Appunti sul Capitolo 1

(a cura di *Germano Rossi*)

ITA: Natura e funzioni psicologiche della religione
ENG: The Psychological nature and functions of Religion

Questo è un riassunto del capitolo 1 del volume inglese (parzialmente corrispondente al capitolo 1 del volume italiano), integrato con articoli e altri manuali di Psicologia della Religione.

1 Perché studiare psicologicamente la religione?

In realtà è una domanda banale.

La religione è qualcosa di molto importante nel nostro mondo, nella sua storia e nelle civiltà che si sono succedute. Quando a scuola si studia Storia, studiamo anche le religioni che si sono succedute nello sviluppo del mondo a partire dai fenici, assiri, babilonesi... ai greci, fino al cristianesimo e alle religioni del nostro secolo. Alcuni filosofi fanno risalire la nascita della filosofia proprio alla cosmogenesi greca e alla loro "teologia" (ad es. Reale e Antiseri). La loro spiegazione delle origini della religione greca e quindi poi del pensiero filosofico è legato al tentativo di spiegare gli eventi naturali (sole e luna, stagioni, fiumi, tempeste, fulmini, vita, morte....) dapprima tramite gli dei poi via via tramite i principi primi e la filosofia.

Contemporaneamente la religione è direttamente o indirettamente responsabile di molti eventi storici, dalle guerre alle persecuzioni, ad atti di eroismo e ha motivato grandi condottieri e grandi personaggi storici. La religione è stata parte integrante dello sviluppo del nostro mondo attuale al punto che siamo circondati da aspetti religiosi. La vita di un italiano medio (anche non credente) è scandita nelle sue fasi principali da eventi rituali religiosi come battesimo, cresima, matrimonio, funerale... Anche quando l'individuo è non credente, ci sono forme rituali analoghe.

Contemporaneamente la parola "religione" fa riferimento ad una varietà di credenze e comportamenti privati (pregare, farsi il segno della croce, portare una croce al collo) e pubblici (le funzioni e le feste religiose, il suono delle campane, ...). Persino le persone non religiose (atei, agnostici o indifferenti che siano) devono fare i conti con la religione consapevolmente o inconsapevolmente. Perfino i politici tengono in considerazione le religioni più importanti nel loro contesto sociale per non alienarsi i possibili votanti e sostenitori.

Se la psicologia studia le persone, non può non studiare le persone a proposito della religione. Data l'importanza della religione negli USA (nel 1991 il 97% credeva in Dio e il 90% pregava), l'APA (*American Psychological Association*) ha da sempre una divisione dedicata alla psicologia della religione (*Division 36*). Esiste un'associazione internazionale (*International Association for Psychology of Religion*), ma anche una *Società Italiana di Psicologia della Religione* (1995) che è l'evoluzione della *Divisione Psicologia e Religione* della SIPs (1987, *Società Italiana di Psicologia*). Di recente, sono nate anche la Società Svizzera e quella Turca.

Ovviamente bisogna distinguere fra l'oggetto di riferimento e quello di studio della psicologia della religione (religione vs. religiosità). La religiosità implica non solo i comportamenti religiosi ma anche le credenze, le motivazioni, la percezione del sacro e i meccanismi cognitivi implicati. I limiti della psicologia della religione (che sono anche quelli della scienza) sono che non può dire nulla sulla verità o non verità delle credenze religiose o non religiose e/o delle organizzazioni collegate e delle entità trascendenti implicate. Ma si può occupare di come gli individui sviluppano e mantengono (o perdono) queste credenze.

Ogni volta che useremo il termine "dio" faremo sempre riferimento non a un "Dio" specifico, ma ad un "dio generico", quel particolare "trascendente" a cui ciascuna religione fa riferimento (e che dovrebbe

essere anche il riferimento che l'individuo fa ad una determinata religione), senza porci il problema della sua verità o della sua esistenza reale. La verità è nella persona che "assume come vero" quel dio specifico.

Dal momento che la psicologia si occupa della realtà conoscibile, cercheremo di distinguere fra teoria e dati raccolti. La teoria è un modello interpretativo della realtà conoscibile e il suo scopo è quello di dare un senso alle informazioni disponibili. I dati raccolti sono invece il modo in cui gli psicologi cercano di conoscere la realtà. Ovviamente c'è un'interazione fra dati raccolti, modo di raccoglierli e teoria.

Un primo problema è che lo studio psicologico della religione si è sviluppato negli Stati Uniti d'America (USA) all'interno del protestantesimo. Quindi molte teorie sono nate in ambito cristiano protestante e ci sono molte ricerche statunitensi che implicano ampi campioni protestanti, campioni cattolici ed ebrei più ridotti e poche ricerche che utilizzano campioni di altre religioni.

Anche in Europa la maggior parte delle ricerche è stata fatta su campioni protestanti e solo in piccola parte di cattolici. La ricerca su campioni islamici è molto recente e si è sviluppata dapprima con ricercatori che hanno studiato in "occidente" ma si sta adesso espandendo anche nelle università islamiche (ad es. sia in Turchia sia in Iran).

Un altro problema è che molto spesso la psicologia della religione (come disciplina) è stata portata avanti proprio nelle università confessionali, nelle "Faculty of Divinity" o di Teologia ed evitata dalle università statali. Negli USA non esiste una laurea in psicologia della religione (anche se esiste una laurea in "Psychology and Media").

L'interazione fra credenze religiose e scienza si attua soprattutto negli scienziati credenti (sia credenti in una religione sia credenti nella scienza). Essere credenti e scienziati non potrebbe influenzare il modo di fare le ipotesi di ricerca, le teorie da usare come riferimento, l'esperimento da fare, la scelta del campione e l'interpretazione dei dati?

Il che porterebbe a dire che la psicologia della religione dovrebbe essere riservata a scienziati non credenti. Ma non potrebbero avere esattamente lo stesso problema di uno scienziato credente!

Gould (1999) ritiene che non vi sia conflitto fra credere ed essere scienziato, perché la scienza si occupa di fatti e la religione di valori; perché lo scienziato dovrebbe essere capace di distinguere fra i momenti "scientifici" e quelli "religiosi". L'ovvia critica è sul fatto che certe "religioni" hanno tradizioni di fede che "scartano" a priori la possibilità di una dicotomia fra scienza e fede. Ad es. il dibattito (caro a papa Ratzinger) su verità relativa (la scienza) e verità assoluta (la fede). Oppure l'accettazione di eventi miracolosi nelle religioni e l'impossibilità di accettarli nella scienza. Ma... la domanda di uno psicologo della religione potrebbe essere: perché ad un credente serve anche credere nei miracoli? E quella di uno psicologo della religione cristiano e credente potrebbe essere: se Gesù ha detto "Perché mi hai veduto, tu hai creduto; beati quelli che non hanno visto e hanno creduto!" (Gv 20,29), perché allora ci sono credenti che hanno bisogno dei miracoli per credere? E questa è una tipica domanda che gli psicologi della religione si pongono.

In realtà, molti psicologi percepiscono le credenze religiose facendo uso di pregiudizi. Per i clinici è facile interpretare le credenze e le manifestazioni religiose come forme di patologia, gli psicologi sociali come forme di apprendimento operante, gli psicologi dello sviluppo come una forma di educazione autoritariamente inculcata dai genitori...

Prima ho parlato di teorie. La psicologia della religione usa teorie psicologiche (la maggior parte delle attuali teorie della psicologia della religione sono iniziate da una teoria della psicologia generica). Hill e Gibson (2008) hanno identificato 3 *frame* teorici che sono alla base di molte spiegazioni della psicologia della religione:

1. La teoria dell'attribuzione, molto usata negli ultimi anni;
2. Le teorie della personalità, in special modo la teoria del *coping* negli ultimi anni;
3. Le teorie dello sviluppo per spiegare come nasce e si evolve la religiosità di un individuo, spesso mista con le teorie sociali.
4. Un altro approccio teorico molto recente sta facendo passi notevoli in psicologia della religione: la psicologia positiva.

2 Cos'è la religione

Per affrontare la psicologia della religione dobbiamo avere un'idea di cosa sia o di cosa si intenda per religione.

Nella maggior parte dei casi, il concetto di religione si da per scontato, sulla base del fatto che la maggior parte delle persone sa di cosa si sta parlando. In realtà, spessissimo, la parola "religione" evoca la nostra personale idea di religione basata sulle nostre conoscenze ed esperienze: per questo motivo, il cattolicesimo diventa un punto di riferimento per gli italiani, l'anglicanesimo per gli inglesi...

Una definizione del concetto di "religione" dovrebbe dare una "regola" per distinguere ciò che è religione da ciò che non lo è. Purtroppo la religione non è un concetto concreto (come è la "sedia") ma un costrutto (come l'inconscio), ovvero un concetto che ha molte sfumature e molte "qualità accessorie".

