

# DALLA SPIRITUALITÀ COME BISOGNO UNIVERSALE ED INNATO DELL'ESSERE UMANO AL BENESSERE SPIRITUALE COME DOMINIO MANCANTE

## Abstract:

La spiritualità è un concetto presente in tutte le culture, come ricerca da parte dell'individuo di un significato ultimo della propria esistenza. Pur non essendoci un consenso sulla sua definizione, negli ultimi decenni si va affermando un nuovo paradigma, che, collegandola al concetto di Qualità della Vita attraverso il Benessere Spirituale, la considera un bisogno fondamentale e fondante della natura stessa dell'essere umano, dotato di esistenza autonoma ed indipendente dalla religione.

## 1. *Significato e significati della spiritualità*

Il concetto di spiritualità è presente in tutte le culture e società e può esprimersi nella ricerca da parte dell'individuo del significato ultimo, attraverso la partecipazione alla religione, o alla fede in Dio, al naturalismo, al razionalismo, all'umanesimo e alle arti. Non esiste, tuttavia, un consenso sulla definizione di spiritualità; nell'era moderna, infatti, il suo significato si è progressivamente ampliato, abbandonando il riferimento esclusivo alla religiosità, nel modo ben espresso dalla definizione proposta da Swinton, alla fine del secolo scorso: «la spiritualità rappresenta l'esplicitazione della continua ricerca dell'essere umano di un significato, di uno scopo, di una conoscenza, che trascenda il contingente, di relazioni significative, d'amore e di valore assoluto» (Swinton, 1999). Altra definizione molto significativa per comprendere la complessità di tale termine, è quella di Pierre Teilhard de Cardin. Secondo l'autore, infatti, la spiritualità coincide con l'indefinibile complessità della natura umana: «noi non siamo esseri umani, che vivono un'esperienza spirituale, noi siamo esseri spirituali, che vivono un'esperienza umana» (Furey, 1993).

Nella società contemporanea, che si caratterizza per essere profondamente secolarizzata

ed individualista, la spiritualità ha comunque un ruolo fondamentale nella vita di parecchi individui, che, in molti casi, si definiscono “spirituali”, ma non “religiosi”. Più recentemente, alcuni autori nell’ambito delle scienze sociali, quali ad esempio Adams e collaboratori, confermano questo dato, differenziando i due concetti di religione e spiritualità, per un duplice motivo: a causa delle derive a cui i vari fondamentalismi hanno portato e della disillusione dovuta al fallimento delle Chiese nelle moderne società secolarizzate, molte persone che stanno percorrendo un loro cammino interiore cercano altrove qualcosa che fornisca un senso, un significato ed una finalità; per questo, pur non considerandosi religiose, si percepiscono comunque spirituali (Adams et al., 2008 ). Questi stessi autori definiscono la spiritualità come molto più ampia della religione e più primitiva: precede qualsiasi tipo di religione ed è una qualità innata di tutte le persone, indipendentemente dal fatto che appartengano o meno ad una determinata fede religiosa, o che esprimano una credenza in Dio. Anche Culliford (2007) crede che sia molto importante distinguere tra spiritualità e religione, arrivando ad affermare che la spiritualità, intesa come «connessione con la fonte di un ben radicato senso di significato e di finalità nella vita, ed insieme con un senso di appartenenza ed armonia con l’universo», sia, appunto universale, ed al tempo stesso profondamente personale, dato che è sperimentata in modo unico da ciascuno. Il ricercatore George Fitchett e colleghi descrivono lo spirituale come «la dimensione della vita che riflette la necessità di trovare un significato nell’esistenza, attraverso cui rispondiamo al sacro» (Fitchett, 1996).

