
La espiritualidad en medicina

EN LOS ORÍGENES DE LA ESPIRITUALIDAD OCCIDENTAL

El término espiritualidad tiene una historia tan interesante como desconocida. En la literatura griega se utilizaron dos palabras para designar las dimensiones no materiales, no corporales o no orgánicas de la realidad humana. Esos términos fueron *psyché*, que se tradujo al latín por *anima*, y *pneûma*, que pasó al latín como *spiritus*. En castellano esa dicotomía da lugar a las palabras alma y espíritu. El alma es lo que anima, es decir, lo que dota de vida a un ser. En toda la literatura clásica, alma tienen no sólo los seres humanos sino también las plantas y los animales. Eso llevó a distinguir tres tipos de alma, denominadas vegetativa, sensitiva e intelectual. Las dos primeras son almas materiales, en tanto que la tercera se caracteriza por ser espiritual. Espiritual aquí se contrapone a material. Lo material tiene las características propias de los cuerpos, volumen, razón por la cual ocupa espacio, peso y, lo que es más importante, tiempo, de tal modo que es constitutivamente caduco y contingente. Lo espiritual, por el contrario, es no material, y por tanto alma espiritual es la que animaba el cuerpo, pero sin las características propias de éste. De ahí que sea ubicua, que carezca de peso y que por su propia naturaleza se halle fuera del tiempo, por tanto que sea eterna, habida cuenta que carece de los elementos caducos propios de la realidad contingente. Cuando esta teoría del alma espiritual llegó a mano de los pensadores creacionistas, es decir, de los teólogos judíos, cristianos y musulmanes, éstos se vieron en la necesidad de compaginar la eternidad del alma espiritual con el hecho de que hubiera sido creada, teniendo, por tanto, un origen en el tiempo. Eso es lo que llevó a crear la categoría de lo eviterno, aquello que no tiene fin, y que en consecuencia es eterno, pero que sí ha tenido un comienzo, de modo que es menos eterno que lo eterno por ambos lados. Dios es eterno, en tanto que el alma no sería eterna sino eviterna.

El alma intelectual propia de los seres humanos es espiritual, pero se la denomina alma en tanto dice relación al cuerpo, constituyendo el principio vital propio de una realidad que no es vegetal ni animal sino humana. El alma es

el principio animador del ser humano. Así definida, es obvio que no se identifica con el espíritu, por más que sea espiritual. Dicho de otro modo, una cosa es el espíritu como principio animador del cuerpo, y otra el espíritu en sus funciones propiamente espirituales. En el cuerpo hay funciones que no son propiamente espirituales sino vegetativas o similares a las de los vegetales, y sensitivas o equiparables a las propias de los animales. Pero hay otras que no tienen parangón con las propias de esas realidades, y que por tanto son específicamente humanas. Son las funciones que cabe denominar superiores o intelectivas. Pues bien, a estas es a las que se aplicó el calificativo de espirituales. En las personas hay funciones vegetativas, hay funciones sensitivas y hay funciones que clásicamente se denominaron intelectivas. La vida del espíritu es la propia de este último y más elevado nivel de los seres humanos. Es la propia de lo que los griegos llamaron *lógos*, razón, que como es bien sabido fue visto como la diferencia propia de la especie humana respecto de todos los demás seres dotados de vida. De ahí la definición clásica de ser humano que se remonta a Aristóteles: *animal rationale*, animal racional¹. La vida del espíritu es la vida de la razón.

A poco que se piense en esa definición, se verán sus grandes limitaciones. Valgan dos ejemplos, a cuál más significativo. Para Aristóteles las facultades propias del psiquismo superior eran sólo dos, que denominó *lógos*, razón y *órexís*, apetito. El apetito es lo que mueve a la acción, de modo que la razón sin apetito carece de fuerza operativa. Cuando el apetito mueve en el orden marcado por la razón, el resultado es lo que se denominó "apetito racional", que fue el modo como se definió clásicamente a la voluntad. Pero el apetito puede no seguir los dictados de la razón; como dice Aristóteles, puede ser "débil", y entonces obedece a los sentidos; es el llamado "apetito sensible". Para éste los clásicos reservaron el término "pasión". Las pasiones eran emociones sensibles que desviaban al ser humano de su verdadero objetivo, el marcado por la razón. De ahí la importancia de regular la vida, a fin de que la inteligencia pudiera proponerse las metas adecuadas y el apetito las ponga en práctica. Para Aristóteles no se trata de anular los apetitos sensibles, sino de someterlos a control racional. Esa es la función de

la ética, educar en la gestión razonable o prudente de la vida, de modo que los apetitos sensibles queden ordenados a los objetivos que establece la inteligencia. No se trata, por ejemplo, de no comer, o de no gozar sensiblemente con la comida, sino de someter la ingestión de alimentos o bebidas al control de la razón. Eso es lo que Aristóteles entiende por *phrónesis* o prudencia. Hay que comer prudentemente. Y así todo lo demás.