Le religioni esistono da molto tempo e tantissimi studiosi hanno cercato di definire cosa si debba intendere per "religione". Data la quantità e la diversità delle religioni, però, questi tentativi tendono generalmente a descrivere e a considerare le tre religioni monoteiste (cioè le più diffuse, ebraismo, cristianesimo, islamismo).

In parte la difficoltà (riscontrata soprattutto dagli antropologi) dipende anche dal fatto che, in molte culture, la visione religiosa è strettamente integrata nella cultura e non è facilmente scindibile; allo stesso modo, prendere a riferimento le 3 religione monoteiste potrebbe dipendere, oltre al fatto che sono tutte molto diffuse, anche dal fatto che in qualche modo separano l'aspetto religioso da altri aspetti della vita quotidiana e della cultura della società (soprattutto Cristianesimo ed Ebraismo). Questa distinzione era già presente nella religione greca, in cui gli dei rappresentavano aspetti della natura (il sole, la terra, la morte...) come negli animismi, ma al contempo erano stati separati e personificati (ed anche umanizzati). Il concetto che l'uomo è fatto a somiglianza di dio, non è un concetto esclusivamente cristiano; tutti gli dei greci avevano al contempo qualità divine e qualità umane. Senofane di Colofone affermava che ogni popolo si immagina i propri dei a propria immagine (v. qualunque testo sui Presocratici).

Il sociologo Yinger (1967) arriva a dire che ogni definizione di religione soddisfa solo la persona che l'ha elaborata, mentre lo psicologo Coe (1916) decide di astenersi da qualsiasi definizione e lo psicologo Dresser (1929) accomuna la religione alla poesia e alle arti, e la ritiene indefinibile.

La religione ha a che fare con il soprannaturale, il non naturale, l'immateriale, le divinità, le credenze, le pratiche, i rituali; i termini preferiti da usare in una possibile definizione di "religione" sono generalmente "dio" o divinità (in primo luogo) seguiti da "trascendente" oppure "assolutamente altro". In pratica qualcosa che va al di là della realtà materialmente conoscibile – anche se i credenti sono necessariamente convinti di avere la possibilità di conoscere l'oggetto/entità della propria religione e anche di stabilire una sorta di relazione con questo oggetto/entità.

Nonostante tutto questo ci sono stati molti tentativi di definire la religione.

Secondo Lambert (1991) i tentativi di definire la religione cadono in due categorie:

- la religione è un tipo particolare di ideologia;
- un'ideologia che è diventata un tipo particolare di religione.

Un'altra grossa distinzione messa in luce da Lambert (e poi ripresa da altri) è quella fra definizioni "sostanziali" (basate sulla sostanza della religione) e "quelle funzionali" (basate sulla funzione e lo scopo della religione).

Consideriamo queste tre definizioni:

- "i sentimenti, gli atti e le esperienze dei singoli individui nella loro solitudine, nella misura in cui essi apprendono di essere in relazione a qualunque cosa che considerano divino" (James, 1902, p. 32);
- "un sistema di credenze in un potere divino o sovrumano e le pratiche di culto o altri rituali rivolti a tale potere" (Argyle & Beit-Hallahmi, 1975, p. 1);
- "un'istituzione che consiste d'interazioni culturalmente strutturate con esseri sovrumani culturalmente postulati" (Spiro, 1966, p. 96).

Sono un esempio di *approccio sostanziale* che si basa su cercare qualcosa (il sacro) che distingue le religioni dal resto, per cui la religione riguarda Dio, la divinità (o le divinità), esseri (o entità) soprannaturali, forze trascendenti e poteri superiori. In questo approccio, le definizioni parlano di credenze e pratiche, di sentimenti, emozioni e interazioni, tutto orientato a un "essere superiore" (in Italia, si parla di un "Assolutamente Altro") e vengono usati termini come soprannaturale, invisibile, culto, rito...

Un vantaggio di queste definizioni è che sono sufficientemente generiche da poter far riferimento al modo in cui la gente (ogni singolo individuo), generalmente, vede la religione o ne parla. Inoltre, permettono di poter parlare (e studiare) differenti aspetti della religione, tutti inerenti il sacro.

Tra gli svantaggi, c'è proprio la vaghezza delle definizioni (credenze, esperienze...) che evitano anche di dire cosa si intenda per "divinità" e lasciano che sia il lettore a riempirne il significato.

Quando qualcuno tenta di precisare meglio la divinità (ad es. parlando di "creatore del mondo" oppure di "chiesa") si corre il rischio di escludere determinate "denominations" che non hanno un "creatore" come il Buddismo incentrato sulla ricerca dell'illuminazione o il Confucianesimo che enfatizza etica e morale e di includere gruppi che si presentano come religiosi e generalmente sono anche riconosciuti come chiese (ad es. Scientology) che non hanno un esplicito riferimento ad un "trascendente" (anche se in qualche modo fanno riferimento a qualcosa che "potrebbe essere" trascendente).

Una critica all'approccio sostantivo è che le definizioni si focalizzano su *cos'è la religione* ma non su come funziona. Confrontiamole con queste 3:

- "tutto ciò che come individui facciamo per affrontare personalmente le domande con cui ci dobbiamo confrontare, perché siamo consapevoli che noi e altri come noi siamo vivi e che moriremo" (Batson, Schoenrade, & Ventis, 1993, p. 8);
- "una serie di forme e di azioni simboliche che relazionano l'uomo alle condizioni ultime della sua esistenza" (Bellah, 1970, p. 21);
- "un sistema di credenze e di pratiche per mezzo delle quali un gruppo di persone combatte con problemi fondamentali della vita umana" (Yinger, 1970, p. 7).

L'approccio funzionale invece si focalizza sul ruolo della religione nella vita piuttosto che sulla divinità, quindi privilegiando lo scopo della vita. Anche in questo caso abbiamo dei riferimenti alle credenze, alla pratica, ai simboli e alle esperienze religiose, però non sono orientate alla divinità, ma all'individuo e allo scopo che svolgono per l'individuo.

Le esperienze, le emozioni... di cui si tratta sono generalmente connesse a fatti negativi e pesanti come la morte, il dolore, il male e le ingiustizie. In questi casi, la religione propone il modo di dar loro un senso e delle risposte concrete. Il focus è su "come" le credenze... vengono messe in atto: "non è la natura delle credenze, ma la natura del credere" (Yinger, 1970, p. 11).

Un vantaggio di questo approccio è quello di includere una vasta gamma di comportamenti e fenomeni che possono essere di aiuto nell'affrontare i problemi della vita. Uno svantaggio è che il significato specifico della religione viene diluito e la religione diventa un "cappello" che sovrastà a comportamenti che hanno lo scopo di aiutarci ad affrontare la vita di ogni giorno.

In questo modo, possono rientrare fra le "denominations" gruppi che poco hanno a che fare con la "religione". Su questo punto Batson et al. (1993) si chiedono (ad es.) se certe questioni, seppur importanti nella vita quotidiana, ricadano nell'ambito religioso o meno e Pargament (1997) ritiene che molti individui risolvano svariati problemi della vita quotidiana usando la magia e la superstizione piuttosto che la religione.

La distinzione dovrebbe essere fra la vita ordinaria e la vita finale. Per Malinowski (1944, p. 200) "La religione si riferisce alle questioni fondamentali dell'esistenza umana, mentre la magia riguarda sempre problemi specifici, concreti e dettagliati". Tuttavia Pargament (1997) fa notare che molte religioni hanno regole che riguardano la vita quotidiana (da quando lavarsi le mani... al tipo di carne che si può mangiare...). Pargament suggerisce anche che entrambi gli approcci aiutino a chiarire il ruolo e la funzione della religione, anche se non servono a "definirla" esattamente: "Dalla tradizione sostanziale prendiamo il sacro e dalla

tradizione funzionale ricaviamo l'idea di una ricerca di significato. La religione si trova all'intersezione fra i due" (pp. 29-30).

Sempre Pargament fa notare come la maggior parte delle religioni nasce dall'incontro di un individuo con qualche "entità trascendente" (Adamo ed Eva e Dio; Siddharta e il maligno; Joseph Smith e l'angelo Moroni...) che viene percepita in modo diverso dagli individui implicati, che danno origine a pratiche, credenze e istituzioni diverse. Tutte hanno un comune punto di riferimento che è il divino, che dà a tutto l'insieme un carattere di sacralità. Il divino e il sacro sono sempre parti integranti di una religione.

