso) e la spiritualità possono rappresentare due dimensioni *quasi* ortogonali e quindi combinabili tra loro. Peraltro, come fonte di ulteriore complessità, va ricordato che anche la religiosità e la spiritualità possono essere ulteriormente differenziate al loro interno. In primo luogo, esiste in ambito psicologico una lunga tradizione di ricerca relativa ai diversi orientamenti religiosi, quali ad esempio l'orientamento *intrinseco* (in cui prevale la dimensione interiore, profonda, ricca di significato dell'esperienza religiosa), l'orientamento *estrinseco* (in cui la religione viene usata in modo strumentale per ottenere scopi personali e sociali),

l'orientamento *quest* (caratterizzato da una continua ricerca interiore, dall'importanza attribuita a dubbi e domande) e il *fondamentalismo* (dove invece prevale l'accettazione acritica di dogmi; si veda, per un'ampia panoramica, Batson et al., 1993). In secondo luogo, anche la spiritualità può assumere connotazioni differenti. In particolare, è possibile distinguere una spiritualità *verticale*, in cui si percepisce una connessione con una dimensione immateriale trascendente, abitata da esseri spirituali non materiali (ad es., Dio, gli angeli), da una spiritualità *orizzontale*, in cui sono importanti dimensioni che trascendono il singolo e la sua quotidianità, ma che restano comunque ancorate ad un piano puramente materiale (la natura, l'universo, il genere umano).

Tornando alla combinazione tra religiosità e spiritualità, è possibile a questo punto identificare quattro possibili esiti, che dimostrano chiaramente come la dicotomia tra le due dimensioni sia infondata. Per alcuni individui – *religiosi e spirituali* – gli aspetti religiosi e spirituali coesistono armoniosamente: una persona può osservare un credo religioso e vivere appieno la dimensione spirituale, connotata in termini sia verticali che orizzontali. Altri individui – *spirituali non religiosi* – potrebbero ritenersi non credenti, non identificandosi in alcuna fede religiosa, ma sentire ugualmente centrale nella propria vita la dimensione spirituale, ad esempio in relazione alla trascendenza o alla connessione con una realtà più ampia rispetto alla vita quotidiana. In questa situazione, la differenziazione tra spiritualità verticale e orizzontale è particolarmente pregnante: è possibile infatti che alcuni, pur non essendo religiosi, percepiscano comunque una connessione con una dimensione puramente immateriale, soprannaturale, mentre per altri sarà importante una trascendenza ancorata all'ambito materiale. Ci potranno poi essere persone che non hanno alcun interesse di tipo religioso o spirituale – *i né religiosi né spirituali* –, come ad esempio gli atei o, se non conta neppure la dimensione di spiritualità orizzontale, le persone non credenti che fanno della ricerca del piacere immediato il motivo centrale della loro vita. L'ultimo quadrante – *i religiosi non spirituali* – potrebbe in questo contesto apparire contraddittorio, ma assume un senso se pensiamo alle persone che a parole professano una religione, ma poi, nella pratica, mettono in atto comportamenti immorali e contrari agli insegnamenti della propria fede.

Prima di collegare quanto emerso fino ad ora al fine vita, è utile ricordare una delle principali teorie psicosociali relative al tema della morte: la Teoria della Gestione del Terrore (*Terror Management Theory*, TMT; Greenberg et al., 1997). Secondo questa teoria, quando le persone percepiscono come saliente la propria mortalità, cercano di tenere sotto controllo la conseguente ansia esistenziale aggrappandosi alle proprie certezze sociali e culturali, ovvero a quelle che gli autori definiscono le visioni culturali del mondo condivise: valori, cultura, società di

riferimento, ideologie e, per alcuni, credenze religiose. Così facendo, le persone recuperano un senso di trascendenza, collegandosi a qualcosa che va oltre l'individualità, in grado di donare un senso di «immortalità» e, quindi, di placare il sentimento di terrore legato alla salienza della propria mortalità. In particolare, secondo gli autori, l'adesione ad una religione offre ai credenti un'immortalità *letterale*: un aspetto del singolo individuo (la sua anima, la sua mente, la sua scintilla divina) sopravvive alla morte del corpo fisico. Per i non credenti, invece, è possibile solo un'immortalità *simbolica*: l'individuo muore, e con il corpo muore qualsiasi aspetto concretamente personale, ma i suoi valori, le sue credenze, la sua famiglia, le sue opere, i suoi ideali, sopravvivono.