Uno dei maggiori studiosi contemporanei del rapporto tra spiritualità e disabilità, William C. Gaventa, ha sviluppato nel contesto del suo primo lavoro, come cappellano protestante nella grande Newark State School nel 1975, una definizione molto precisa di spiritualità (Gaventa, 2018). Essa include tre dimensioni primarie: i valori fondamentali, che implicano la formazione e l’identità della persona, e che si potrebbero riassumere nella domanda “chi sono io?”; le connessioni e le relazioni con se stessi, gli altri ed il sacro, e cioè “di chi sono?”; una dimensione legata allo scopo della vita di ciascuno, detto in termini religiosi, alla chiamata, alla vocazione, o in termini più laici, a ciò per cui siamo venuti al mondo, che si riassume nella domanda “perché sono io?”. Dimensione, quest’ultima, che è spesso anche un viaggio che dura tutta la vita, a volte intensificato dall’imprevisto, specialmente in senso negativo, da una sofferenza inaspettata ed improvvisa che non è dipesa direttamente dal nostro agire.

Per riassumere, possiamo concludere che la spiritualità sia qualcosa di biologicamente incorporato nella specie umana, una consapevolezza olistica della realtà, che potenzialmente si trova in ogni individuo, la quale si riflette in una consapevolezza amplificata o attenzione, connessione con il mondo materiale, con gli altri umani, con una realtà non umana e con se stessi.

## 2. *Lo Sviluppo Spirituale: il modello di Fowler*

Vari sono gli autori che, a partire dal secolo scorso, hanno teorizzato dei modelli di sviluppo spirituali, considerando la spiritualità come una dimensione innata nell’essere umano. Il modello più influente nella ricerca dello Sviluppo Spirituale è sicuramente la *teoria degli stadi della fede* di Fowler, psicologo e teologo, il quale in *Stages of Faith: The*

*Psychology of Human Development and the Quest for Meaning* (1981), sostiene che la fede, che lui considera come una dimensione spirituale neutrale ed applicabile sia alle prospettive religiose che a quelle che non lo sono, «sia la categoria più fondamentale nella ricerca umana della relazione con la trascendenza».

Il modello di Fowler, che segue, in parte, gli stadi di sviluppo cognitivo di Piaget, si basa sulla teoria psicologica di Erikson e sulla teoria cognitiva dello sviluppo morale di Kohlberg. Come Erikson, anche Fowler sostiene che lo sviluppo della fede dura tutta la vita, e che il passaggio da uno stadio all'altro sia il risultato di una crisi: «Gli stadi sono cumulativi, in quanto ciascuno apporta ad ogni nuova crisi il residuo di passate soluzioni, e contiene al suo interno una anticipazione delle crisi che si manifesteranno negli stadi futuri» (Fowler 1981, p. 48). Secondo lo psicologo, non tutti passano da uno stadio al successivo nel momento opportuno; alcuni si bloccano nei primi stadi per periodi di tempo più lunghi, o rimangono per tutta la vita in uno di quelli più precoci ed immaturi. La teoria di Fowler è di fatto fortemente inclusiva, in quanto, concentrandosi sul processo e non sul contenuto, evita la divisione tra le diverse tradizioni religiose e non religiose, e suddivide lo sviluppo della spiritualità in sei stadi.

Lo stadio zero, della *fede primaria*, corrisponde alla prima infanzia, quando cominciamo a diventare consapevoli di noi stessi come esseri separati dagli altri e dall'ambiente. «La fede primaria si forma prima che emerga il linguaggio. Costituisce i rituali essenziali di assistenza, di scambio e reciprocità. E, anche se non determina il corso della nostra fede futura, pone le basi su cui poi si svilupperà la fede o che dovranno essere ricostruite nella fede futura» (Fowler 2001, p. 103).