Anche Vergote (Vergote & Van Der Lans, 1986) ritiene che sia necessario ampliare le definizioni di "religione" ai fini della psicologia della religione, in quanto "la religione non è un puro fenomeno psicologico. Nel definire la religione, la psicologia deve basarsi su una tradizione culturale così come fanno altre discipline che studiano la religione" (p. 70). Continuando con il pensiero di Vergote, "tutto quello che è umano è psichico, ma non soltanto psichico". La difficoltà nasce dal fatto che se è difficile definire cosa sia la religione è altrettanto difficile definire cosa sia la psicologia.

Dal momento che la religione nasce dall'uomo, ogni elemento della religione ha in sé qualcosa di psicologico, ma l'insieme della religione no. La religione non è una visione del mondo, perché la religione si basa su dei *sistemi di rivelazione* ("revelational systems") che in qualche modo differenziano la religione da una visione del mondo. Questi sistemi sono una struttura di rappresentazioni, discorsi, segni iconici, azioni simboliche, esperienze emotive e conseguenti leggi di comportamento. Tutte le religioni sono convinte che non la conoscenza o la rappresentazione del divino o dell'entità soprannaturale e neppure i rituali e le leggi morali sono state prodotte dall'uomo, ma che "sono state date all'uomo" (in questo senso, rivelate) da un entità soprannaturale tramite dei suoi "mediatori" umani. È proprio questo che caratterizza la religione, perché il punto di vista del mondo non è prodotto dal singolo individuo ma gli viene "rivelato" e quindi l'individuo interpreta sì il mondo ma con criteri che gli sono stati dati.

Un altro modo per definire la religione è quello che si ottiene dall'applicazione del metodo scientifico, ovvero tramite le definizioni operative. Ogni qualvolta in una scienza si vuole misurare qualcosa, è necessario dare una definizione di quel qualcosa che renda possibile l'operazione di misura stessa. In psicologia, questo serve spesso a rendere misurabili i costrutti psicologici che, generalmente, non lo sono. Concetti astratti come "felicità" o più concreti come "aggressività" sono in realtà dei costrutti complessi in cui rientrano diverse concezioni del termine in base ai contesti, alle persone che li agiscono/subiscono... La maggior parte dei costrutti psicologici fa riferimento a qualcosa che accade nella psiche che però si manifesta poi nel comportamento esterno. Se non è possibile misurare la psiche, è possibile osservare e misurare il comportamento dell'individuo. Allora la felicità può essere misurata in base alla frequenza dei sorrisi in un dato periodo di tempo, oppure di esclamazioni generalmente associate alla gioia oppure... a combinazioni di queste manifestazioni. Le definizioni operative devono essere formulate in modo che chiunque sia in grado di riconoscerle come tali e di applicarle, anche se potrebbe non essere in accordo sul fatto che quella definizione operativa sia effettivamente legata a quel costrutto.

Per quanto riguarda la psicologia della religione, una prima trasformazione è proprio quella di occuparsi della "religiosità" e di focalizzarsi sulle "manifestazioni" della religiosità in un individuo. In questo campo, come vedremo, più avanti, possiamo avere l'impegno religioso oppure il coinvolgimento dell'individuo. Per ora possiamo definire la religiosità come un vissuto psichico che risponde ad una ricerca di significato appellandosi al trascendente con specifiche modalità culturali e caratteristiche personali (Aletti, 2011).

3 Spiritualità

Spostare il focus sulla religiosità (e sull'individuo) porta a prendere in considerazione un aspetto particolare, che implica in qualche modo un trascendente ma che non è religione: la spiritualità. Se il concetto di religione, pur sembrando semplice e chiaro a tutti quando se ne parla, si è rivelato complesso, è altrettante complesso definire il concetto di "spiritualità" ed in effetti, nella maggior parte dei casi, viene definita

contrapponendola al concetto di "religione". In questa parte del testo mi focalizzo sulle definizioni della spiritualità, lasciando a dopo la discussione sulle posizioni reciproche, le inclusioni o le intersezioni.

Nel XIX sec. la parola "spirituality" non era comune, ma il termine "spiritualismo" veniva usato per descrivere quei fenomeni *psichici* legati agli *spiriti* (Nelson, 2009) che in italiano chiameremmo "spiritismo". Oggi, il termine spiritualità assume molti significati diversi (Zinnbauer et al., 1997) e viene usato in letteratura con accezioni diverse, perché ha a che fare con diversi domini di significato, diversi contesti culturali e diversi gruppi religiosi di riferimento. Fra le accezioni più usate vi è quella di "l'aspetto personale ed esperienziale della nostra relazione con il trascendente o con il sacro" (Nelson, 2009, p. 8). Questa accezione viene solitamente usata da chi vuole contrapporsi con la religione che viene anche definita come "strutture organizzative, pratiche e credenze di un gruppo religioso" (Zinnbauer, Pargament, & Scott, 1999).

I praticanti religiosi, preferiscono usare un'accezione di spiritualità che indica quella parte della "realtà vissuta della religione così come viene sperimentato da un seguace della tradizione" (Nelson, 2009, p. 8), quindi con l'intento di non separare il mondo religioso da quello laico, secolare.

Secondo Roof (1999, p. 35) la spiritualità comprende 4 ambiti:

- una fonte di valori e di senso ultimo o uno scopo al di là del sé, incluso un senso del mistero e dell'auto-trascendenza;
- un modo di capire (il mondo e le cose);
- una consapevolezza interiore;
- un'integrazione personale.

L'ultima caratteristica è particolarmente importante per Roof, perché la spiritualità ha una funzione integrativa e armonizzante che coinvolge la nostra unità interiore, il nostro rapporto e la nostra capacità di relazionarci con gli altri e con una realtà più ampia, che alimenta la nostra capacità di essere trascendenti.

Il fatto di essere spirituali non è una parte separata della nostra natura, ma una parte inseparabile di ciò che siamo e che facciamo (Shafranske & Gorsuch, 1984, p. 231; May, 2004, p. 42).

Molte visioni della spiritualità coinvolgono anche il "sacro" ovvero "quelle forze il cui dominio sugli uomini aumenta o sembra aumentare in proporzione allo sforzo dell'uomo di padroneggiarli" (Girard, 1977, p. 31) al punto che May (2004) ritiene impossibile studiare la spiritualità perché coincide con qualità misteriose e potenti che non possono essere ridotte a semplice oggetto di studio.

La spiritualità dovrebbe portare l'uomo oltre l'esperienza quotidiana e avere un effetto di trasformazione sulla nostra vita e sulle nostre relazioni. Per Shannon (2000) e per Vergote (2003), implica la ricerca di valori più elevati, della libertà interiore e di quelle cose che danno un significato alla vita. Mansager et al. (2002) ritengono che nel mondo occidentale questo si esplichi coinvolgendo Dio, mentre per i non-teisti coinvolge maggiormente la ricerca di un significato.

Jernigan (2001) definisce la spiritualità [corsivo mio]:

spiritualità	"*the organization (centering) of individual and collective life around* dynamic patterns of meanings, values, and relationships that are trusted to make life worthwhile (or, at least, livable) and death meaningful" (p. 418)	*l'organizzazione (focalizzata) della vita individuale e collettiva attorno* alle configurazioni dinamiche dei significati, dei valori e delle relazioni a cui fare affidamento per dare senso alla vita (o, almeno, renderla sopportabile) e alla morte
spiritualità cristiana	"*the organization (centering) of individual and collective life around* loving relationships with God, neighbor, self, and all of creation - responding to the love of God revealed in Jesus Christ and at work through the Holy Spirit" (p. 419)	*l'organizzazione (focalizzata) della vita individuale e collettiva attorno* alle relazioni d'amore con Dio, il prossimo, il sé e tutto il creato, nel rispondere all'amore di Dio che è rivelato in Gesù Cristo e si attua attraverso lo Spirito Santo

In entrambi i casi si tratta di organizzare la vita collettiva e individuale attorno a qualcosa..., la prima non implica una divinità ma un generico trascendente, la seconda integra la relazione d'amore con la divinità con tutto il resto.

Nelson (2009) riporta che molte definizioni "lunghe" della spiritualità sono generalmente teistiche, sono ricche di allusioni a credenze e pratiche specifiche, presentano contenuti comuni e sono multidimensionali con componenti esperienziali, relazionali e comportamentali. Mentre le definizioni "brevi" si concentrano sulle esperienze naturali, i valori personali e sono preferite dagli studiosi "empirici" perché sembrano fare riferimenti a qualità umane universali basate su leggi naturali invarianti che potrebbero essere facilmente studiate.

Rican (2003), affrontando la storia del concetto di spiritualità, lo fa risalire all'inizio della teologia cristiana, in cui la spiritualità viene definita come "il risultato del lavoro dello Spirito Santo in un individuo, o più specificamente, sull'anima" (p. 137).