Collegando i vari punti esposti fino ad ora, possiamo concludere che nel fine vita, ovvero quando la propria mortalità è massimamente saliente, le persone orientate verso una spiritualità verticale seguiranno l'idea di un'immortalità letterale, mentre chi adotta una spiritualità di tipo orizzontale vedrà come possibile un'immortalità simbolica. Entrambe possono essere di beneficio per il morente e per i suoi parenti, ma è necessario distinguerle, per evitare di enfatizzare temi, pur con la buona motivazione di fornire un sostegno spirituale, che sono alieni rispetto alle credenze delle persone coinvolte. Una volta chiariti questi punti, sarà fondamentale considerare anche l'eventuale forma di religiosità professata dal morente, calando le considerazioni appena riportate nell'ambito rituale e contemplativo che caratterizza ogni specifico credo religioso. In questo contesto, va ovviamente rispettata anche la posizione di chi non è religioso né è interessato alla spiritualità, sia essa orizzontale o verticale; in questi casi, il sostegno potrebbe ad esempio concentrarsi su una visione retrospettiva della vita che sta volgendo al termine.

Il punto fondamentale è che venga attribuita la giusta importanza al rispetto della visione religiosa e/o spirituale del morente e dei suoi familiari, essendo tale visione determinante per il significato che possono assumere la vita, la morte e il dopo morte. In tale ambito, data la complessità delle dimensioni fin qui descritte, non sarà possibile fare riferimento a standard assoluti o soluzioni generali, ma sarà determinante tenere conto, con rispetto e sensibilità, delle diverse sfumature che l'esperienza religiosa e/o spirituale, o la loro assenza, assumono per le persone coinvolte.

BIBLIOGRAFIA

- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5, 432-443.
<https://doi.org/10.1037/h0021212>

- Argyle, M., & Beit-Hallahmi, B. (1975). *The social psychology of religion*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203794692>
- Batson, C. D., Schoenrade, P., & Ventis, W. L. (1993). *Religion and the individual: A social-psychological perspective*. Oxford University Press.
- Breitbart, W., Gibson, C., Poppito, S. R., & Berg, A. (2004). Psychotherapeutic interventions at the end of life: A focus on meaning and spirituality. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 49, 366-372. <https://doi.org/10.1177/070674370404900605>
- de Jager Meezenbroek, E., Garssen, B., van den Berg, M., Van Dierendonck, D., Visser, A., & Schaufeli, W. B. (2012). Measuring spirituality as a universal human experience: A review of spirituality questionnaires. *Journal of Religion and Health*, 51, 336-354. <https://doi.org/10.1007/s10943-010-9376-1>
- Elkins, D. N., Hedstrom, L. J., Hughes, L. L., Leaf, J. A., & Saunders, C. (1988). Toward a humanistic-phenomenological spirituality: Definition, description, and measurement. *Journal of Humanistic Psychology*, 28, 5-18. <https://doi.org/10.1177/0022167888284002>
- Greenberg, J., Solomon, S., & Pyszczynski, T. (1997). Terror management theory of self-esteem and cultural worldviews: Empirical assessments and conceptual refinements. *Advances in Experimental Social Psychology*, 29, 61-139. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60016-7](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60016-7)
- Harris, K. A., Howell, D. S., & Spurgeon, D. W. (2018). Faith concepts in psychology: Three 30-year definitional content analyses. *Psychology of Religion and Spirituality*, 10, 1-29. <https://doi.org/10.1037/rel0000134>
- Tart, C. (1975). Introduction. In C. T. Tart (Ed.), *Transpersonal psychologies* (pp. 3-7). Harper and Row.
- Testoni, I., & Lucidi, F. (2024). Il ruolo centrale della psicologia palliativa nei diversi contesti relazionali dell'aiuto a morire. *Giornale Italiano di Psicologia*, 51(4), 795-814.
- Zinnbauer, B. J., & Pargament, K. I. (2005). Religiousness and spirituality. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (pp. 21-42). The Guilford Press.
- Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., & Scott, A. B. (1999). The emerging meanings of religiousness and spirituality: Problems and prospects. *Journal of Personality*, 67, 889-919. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00077>

The importance of the religious and spiritual dimension at the end of life

La corrispondenza va inviata ad Alberto Voci, Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia Applicata, Sezione di Psicologia Applicata, Università degli Studi di Padova, Via Venezia 14, 35131 Padova.
E-mail: alberto.voci@unipd.it