Lo stadio uno, della *fede intuitivo-proiettiva*, solitamente si verifica dai tre ai sette anni, periodo in cui la fantasia dei bambini non è inibita dalla logica, rendendoli così più aperti all'inconscio. «Questo stadio emerge nel corso dell'infanzia con l'acquisizione del linguaggio. Qui l'immaginazione, stimolata da storie, gesti e simboli e non ancora controllata dal pensiero logico, si combina con percezioni e sentimenti per creare immagini religiose durature. Le rappresentazioni di Dio prendono una forma cosciente in questo periodo e vengono tratte, nel bene e nel male, dalle esperienze dei bambini circa i loro genitori e gli adulti a cui sono emotivamente attaccati nei primi anni di vita» (ibidem).

Lo stadio due, della *fede mitico-letterale*, è tipico dei bambini in età scolare, anche se alcuni soggetti rimangono in questo stadio per il resto della vita. In questa fase «il pensiero operatorio concreto (corrispondente al pensiero operatorio - concreto di Piaget), cioè la capacità di pensare in modo logico, emerge per aiutarci ad ordinare il mondo con le categorie di causalità, spazio, tempo e numero. Ora possiamo distinguere il reale dalla finzione, il concreto dalla fantasia. Siamo in grado di vedere dalle prospettive degli altri e diventiamo capaci di catturare la vita ed i significati nelle narrazioni e nei racconti» (ivi, p. 105).

Lo stadio tre, della *fede sintetico-convenzionale*, è tipico degli adolescenti, che cominciano ad usare la logica ed il pensiero ipotetico per valutare le idee, mantenendosi conformi alle credenze religiose convenzionali di coloro di cui si fidano, senza riflettere su di esse in modo critico. Questo stadio, corrispondente allo stadio delle operazioni formali di Piaget,

si ha quando «l'emergere del pensiero operatorio formale apre la strada all'affidamento ad idee e concetti astratti per dare un senso al proprio mondo. La persona può ora riflettere sulle esperienze passate e ricercarle per trovare un senso e un modello. Allo stesso tempo, le preoccupazioni sul proprio futuro circa l'identità, il lavoro, la carriera, o la vocazione e le proprie relazioni personali diventano importanti» (ivi, p. 107).

Il quarto stadio, della *fede individuativo-riflessiva*, comprende il periodo in cui la persona si assume la responsabilità delle proprie convinzioni e dei propri sentimenti, sviluppando un orientamento religioso indipendente dalle opinioni di coloro ai quali si era affidato in precedenza. La maggior parte delle persone, secondo Fowler, rimane a questo stadio, affidandosi eccessivamente al pensiero razionale e riducendo, così, il significato simbolico delle religioni, a rituali quasi senza senso.

Durante lo stadio cinque, della *fede congiuntiva*, avviene l'accettazione e l'integrazione degli opposti e delle polarità nella propria vita. Questa condizione solitamente si raggiunge nella mezza età. «Tale fase conosce il sacramento della sconfitta e la realtà degli impegni e degli atti irrevocabili [...] Riconoscendo il paradosso e la verità in contraddizioni apparenti, questo stadio si sforza di unire gli opposti e l'esperienza. Esso genera e mantiene la vulnerabilità alle strane verità di coloro che sono altro» (Fowler, 1981, p. 198).

L'ultimo stadio, della *fede universalizzante*, è la fase che raggiungono solo coloro i quali «si fondono in un tutt'uno con la potenzialità di essere Dio» (Fowler, 2001, p. 113). L'autore descrive in questo modo coloro che sono riusciti a raggiungere il più alto livello di sviluppo della fede: «essi incarnano e attualizzano lo spirito di una comunità inclusiva e realizzata [...] Gli universalizzatori sono spesso percepiti come sovversivi delle strutture, comprese quelle religiose, con cui sosteniamo la nostra sopravvivenza, sicurezza e significato, sia individuali che collettivi» (Fowler, 1981, pp. 200, 202).