Secondo Wulff (1997) il termine "spiritualità" è influenzato da alcune concezioni antiche, ad es. l'idea platonica che divide il corpo e lo spirito (cioè la parte materiale da quella spirituale). Come risultato di questa concezione, il concetto teologico di spiritualità assume aspetti di meditazione ed esperienza mistica.

L'uso massiccio del concetto di spiritualità si è verificato probabilmente negli anni sessanta e settanta. Un'intera generazione di persone orientate alla "ricerca" (*Quest*) trova un modo di esprimere la propria protesta contro tutti gli *establishments* e, nel caso della religione abbandonando le "denominations" e le loro dottrine ortodosse (Roof, 1993) per mezzo della "spiritualità", esprimendo questo abbandono religioso (ma solo verso le organizzazioni) tramite un famoso slogan "Io sono spirituale ma non religioso".

Il concetto di spiritualità è entrato lentamente e con riluttanza fra gli oggetti di studio della religione. Swenson (1999) osserva che "'spiritualità' è una parola molto popolare, ma il suo significato è molto oscuro" e la sua utilità nella ricerca è molto limitata. Secondo Pargament (1999) "alcuni scrittori utilizzano la religione e la spiritualità in termini spesso intercambiabili al punto che Spilka e McIntosh (1996) suggeriscono lo facciano per aggiungere varietà linguistica." (p. 5). Termini come "esperienza religiosa" o "religiosità" sembrano sufficienti se l'autore vuole comunicare che ciò che intendeva è l'aspetto soggettivo della religione.

Nel frattempo, l'uso del concetto di spiritualità ha continuato a crescere, soprattutto tra gli psicologi umanistici (Elkins, Hedstrom, Hughes, Leaf, & Saunders, 1988; Elkins, 2001).

Allo stesso modo, Swenson (1999) definisce la spiritualità come "quegli aspetti della religione e della religiosità che sono presenti all'interno della persona" (p. 101) o "una qualità di una persona la cui vita interna è orientata verso Dio, il soprannaturale o il sacro [...] comprende elementi come sentimenti, stati d'animo, atteggiamenti, credenze, attribuzioni, e simili" (p. 397).

Richards e Bergin (1997) confrontano le espressioni religiose e quelle spirituali; le prime "tendono ad essere confessionali, esterne, cognitive, comportamentali, rituali e pubbliche" e le seconde "universali, ecumeniche, interne, affettive, spontanee e private" (p. 13).

Un gruppo di psicologi leader della psicologia della religione (Hill et al., 2000, Pargament incluso) tentano di chiarire il rapporto tra i concetti di religione e spiritualità indicando come "prematuro insistere su un'unica definizione completa di entrambi i termini". Entrambi i costrutti sono, per questi autori, multidimensionali (o multisfaccettati).

L'accordo, tuttavia, è ben lungi dall'essere completo. Ispirato dal significato estremamente ampio del termine "spirito" nel discorso popolare di oggi, sono stati creati o selezionati un certo numero di concetti che aspirano ad essere l'elemento chiave della spiritualità o di includerla tra i suoi aspetti. Emmons (1999, p. 5), per esempio, cita la "ricerca di senso, per l'unità, per la connessione, per la trascendenza e per il più alto potenziale umano".

Stifoss-Hanssen (1999) preferisce "esistenzialità" come concetto chiave per la definizione di spiritualità. L'esistenzialità si riferisce ad una seria esperienza esistenziale, al contrario la sacralità non è importante. La spiritualità, a suo parere, può quindi anche essere "espressa da atei e da agnostici, da persone fortemente

impegnate in ecologia e altre attività idealistiche, e da persone ispirate da impulsi religiosi non facilmente comprensibili dai classici concetti religiosi (ad esempio, la sacralità)".

Per Belzen (2005), "la spiritualità è definita dal riferimento alla Trascendenza e da nient'altro". Comportamenti diversi (anche la prostituzione in determinate circostanze) possono quindi essere visti come atti spirituali, anche se la persona "dovrà fare appello alla trascendenza per essere in grado di chiamare questo comportamento una forma di spiritualità". Reich (2000) ritiene allo stesso modo che la spiritualità entra in azione quando "gli individui utilizzano qualcosa di trascendente o di grande importanza" che, ovviamente, può accadere altrettanto bene all'interno di un contesto religioso così come in uno profano.

È difficile, tuttavia, tracciare una linea tra questo tipo di esperienze spirituali e la percezione quotidiana (abbastanza comune) di bellezza, pace o felicità. Belzen (2005) suggerisce di risolvere il problema riconoscendo la spiritualità solo nei casi in cui la gente faccia uno sforzo soddisfacente in attività connesse con le esperienze in questione (esperienze spirituali e percezione quotidiana). Un'altra possibilità potrebbe essere semplicemente di accettare che il confine tra spirituale e non-spirituale, rimanga un po' confuso così come il confine tra il sacro e il profano.

In secondo luogo, soprattutto negli ultimi anni, c'è stata una tendenza a costruire questionari di spiritualità per evitare termini religiosi tradizionali (Dio, divinità, preghiera) a favore di quelli filosofici, psicologici e popolari, con inclusione della tradizione sul misticismo (realizzazione, aldilà, collegamento, significato, pace, bellezza, integrità, fusione, natura, umanità, trascendenza, picco di esperienza, eternità, felicità, ecc.) Da questo punto di vista, il concetto di spiritualità si struttura gradualmente in base ai tentativi messi in atto per studiarla per mezzo di questionari e può forse essere definita come una sorta di generale religiosità, non specifica.

Il termine "spiritualità" è diventato molto popolare nel discorso comune, soprattutto nei paesi di lingua inglese. La sua funzione fondamentale è quella di esprimere auto-identificazione tra le persone che vogliono sottolineare gli aspetti positivi della religione, rifiutando la sua forma concreta, vale a dire, il cristianesimo, in particolare le chiese. Lo slogan "Io sono spirituale, ma non religioso" (caro anche a molti psicologi interessati alla religione) è stata la fonte principale della popolarità della parola. Secondo un recente sondaggio citato da Elkins (2001), il 55% dei membri della divisione di Psicologia Umanistica dell'APA è in accordo con quell'affermazione. Nel corso degli ultimi dieci anni, il termine è anche diventato molto popolare negli studi di psicologia della religione, con la polarizzazione tra religione e spiritualità simile a quella che si trova nel discorso comune. Il concetto di spiritualità tende ora a comprendere l'esperienza religiosa, mentre il concetto di religione viene gradualmente ridotto a quello esterno, visibile, istituzionale.

Tuttavia, se uno psicologo dice: "religione", si dovrebbe comprendere che significa in primo luogo la *religione vissuta e sperimentata* dall'individuo.

4 Religione e spiritualità

Non è facile distinguere fra religiosità e spiritualità. Infatti i due termini assumono spesso significati sfumati che identificano approcci fra loro simili ma anche molto diversi.

In parte, la spiritualità distingue fra materiale e spirituale pur senza fare riferimento ad un esplicito trascendente. La sua trascendenza è specificamente vaga e immateriale e non fa riferimento esplicitamente ad un sacro. Al contempo, lo "spirituale" è presente nelle religioni: da un punto di vista concreto come le religioni distinguono gli aspetti materiali e concreti (la gestione della comunità religiosa) da quello spirituale (o religioso), con persone che si occupano degli aspetti organizzativi e altri che si occupano di quelli più spirituali.

Nel cattolicesimo, certi "atti" (come la preghiera, la meditazione o la penitenza) avevano l'esplicito compito di aiutare a diminuire l'importanza della "carne" (cioè il corpo) per esaltare ed amplificare lo spirito (cioè l'anima). Questo stile di vita era quello associato agli eremiti, ai mistici e ai contemplativi.

Per questo motivo, le pratiche religiose si potrebbero distinguere (Hood, Hill, & Spilka, 2009) in "personali" (ovvero spirituali) e comunitarie (cioè religiose). Questo ci porterebbe quindi ad una possibile divisione fra spiritualità e religione: l'una ha a che fare con l'individuo e l'altra con l'istituzione.

Tuttavia, negli ultimi tempi, il concetto di religione si è contrapposto con quello di spiritualità e spesso i due concetti svolgono ruoli diversi l'uno rispetto all'altro, complicando l'interazione. Tanto per introdurre il problema, per alcuni, vi è sovrapposizione (Miller & Thoresen, 2003), in quanto la spiritualità è un sovrainsieme della religiosità (e quindi si arriva alla spiritualità come ampliamento della religiosità); per altri è la religiosità ad essere un sovrainsieme della spiritualità (Pargament, 1997, 1999) e quindi l'individuo inizia come spirituale e poi evolve verso una concezione più religiosa; infine per altri ancora religiosità e spiritualità sono completamente diversi fra loro e non sono sovrapponibili.

Un certo numero di studiosi vede la Spiritualità e la Religione come concettualmente diverse. Sinnott (2001) pensa che la Spiritualità implichi una relazione con il sacro diversa da quella religiosa che implica l'adesione a credenze e pratiche specifiche . Successivamente Sinnott (2002a, 2002b) ammette che è difficile separare e distinguere Spiritualità e religione soprattutto perché già a livello teorico e di ricerca non vengono separate.

Ci sono numerose indicazioni nella letteratura empirica che con campioni occidentali sia possibile 1) sviluppare definizioni e strumenti di misura che servono per misurare separatamente e in modo affidabile religione e Spiritualità, 2) trovare che hanno qualità o effetti diversi, 3) identificare persone che sono spirituali o religiosi (ma non entrambi) anche se in molti individui le rispettive misure sono molto correlate (Halman & Riis, 2003; Shahabi et al., 2002). Per esempio, Dowling e colleghi (2004) hanno trovato che religione e Spiritualità hanno effetti indipendenti, anche se la Spiritualità ha un effetto sulla religiosità. Gli A. hanno trovato che la spiritualità implica spesso comportamenti prosociali quali l'orientamento ad aiutare gli altri, fare le cose giuste e partecipare ad attività di interesse personale, mentre la religiosità implica credenze e influenze istituzionali.

Studi sugli adulti mostrano come la Religione e Spiritualità possono essere separati e che possono cambiare in modo separato nel corso dello sviluppo con medie di gruppo della religiosità che rimangono abbastanza costanti lungo tutto l'arco della vita mentre la spiritualità cresce con l'età, in particolare dopo i 60 anni (ad es. Dillon & Wink, 2003). Gli individui che sono spirituali ma non religiosi possono differire nelle credenze, ad es. possono avere livelli più elevati di nichilismo, la credenza che la vita non ha uno scopo (Shahabi et al., 2002).

Altri autori fanno obiezioni alla prassi di separare Spiritualità e Religione. Ci sono persone tradizionalmente religiose che rifiutano l'idea che siano separate (ad es. Merton, 2005, p. 46). Zinnbauer et al. (1999) ritengono che i ricercatori che fanno una stretta distinzione tra religione e Spiritualità spesso polarizzano i concetti caricandoli di valori, per cui le religioni organizzate vengono definite in termini negativi e la spiritualità individualistica in termini positivi, per cui queste definizioni ci raccontano di più sui pregiudizi dei ricercatori che non sulle persone che loro hanno studiato. Questo si riflette nella concezione che ne ha la gente comune. In uno studio su adulti statunitensi, solo il 6,7% del campione faceva distinzione fra spiritualità e religione, mentre il resto le vedeva come in relazione fra loro (Zinnbauer et al., 1997).

Risultati simili sono stati trovati anche in Giappone (Takahashi & Ide, 2003) mentre delle ricerche nell'ambito della personalità (Piedmont, 2005) suggeriscono che le persone con alti punteggi di spiritualità o di religiosità hanno molte cose in comune ad es. l'atteggiamento compassionevole verso gli altri. Verma e Maria (2006) ritengono che, in certi contesti culturali, distinguere fra religione e spiritualità può non avere alcun significato e che anche quando si possono distinguere, si riscontra che le due si sostengono in modo positivo l'un l'altra.

Per questi motivi, Nelson (2009) si chiede se sia veramente possibile essere spirituali senza essere religiosi. La sua risposta è che se si intende la possibilità di essere coinvolti in una ricerca spirituale senza essere formalmente membri di un gruppo religioso, allora la riposta è "sì". Al contrario, una completa e assoluta separazione fra spiritualità e religione è impossibile.

Di opinione opposta è Elkins (1998) che ritene possibile separare religione e spiritualità e ha predisposto una programma per raggiungere una "spiritual life" al di fuori di ogni religione. Diversi autori hanno però fatto rilevare che questo programma utilizza in abbondanza pratiche comunemente utilizzate dalle maggiori religioni tradizionali. E questo dimostrerebbe che le pratiche spirituali senza il supporto di una struttura religiosa tradizionale è difficile (Hill & Pargament, 2003; Eliassen, Taylor, & Lloyd, 2005).

Nell'ambito del Cristianesimo, sia fra i teologi sia fra i credenti praticanti vi è sempre stata una certa resistenza a scindere la religione dalla spiritualità considerando questo processo non corretto e dannoso. Diversi autori hanno argomentato sul fatto che religione e spiritualità siano entrambe necessarie (Nelson, 2009; che cita Tillich, 1963, pp. 88-89; Pannenberg, 1983, p. 13; Rahner, 1975, p. 40; Sheldrake, 1995, pp. 52-57; Rossler, 1999).

Pargament (1999) individua due aspetti di quella che lui chiama la polarizzazione della Spiritualità e della Religione: individuale vs. istituzionale e bene vs. male. Riprendendo se stesso (1997) offre una possibile soluzione, definendo la spiritualità come un "ricerca del sacro" e la religione come "ricerca di significato in modi legati al sacro" (p. 11). Per le persone molto spirituali (la cui vita è totalmente dedicata alla ricerca del sacro, cioè per coloro che vedono tutta la vita come sacra), vi è "poca differenza tra religione e spiritualità". La maggior parte delle persone, tuttavia, partecipano alla religione prevalentemente, se non esclusivamente, per raggiungere altri obiettivi personali importanti come la salute, la gloria o il denaro. Così la religione può essere usata e abusata in vari modi: può anche essere completamente svuotata del suo nucleo e rimanere religione.

Se religione e spiritualità sono distinte seppur legate tra loro, ci sono due modi per intendere la loro relazione. La prima è di supporre che uno dei due costrutti sia un sotto-insieme dell'altro. Per cui, quando Pargament indica la religione come una ricerca di significato nell'ambito del sacro, vede la religione come un concetto più vasto della spiritualità. Stifoss-Hanssen (1999) ritiene invece che la spiritualità sia più ampia della religione perché la sacralità enfatizzata nella religione non viene sperimentata da atei e agnostici. Una terza prospettiva è che la religione sia legata al sacro ma che la sacralità possa essere intesa in modi diversi (Demerath, 2000). In questo modo, il sacro (diversamente inteso) sarebbe quella parte che religione e spiritualità hanno in comune e quindi benché distinte, spiritualità e religione avrebbero una parziale sovrapposizione (Hill et al., 2000; Benson, Roehlkepartain, & Rude, 2003).

È chiaro che si sta parlando di modi diversi (anche molto diversi) di intendere "religione" e "spiritualità".

Nielsen et al. (1988) stilano un elenco di 12 caratteristiche per distinguere tra religione e mondo secolare (in cui dovrebbe posizionarsi la spiritualità).

1. "Belief in a supernatural or other beyond, yet basic to, ordinary existence and experience" [La credenza in un aldilà soprannaturale o di altro tipo, su cui basare l'esistenza ed esperienza ordinaria]
2. "The presence of a distinction between sacred and profane, or between ultimate and apparent reality" [La presenza di una distinzione tra sacro e profano, o tra una realtà ultima e una apparente]
3. "Some emphasis upon ritual or corporate worship or observance" [Enfasi su culto e osservanza rituale o sociale];
4. "The possession of a moral code or ethical principles, or of a belief that spirits must be 'appeased' in some way (by offerings, sacrifice etc.)" [Possedere un codice morale o dei principi etici, o la credenza che gli spiriti devono essere 'placati' in qualche modo (con offerte, sacrifici, ecc.)];
5. "A striving to attain levels of consciousness beyond normal human experience" [L'impegno di raggiungere livelli di coscienza oltre la normale esperienza umana];
6. "The use of sacred texts, prayers, chants, mantras, hymns etc. in an attempt to influence divine will (whether this will is thought of a trascendent or immanent)" [L'uso di testi sacri, preghiere, canti, mantra, inni, ecc. nel tentativo di influenzare la volontà divina (se questa volontà è pensata di un trascendente o immanente)];
7. "The presence of a worldview and of the place of the individual within this view" [La presenza di una visione del mondo e ruolo dell'individuo in questa visione];

8. “A personal commitment by adherents to this worldview and to the demands it places upon the individual” [Un impegno personale ad adererire a questa visione del mondo e alle esigenze che pone sull’individuo];
9. “The presence of formal organization (in the form of institutions, social groupings etc.)” [La presenza di un’organizzazione formale (sotto forma di istituzioni, gruppi sociali, ecc.)];
10. “The promotion of inner states of harmony with the divine and with one’s own true nature” [La promozione di stati interni di armonia con il divino e con la propria vera natura];
11. “A belief in an afterlife of some kind (in other dimensions and/or through reincarnation in this world)” [Credenza in un qualche tipo di vita dopo la morte (in altre dimensioni e/o attraverso la reincarnazione in questo mondo)];
12. “A desire (stronger in some instances than others) to proselytize themselves” [Un desiderio (più forte in alcuni casi di altri) di convertirsi].