### 3. *Benessere Spirituale: il dominio mancante*

Risulta ora evidente come la dimensione spirituale sia fondamentale per il raggiungimento del completo benessere della persona. Il forte legame fra spiritualità e Qualità della Vita (QdV) è stato recentemente concretizzato nel concetto di Benessere Spirituale, che esprime il modo e la quantità con cui la spiritualità influisce sul benessere e sulla QdV individuali (Imam et al., 2009). Il benessere spirituale indica anche il livello di abilità raggiunto nel vivere la spiritualità e dipende dal contesto socio-culturale, dal sistema valoriale della famiglia e degli altri gruppi di appartenenza, nonché dal percorso di vita individuale. La maggior parte dei ricercatori l'ha suddiviso in due componenti, una verticale, più di matrice religiosa, che si riferisce ad un'entità o ad un potere superiore, e una orizzontale, con un senso più esistenziale, legata agli obiettivi personali, alle soddisfazioni della vita e alle relazioni (Cooper-Effa et al., 2001; Ellison, 1983; Monod et al., 2011). La principale *Scala per la Valutazione del Benessere Spirituale*, comunemente identificata dall'acronimo inglese 'SWBS', è stata disegnata da Paloutzian ed Ellison (Paloutzian e Ellison, 1982) e valuta la percezione soggettiva della QdV in relazione alla spiritualità, attraverso due sottoscale riferite alle due componenti succitate, quella verticale, ovvero religiosa, e quella orizzontale, ovvero esistenziale.

Un contributo fondamentale nel dare valore al Benessere Spirituale, all'interno del costruito della QdV, è quello apportato dal gruppo di ricerca di Ivan Brown e collaboratori, che ha sviluppato un modello in cui la spiritualità rappresenta uno dei nove domini (Brown et al., 1997), racchiusi in tre macroaree: essere, appartenere, divenire. L'essere, si divide in essere fisico, psicologico e spirituale; l'appartenere, in fisico, sociale ed appartenenza alla comunità; il divenire si articola in pratico, come tempo dedicato a sé stessi, e come crescita. La spiritualità, secondo la teoria di Brown, ha quattro differenti connotazioni: una personale, che ha a che fare in modo più stretto coi vissuti profondi; una relazionale, più legata al significato ultimo delle relazioni interpersonali; una secolare, definita coi principi e i poteri immanenti, come la nazione o l'umanità; ed infine, una sacrale, cioè legata a principi più trascendenti, come la natura o Dio, in cui è inclusa anche la religiosità.

Negli ultimi decenni sono stati prodotti molti studi soprattutto sulla relazione fra salute e religiosità, ma la ricerca sulla spiritualità, come concetto distinto dalla religiosità, e, di conseguenza, sul suo rapporto con la QdV, sono ancora limitati. La questione risulta ancora più complessa, se introduciamo il tema della disabilità, pensando ad esempio a come e quanto la Spiritualità impatta sulla QdV delle persone con disabilità intellettiva. Faccio mia, a questo riguardo, una provocazione che ha dato il titolo al Convegno «La Spiritualità nella vita quotidiana: il dominio mancante», organizzato dall'Istituto Don Orione, nell'ottobre del 2019, durante il quale, tra le altre riflessioni, è stata presentata una ricerca molto importante nell'ambito del Benessere Spirituale: «Il rapporto tra vita spirituale e qualità della vita nelle persone con Disabilità Intellettiva e/o Disturbi dello Spettro Autistico a Basso Funzionamento», di Bertelli e Del Furia, il cui obiettivo è stato quello di approfondire lo stato della ricerca su questo tema, attraverso la mappatura della letteratura scientifica internazionale esistente, considerando i contributi pubblicati tra gennaio 1996 e dicembre 2015. I risultati della loro revisione pongono in evidenza come, nonostante la letteratura scientifica a riguardo sia ancora molto limitata, e la quasi totalità degli studi individuati si riferisca a livelli di evidenza molto bassi, ci sono comunque alcuni contributi scientifici molto interessanti rispetto all'importanza della Spiritualità per il benessere e la QdV delle persone con disabilità intellettiva (Bertelli e Del Furia, 2016).