Successivamente, Fontana (2003, p. 10) ha ridotto le caratteristiche a tre:

1. “Credere in una dimensione spirituale”;
2. “Osservanza di un insieme di rituali o pratiche spirituali”;
3. “Adesione a una dottrina di condotta etica derivante da un insegnamento spirituale”.

Alcuni individui accettano solo la prima, altri accettano le ultime due e altri ancora le accettano tutte. Secondo Fontana, chi accetta solo la prima caratteristica può essere definito come **spirituale**; chi accetta le ultime due come **spirituale-religioso;** chi le accetta tutte tre come **religioso**.

Hood et al. (2009) riassumono le differenze fra spiritualità e religiosità in questo modo:

- la spiritualità è personale e soggettiva
- la spiritualità non richiede l’esistenza di un’istituzione (non è necessario che vi siano più persone che credano la stessa cosa e, soprattutto, che si riuniscano)
- una persona spirituale dà molta importanza ai valori piuttosto che ai riti
- non serve una divinità per essere spirituali (ma qualcuno include un “potere superiore”)

Infine, per Hood et al. (2009) la religiosità è un sottoinsieme della spiritualità, tuttavia se la religiosità implica sempre la spiritualità, è possibile che ci possa essere una spiritualità non religiosa.

5 Bisogno di senso nella psicologia della religione

Un film del 2007 (*Non è mai troppo tardi*) racconta la storia di due uomini che scoprono entrambi di essere gravemente malati e di avere forse un anno di vita. Decidono di preparare una lista di cose da fare e di passare il tempo che resta facendo tutte le cose eccitanti e fantastiche che avevano sempre sognato di fare nella vita: scalare montagne, fare safari e, ovviamente, belle donne. Per uno dei due (un dirigente aziendale sposato quattro volte e con una figlia per cui è un estraneo), la nuova vita non è molto diversa da quella solita. L’altro uomo è un meccanico, ha invece vissuto una vita semplice e basata su valori come la famiglia e la fede. La fine della lista si avvicina e gli interessi dei due uomini tornano alla loro vita solita. L’uomo semplice capisce che sua moglie è molto più importante di quanto aveva sempre pensato, anche se non l’aveva capito. Il secondo, capisce che è il momento di conoscere finalmente suo figlia e suo nipote. Entrambi hanno capito ciò che conta di più nella loro vita.

Questo film rappresenta bene il concetto di “search for meaning” che è una parte fondamentale dell’individuo e che è anche diventato il paradigma interpretativo più utilizzato in psicologia della religione. La religione è importante per uno dei due uomini, ma non per l’altro; ma entrambi, con la loro lista, stanno cercando il significato della loro esistenza.

La “ricerca di significato” presenta tre aspetti psicologici: cognizione, motivazione e socialità. Per ora la ricerca di significato non è ancora una teoria della psicologia della religione ma è una sorta di riferimento teorico in parte vago e in parte definito: la religione è l’unica in grado di aiutare in questa ricerca. In realtà, potrebbe essere che l’approccio tramite la ricerca di un significato porti ad una teoria psicologica valida in

tutti i campi della psicologia (e non solo in psicologia della religione), ma per ora serve a spiegare il ruolo della religione nella vita umana.

- L'aspetto cognitivo ci dice che l'essere umano è un cercatore di significato che fa sforzi per dare un senso globale alla sua esistenza.
- L'aspetto motivazionale ci dice che l'uomo ha necessità di avere il controllo su se stesso e sul proprio ambiente.
- L'aspetto sociale ci dice che l'individuo esiste (sente la necessità di vivere) all'interno delle proprie relazioni. Non solo l'individuo ha bisogno di relazionarsi con gli altri per sopravvive e prosperare, ma interagire con gli altri lo aiuta a scoprire i significati che cerca.

5.1 Aspetti cognitivi

È normale presumere (cioè assumere) che ogni individuo umano, mentalmente capace, prima o poi cerchi di capire cos'è la vita. Hood et al. (2009) affermano che "Sebbene ci sia una sorta di indeterminatezza scientifica nel concetto di 'meaning' [senso, significato] — quindi gli psicologi a volte preferiscono usare altri termini che vi si sovrappongono, come 'struttura cognitiva' — nessun altra parola sembra catturare anche il suo significato intrinseco".

La precedente edizione del testo (Hood, Spilka, Hunsberger, & Gorsuch, 1996) utilizzava in abbondanza la teoria dell'attribuzione che spiega il comportamento assegnando un ruolo o un'influenza a vari fattori situazionali e disposizionali. Possiamo dire che una persona ha il cancro perché era un fumatore o viveva in un ambiente pieno di fumo oppure possiamo dire che l'azione di Dio è misteriosa e sicuramente c'è un senso in quello che fa. Entrammbe sono delle attribuzioni.

La ricerca sulle "attribuzioni" è diventata importante nella psicologia della cognizione sociale e si cominciò ad usarla anche per gli stati emotivi e poi anche in altri campi. Tra i fattori coinvolti nel capire il genere di attribuzioni che la gente attua, vi sono le influenze dovute alle situazioni e quelle relative alla predisposizione personale: la natura dell'evento da spiegare (positivo, negativo o neutro) e l'ambito dell'evento (medico, sociale, economico), il luogo in cui l'evento accade (una chiesa, la cima di una montagna, un ufficio...). Anche la personalità, l'atteggiamento, il linguaggio, le inclinazioni cognitive...

Spilka e Schmidt (1983) svolgono una ricerca sulle spiegazioni che una persona utilizza, prendendo in considerazione: (1) se l'evento si verifica per sé o per altri; (2) quanto sia importante; (3) se è positivo o negativo; (4) qual è l'ambito (economico, sociale, o medico). Sono stati utilizzati 135 giovani (studenti di un corso di psicologia oppure frequentanti una chiesa) tutti altamente religiosi. Sono state scritte 12 piccole storie che implicavano eventi sociali, economici o medici (4 storie per ciascun ambito). In ogni ambito 2 storie descrivevano un evento importante e le altre due uno meno importante. Una delle due storie era positiva e l'altra negativa. Metà delle storie erano personali (avevano il soggetto come protagonista della storia) mentre l'altra metà era impersonale (facevano riferimento ad un'altra persona). I partecipanti potevano fare attribuzione 1) alle caratteristiche del personaggio, 2) eventuali altre persone (anche non presenti nella storia), 3) al caso, 4) a Dio, 5) alla fede del personaggio della storia. Infine, una parte dei soggetti erano sottoposto ad esperimento in una scuola, un'altra parte in una chiesa. I risultati riportano che la situazione (scuola, chiesa) non ha alcun effetto sulle risposte. L'attribuzione a Dio era frequente nelle storie mediche, positive e importanti. Il fattore personale/impersonale non aveva effetto da solo ma solo in interazione con i tre precedenti.

Anche se la teoria dell'attribuzione è diventata importante in psicologia sociale e Hill e Gibson (2008) ritengono sia sottoutilizzata in psicologia della religione, bisogna considerare che le persone (religiose o meno) non parlano delle loro attribuzioni, ma di ciò che da senso alla vita.

5.2 Religione e ricerca di significato

Aristotele diceva che tutti gli uomini hanno un desiderio naturale di conoscere. Argyle (1959) diceva che "uno dei mnaggiori meccanismi che sottostanno alle credenze religiose è semplicemente il desiderio cognitivo di capire" (p. 57), Budd (1973) che "la religione è una forma di conoscenza [...] risposte preesistenti all'eterno problema di senso" (p. 79) e Clark (1958) che "la religione, più di qualunque altra funzione umana, soddisfa la necessità di un senso della vita" (p. 419).

Qual è la specificità della religione che fa sì che così tante persone la usino per dare un senso all'esistenza personale? Per alcuni credenti, la religione dice la verità e perciò diventa facile credere in ciò che dice; per altri, la verità della religione è così "forte" e "importante" che nessun altra proposta di verità ha senso, per altri ancora, la pretesa assoluta di verità è assurda, ma ritengono comunque che la religione possa rispondere alle loro domande. Hood et al. (2009) affermano che "La religione riempie gli spazi vuoti della nostra conoscenza della vita e del mondo e ci offre sicurezza."

Park (2005) ci aiuta perché distingue tra "global meaning" (senso globale) e "meaning making" (ricerca di senso): il primo è il significato generale della vita e implica credenze, obiettivi ed emozioni, il secondo è specifico dei momenti di crisi e delle circostanze difficoltose ed è "un processo di lavoro per recuperare il senso globale della vita quando è stato perturbato o violato, tipicamente da qualche evento 'grande' o sgradevole".