Possiamo concludere, riprendendo le parole del prof. Bertelli nel suo intervento durante il convegno suddetto, che «nonostante la Spiritualità sia una dimensione fondamentale per la QdV delle persona con disabilità intellettiva e, di conseguenza, per l'impostazione degli interventi sanitari, riabilitativi ed educativi, ad oggi gli studi che le hanno considerate insieme, in questa popolazione, sono estremamente limitati, sia in quantità che in qualità [...] ai pregiudizi e alle difficoltà di definizione già tratteggiati, si aggiungono la tendenza a privilegiare gli approcci quantitativi empirici, poco compatibili con gli aspetti più nucleari della spiritualità e il clima socio culturale dei Paesi occidentali, i più attivi nella ricerca del settore, caratterizzato da un eccesso di deconfessionalizzazione e di secolarizzazione». Occorre dunque continuare a lavorare, individuando percorsi di riflessione e di ricerca, che possano produrre risultati in grado di costruire processi di intervento sempre più efficaci, nei quali anche la Spiritualità, attraverso il Benessere Spirituale, possa trovare il posto che da troppo tempo le viene negato”.

## BIBLIOGRAFIA

- Bertelli, M.O. e Del Furia, C. (2016). Il rapporto tra vita spirituale e qualità di vita nelle persone con disabilità intellettiva e/o disturbi dello spettro autistico a basso funzionamento. *Spiritualità e Qualità di vita*, 1/2016, 28 – 47.
- Brown I., Renwick R. e Raphael, D. (1997). *Quality of Life Instrument Package for adults with develop - mental disabilities*. Toronto: Centre for Health Promotion, University of Toronto.
- Cooper-Effa M., Blount W., Kaslow N., Rothenberg R. e Eckman, J. (2001). Role of Spirituality in Patients with Sickle Cell Disease. *Journal of the American Board of Family Practice*, 14, 116-122.
- Culliford, L. (2007). *Love, Healing and Happiness: Spiritual Wisdom for Secular Times*. Winchester: O Books.
- Ellison, C.W. (1983). Spiritual Well-Being: Conceptualization and Measurement. *Journal of Psychology & Theology*, 11, 330-340.
- Fitchett, G. (1996). The 7 X 7 Model for Spiritual Assessment. *Vision* 6, no. 3 (1996), 10-11.
- Fowler, J.W. (1981). *Stages of Faith: The Psychology of Human Development and the Quest for Meaning*. New York, NY: Harper & Row.
- Fowler, J.W. (2001). *Weaving the New Creation*. San Francisco, California: Harper & Row.
- Furey, R.J. (1993). *The Joy of Kindness*. New York: Crossroad.
- Gaventa, W.C. (2018). *Disability and Spirituality, recovering wholeness*. Waco, TX: Baylor University Press.
- Imam, S.S., Abdul Karim, N.H., Jusoh, N.R. e Mamad, N.E. (2009). Malay Version Of Spiritual Well-Being Scale: Is Malay Spiritual Well-being Scale a Psychometrically Sound Instrument? *The Journal of Behavioral Science*, 4(1), 59-69.
- Monod, S., Brennan, M., Rochat, E., Martin, E., Rochat, S. e Bula, C.J. (2011). Instruments measuring spirituality in clinical research: a systematic review. *Journal of General Internal Medicine*, 26(11), 1345-57.
- Paloutzian, R.F., Ellison C.W. (1982). Loneliness, spiritual well-being and the quality of life. In: Peplau L.A., Perlman D. (a cura di.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: Wiley, 1982, pp.224-237
- Swinton, J. (1999). Reclaiming the soul: a spiritual perspective on forensic nursing. In Kettles A., Robinson D. (a cura di) *Forensic Nursing and the Multidisciplinary Care of the Mentally Disordered Offender*. London: Jessica Kingsley