5.3 Perché rivolgersi alla religione per un significato

Non tutte le persone cercano un senso tramite la religione, alcuni magari hanno provato e non trovato risposte per loro soddisfacenti. L'attuale società è considerata "secolare/secolarizzata" ovvero una società in cui il ruolo della religione è cambiato o meglio si è trasformato da una scelta "forzata" a un continuum di possibili scelte (dalle religioni tradizionali a quelle più recenti – e anche più lontani da un concetto comune di religione – alla non credenza) ciascuna delle quali può diventare un punto di partenza per la propria ricerca di senso. In questo contesto, il "trascendente" non è più necessario e può essere sostituito da "immanente".

Tuttavia per molte persone la religione continua ad essere un fornitore di senso. Hood, Hill, e Williamson (2005) hanno identificato 4 criteri per cui la religione è (da sola e in modo univoco) capace di fornire un senso globale della vita: 1) esaustività, 2) accessibilità, 3) trascendenza, 4) richieste dirette.

Esaustività. La religione è il sistema di senso più completo ed esaustivo perché ingloba lavoro, famiglia, obiettivi, relazioni personali, valori duraturi e ideali. Include credenze sul mondo (creazione e scopo) e su se stessi (natura umana, ambiente sociale e naturale, aldilà), rischi e aspettative (premi per i buoni, punizioni per i cattivi, obiettivi (generosità, altruismo, supremazia), azioni (compassione, carità, violenza), e le emozioni (amore, gioia, pace).

Accessibilità. La visione religiosa del mondo è facilmente accessibile a tutti, non solo all'interno (catechesi, educazione religiosa) ma anche anche all'esterno (interventi su quali sono i comportamenti accettabili e quelli inaccettabili) [per gli USA, anche le TV religiose e i predicatori televisivi]. Le persone credenti trovano conforto nel fatto che la religione è globale ('comprehensive') e comprensibile ('comprehensible'). Viktor Frankl (1946) diceva che "più il senso ['meaning'] è completo, meno è comprensibile". Wuthnow (1998) chiama le persone che sono "cercatori spirituali ("spiritual seekers") quegli individui che hanno l'anelito a esplorare ogni nuova proposta religiosa (o spirituale) e si sentono a proprio agio nella confusione della ricerca della spiritualità perché sono più attirati dalla ricerca che non dalla risposta.

Trascendenza. Per sua stessa natura (cfr. le definizioni precedenti) la religione implica un trascendente. Anche se Taylor (2007) insiste che la trascendenza non è un criterio necessario per dare un significato, la credenza in un trascendente (soprattutto se un essere autoritativo) è alla base di molte ricerche di senso che hanno raggiunto la piena convinzione e soddisfazione (Wong, 1998). Inoltre, la religione fornisce particolare

argomento (a cui dare senso) che è quello dell'aldilà, per cui tutti coloro che cercano risposte sul fine ultimo e l'autorità finale, non possono fare a meno che rivolgersi ad una religione (Emmons, 1999).

Richieste dirette. Nessun altro sistema di significati è così audace nel proclamare la propria abilità di dare un senso alla vita. La divinità richiede (e il fedele fornisce) forme di comunicazione diretta, e attraverso questa comunicazione, lo stabilirsi di una relazione totalizzante.

5.4 La ricerca di senso motivazionale: la necessità di controllo

Perché la ricerca di senso è così importante per le persone?

L'importanza è riscontrabile nella quantità di filosofi e teologi che se ne occupano o se ne sono occupati e tra le svariate risposte, quella che interessa particolarmente la psicologia della religione è il fatto che il significato soddisfa nel miglior modo la necessità di ogni individuo di controllare la situazione. Il senso di potere è un argomento affrontato da diversi filosofi e già Reid (1788) riteneva che il potere è uno dei desideri umani basilari, così come per Adler è una necessità di vita.

La necessità di sentirsi padroni di se stessi (per lo meno nell'istante attuale) è talmente importante per l'essere umano da accontentarsi anche della semplice illusione di controllo. Per Baumeister (1991) la percezione di autoefficacia è l'essenza del controllo.

I meccanismi di attribuzione non dipendono solo dalla necessità di senso ma anche dalla padronanza e dal controllo; secondo (Seligman, 1975) tutti gli organismi superiori cercano di predire e controllare gli esiti degli eventi che li riguardano. I teorici dell'attribuzione hanno collegato questo comportamento con le novità, la frustrazione o il fallimento, la mancanza di controllo e la limitazione della libertà personale.

Sembra che la gente acquisisca un senso di controllo dando un senso a ciò che succede e alla capacità di predire quello che succederà, anche se il risultato fosse indesiderato.

Le prime ricerche identificavano le cause di un evento in se stessi, nella fortuna o nel caso, oppure nel potere di altri individui. Tuttavia le persone religiose minimizzano il ruolo del caso o del fato e preferiscono attribuire gli eventi all'intervento di Dio. Inoltre, sembrerebbe che l'attribuzione a Dio sia indipendente dalle credenze nel caso o nel potere degli altri e che sia positivamente correlato con il benessere.

6 Riferimenti bibliografici

Aletti, M. (2011, december 8-9). *La psychologie de la religion entre psychologie sociale et clinique. Quelques thèmes théoriques et méthodologiques.* Brest, France. (Invited lecture at the "10e Journées d'études en psychologie sociale: Phénomènes religieux, croyances et identités")

Argyle, M. (1959). *Religious behavior*. Glencoe, IL: Free Press.

Argyle, M., & Beit-Hallahmi, B. (1975). *The social psychology of religion*. London: Routledge & Kegan Paul.

Batson, C. D., Schoenrade, P. A., & Ventis, W. L. (1993). *Religion and the individual: A social-psychological perspective*. New York: Oxford University Press.

Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. New York: Guilford Press.

Bellah, R. N. (1970). *Beyond belief. Essay on religion in a post-traditional world*. New York: Harper & Row.

Belzen, J. A. (2005). In defense of the object: on trend and directions in the psychology of religion. *International Journal for the Psychology of Religion*, *15*, 1-16.

Benson, P. L., Roehlkepartain, E. C., & Rude, S. P. (2003). Spiritual development in childhood and adolescence: Toward a field of inquiry. *Applied Developmental Science*, *7*, 204-212.

Budd, S. (1973). *Sociologists and religion*. London: MacMillan.

Clark, W. H. (1958). *The psychology of religion*. New York: Macmillan.

Coe, G. A. (1916). *The psychology of religion*. Chicago: University of Chicago Press.

Demerath, N. J. (2000). The varieties of sacred experience: Finding the sacred in a secular grove. *The International Journal for the Psychology of Religion*, *39*, 1-11.

Dillon, M., & Wink, P. (2003). Religiousness and spirituality: Trajectories and vital involvement in late adulthood. In M. Dillon (Ed.), *Handbook of the sociology of religion* (p. 179-189). Cambridge: Cambridge University Press.

Dowling, E., Gestsdottir, S., Anderson, P., von Eye, A., Almerigi, J., & Lerner, R. (2004). Structural relations among spirituality, religiosity, and thriving in adolescence. *Applied Developmental Science*, *8*, 7-16.

Dresser, H. W. (1929). *Outlines of the psychology of religion*. New York: Crowell.

Eliassen, A. H., Taylor, J., & Lloyd, D. A. (2005). Subjective religiosity and depression in the transition to adulthood. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *44*, 187-199.

Elkins, D. N. (1998). *Beyond religion: A personal program for building a spiritual life outside the walls of traditional religion*. Wheaton, IL: Theosophical.

Elkins, D. N. (2001). Beyond religion: Toward a humanistic spirituality. In K. J. Schneider, J. F. T. Bugental, & J. F. Pierson (Eds.), *The handbook of humanistic psychology.* London: Sage Publications.

Elkins, D. N., Hedstrom, L. J., Hughes, L. L., Leaf, J. A., & Saunders, C. (1988). Toward a humanistic-phenomenological spirituality. *Journal of Humanistic Psychology*, *28*(4), 5-18.

Emmons, R. A. (1999). *The psychology of ultimate concerns*. New York: Guildford Press.

Fontana, D. (2003). *Psychology, religion, and spirituality*. Malden-Oxford-Victoria: BPS Blackwell.

Frankl, V. E. (1946). *Ein psycholog erlebt das konzentrationslager*. Wien: Verlag für Jugend und Volk. (Eng. tr. *Man's search for ultimate meaning*. Cambridge, MA: Perseus, 2000)

Girard, R. (1977). *Violence and the sacred.* Baltimore: Johns Hopkins University Press.

Gould, S. J. (1999). *Rocks of ages*. New York: Ballantine.

Halman, L., & Riis, O. (2003). Contemporary European discourses on religion and morality. In L. Halman & O. Riis (Eds.), *Religion in secularizing society: The Europeans' religion at the end of the 20th century* (p. 1-21). Leiden: Brill.

Hill, P. C., & Gibson, N. J. S. (2008). Whither the roots? Achieving conceptual depth in the psychology of religion. *Archive for the Psychology of Religion/Archiv für Religionspsychologie*, *30*, 19-35.

Hill, P. C., & Pargament, K. I. (2003). Advances in the conceptualization and measurement of religion and spirituality: Implications for physical and mental health research. *American Psychologist*, *58*, 64-74.

Hill, P. C., Pargament, K. I., Hood, R. W., McCullough, M. E., Swyers, J. P., Larson, D. B., & Zinnbauer, B. J. (2000). Conceptualizing religion and spirituality: Points of commonality, points of departure. *Journal for the Theory of Social Behavior*, *30*(1), 51-77.

Hood, R. W., Jr., Hill, P. C., & Spilka, B. (2009). *The psychology of religion. An empirical approach* (4th ed.). New York-London: Guilford Press.

Hood, R. W., Jr., Hill, P. C., & Williamson, W. P. (2005). *The psychology of religious fundamentalism*. New York-London: The Guildford Press.

Hood, R. W., Jr., Spilka, B., Hunsberger, B., & Gorsuch, R. L. (1996). *The psychology of religion. An empirical approach* (2nd ed.). New York: Guilfort Press. (Trad. it. *Psicologia della religione. Prospettive psicosociali ed empiriche.* Torino: Centro Scientifico Editore, 2001.)

James, W. (1902). *The varieties of religious experience: a study in human nature*. New York-London-Bombay: Longmans, Green. (Trad. it. *Le varie forme dell'esperienza religiosa. Uno studio sulla natura umana.* Brescia: Morcelliana, 1998.)

Jernigan, H. L. (2001). Spirituality in older adults: A cross-cultural and interfaith perspective. *Pastoral Psychology*, *49*(6), 413-437. (PDF)

Lambert, Y. (1991). La "Tour de Babel" des définitions de la religion. *Social Compass*, *38*, 73-85.

Malinowski, B. (1944). *A scientific theory of culture and other essays*. Chapel Hill: University of North Carolina Press.

Mansager, E., Gold, L., Griffith, B., Kal, E., Manaster, G., McArter, G., ... Silverman, N. N. (2002). Spirituality in the Adlerian forum. *Journal of Individual Psychology*, *58*(177-196).

May, G. (2004). *The dark night of the soul: a psychiatrist explores the connection between darkness and spiritual growth*. San Francisco: HarperSanFrancisco.

Merton, T. (2005). *Cassian and the fathers: Initiation into the monastic tradition* (P. O'Connell, Ed.). Cistercian Press: Kalamazoo, MI.

Miller, W. R., & Thoresen, C. E. (2003). Spirituality, religion,and health: an emerging research field.

American Psychologist, *58*, 24-35.

Nelson, J. M. (2009). *Psychology, religion, and spirituality*. New York: Springer.

Nielsen, N. C., Hein, N., Reynolds, F. E., Miller, A. L., Karf, S. E., Cowan, A. C., ... Erdel, T. (1988). *Religions of the world* (2nd ed.). New York: St. Martin's Press.

Pannenberg, W. (1983). *Christian spirituality*. Philadelphia, PA: Westminster.

Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research and practice*. New York-London: Guilford Press.

Pargament, K. I. (1999). The psychology of religion and spirituality? yes and no. *The International Journal for the Psychology of Religion*, *9*(1), 3-16.

Park, C. L. (2005). Religion and meaning. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (p. 295-314). New York: The Guilford Press.

Piedmont, R. L. (2005). The role of personality in understanding religious and spiritual constructs. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (p. 253-273). New York: The Guilford Press.

Rahner, K. (1975). *Theological investigation, volume 13: Theology, anthropology, christology*. London: Darton, Longman & Todd.

Reich, K. H. (2000). What characterizes spirituality? A comment on Pargament, Emmons and Crumpler, and Stifoss-Hanssen. *International Journal for the Psychology of Religion*, *10*(2), 125-128.

Reid, T. (1788). *The active powers of the human mind*. Cambridge, MA: MIT Press. (ristampa)

Richards, P., & Bergin, A. (1997). *A spiritual strategy for counseling and psychotherapy*. Washington: American Psychological Association.

Říčan, P. R. (2003). Spirituality in psychology: The concept and its context. *Studia Psychologica*, *45*(3), 249-257.

Roof, W. C. (1993). *A generation of seekers: The spiritual journeys of the baby boomers*. San Francisco: Harper San Francisco.

Roof, W. C. (1999). *Spiritual marketplace: Baby boomers and the remaking of american religion*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Rossler, D. (1999). The unity of practical theology. In F. Schweitzer & J. Van Der Ven (Eds.), *Practical theology: International perspectives* (p. 29-38). New York: Peter Lang.

Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death*. San Francisco: Freeman.

Shafranske, E. P., & Gorsuch, R. L. (1984). Factors associated with the perception of spirituality in psychotherapy. *Journal of Transpersonal Psychology*, *16*, 231-241.

Shahabi, L., Powell, L. H., Musick, M. A., Pargament, K. I., Thoresen, C. E., Williams, D., ... Ory, M. A. (2002). Correlates of self-perceptions of spirituality in american adults. *Annals of Behavioral Medicine*, *24*(1), 59-68.

Shannon, W. (2000). *Thomas Merton's paradise journey: writings on contemplation*. Wellwood, UK: Burns & Oates.

Sheldrake, P. (1995). *Spirituality and history: Questions of interpretation and method* (Rev. ed.). London: SPCK.

Sinnott, J. D. (2001). Introduction: Special issue on spirituality and adult development Part I. *Journal of Adult Development*, *8*, 199-200.

Sinnott, J. D. (2002a). Introduction: Special issue on spirituality and adult development Part II. *Journal of Adult Development*, *9*, 1-2.

Sinnott, J. D. (2002b). Introduction: Special issue on spirituality and adult development Part III. *Journal of Adult Development*, *9*, 95-96.

Spilka, B., & McIntosh, D. N. (1996). Religion and spirituality: The known and the unknown. In *Paper presented at the American Psychological Association.* Toronto.

Spilka, B., & Schmidt, G. (1983). General attribution theory for the psychology of religion: The influence of event-character on attributions to god. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *22*, 326-339.

Spiro, M. E. (1966). Religion: Problems of definition and explanation. In M. Banton (Ed.), *Anthropological approaches to the study of religion* (p. 85-126). London: Tavistock.

Stifoss-Hanssen, H. (1999). Religion and spirituality: What a european ear hears. *International Journal for the Psychology of Religion*, *9*, 25-33.

Swenson, D. S. (1999). *Society, spirituality, and the sacred*. Peterborough: Broadview Press.

Takahashi, M., & Ide, S. (2003). Implicit theories of spirituality across three generations: A cross-cultural comparison in the U.S. and Japan. *Journal of Religious Gerontology*, *15*(4), 15-38.

Taylor, C. (2007). *A secular age*. Cambridge, MA: Harvard University Press/Belknap Press.

Tillich, P. (1963). *Christianity and the encounter of the*

world religions. New York: Columbia University Press.

Vergote, A. (2003). Playing between psychology and mysticism. In J. A. Belzen & A. Geels (Eds.), *Mysticism: a variety of psychological perspectives.* Amsterdam: Rodopi.

Vergote, A., & Van Der Lans, J. M. (1986). Two opposed viewpoints concerning the object of psychology of religion. In J. A. Belzen & J. M. Van Der Lans (Eds.), *Current issues in the psychology of religion* (p. 67-81). Amsterdam: Rodopi.

Verma, S., & Maria, M. (2006). The changing global context of adolescent spirituality. In E. Roehlkepartain, P. King, L. Wagener, & P. Benson (Eds.), *The handbook of spiritual development in childhood and adolescence* (p. 124-136). Thousand Oaks, CA: Sage.

Wong, P. T. P. (1998). Spirituality, meaning, and successful aging. In P. T. P. Wong & P. S. Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* (p. 359-394). Erlbaum: Mahwah, NJ.

Wulff, D. M. (1997). *Psychology of religion: Classic and contemporary* (2. ed.). New York: Wiley.

Wuthnow, R. (1998). *After heaven: Spirituality in america since the 1950s*. Berkeley: University of California Press.

Yinger, J. M. (1967). Pluralism, religion, and secularism. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *6*, 17-28.

Yinger, J. M. (1970). *The scientific study of religion*. London: Macmillan.

Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., Cowell, B. C., Rye, M. S., Butter, E. M., Belavich, T. G., ... Zerowin, J. L. (1997). Religion and spirituality: Unfuzzying the fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *36*(4), 549-564.

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.