Pero el modelo aristotélico, a pesar de su indudable sensatez, no alcanzó gran éxito, en contra de lo que suele creerse. Cuando Aristóteles muere, el año 322 a.C., el fundador del estoicismo, Zenón de Citio, nacido en 333, tenía once años. Poco después iniciaría un movimiento que en este tema, como en otros varios, se llevó el gato al agua. El estoicismo fue un movimiento rigurosamente intelectualista. Dios es puro *lógos*, razón, y los seres del mundo son tanto más elevados y divinos cuanto más participan del *lógos*. Además de *lógos*, los seres vivos tienen pasiones, *pathémata*, que para el estoicismo tienen carácter estrictamente negativo. De hecho, en Dios no puede haber pasiones, y por tanto es impasible, *apathés*. Así tiene que ser también el sabio, si es que de veras quiere imitar a Dios, acercarse a él. Las pasiones no hacen otra cosa que enturbiar la mente y hacer que ésta se equivoque en su búsqueda del bien. De ahí la necesidad, no ya de controlar prudentemente los apetitos, sino de anular todos ellos. Es la famosa impasibilidad estoica, la *apátheia*.

RELIGIÓN Y ESPIRITUALIDAD

Las llamadas religiones del libro, la judaica, la cristiana y la musulmana, asumieron esta teoría como propia, y con elementos procedentes del neoplatonismo, elaboraron la teología de los grados de la vida espiritual. Estos grados eran tres, el purgativo, el iluminativo y el unitivo. Anuladas las pasiones, fase purgativa, la mente podía ver con mayor claridad la doctrina puramente espiritual o divina, y unirse de ese modo a Dios. La primera parte del proceso tenía carácter ascético, y la segunda era la propiamente mística o misteriosa. En ella el ser humano se elevaba sobre sí mismo, llegando a una especie de unión con la divinidad. Esto es lo que Buenaventura expresó con el neologismo latino *sursu-mactio* o sobre-elevación.

Tal es lo que en las tres religiones del libro, y más en concreto en la religión cristiana, se ha entendido por vida espiritual. Se trataba de anular las emociones, y con ellas el cuerpo, y elevarse a la unión con Dios. Al conseguirse el silencio de todas las potencias sensibles, quedaba la potencia inteligible, el intelecto puro. A Dios había que llegar de esa manera. Esa inteligencia quería a Dios, optaba por Dios y se unía a él. Eso es lo que se llamaba "amor", el amor espiritual o místico, que por supuesto nada tenía que ver con el amor sensible. Es importante no olvidar esto. El amor espiritual era

un puro *amor intellectualis*, como lo llamó el judío Spinoza. Y cuando para expresar ese amor se utilizaban metáforas carnales, como en el *Cantar de los cantares*, todo el mundo comenzaba a ponerse nervioso.

Era preciso reconstruir esta pequeña historia para hacerse una idea clara de lo que se ha venido entendiendo por espiritualidad en nuestra cultura, y por qué eso ha sido así. Por vida espiritual se ha entendido la vida religiosa, tanto en su fase ascética como sobre todo en la mística. La pura vida espiritual se alcanza al conseguir la anulación de las pasiones, es decir, de los sentimientos o apetitos sensibles, a fin de que se hallen libres de trabas los estrictamente intelectuales. El amor, el llamado amor puro era uno de estos sentimientos. Cuando Kant se refiere en su obra a la dignidad como sentimiento, es claro que se halla en esta misma línea.

LOS VALORES ESPIRITUALES

Hoy esto resulta a todas luces excesivo. Desde el siglo XVII se ha producido en la cultura occidental una progresiva reivindicación del cuerpo, y con él de la vida emocional. El término pasiones ha dejado paso a otros menos peyorativos, como el de sentimientos. De hecho, la triada de facultades superiores del psiquismo humano de la época clásica, memoria, entendimiento y voluntad, ha dado paso a otra en la que la memoria ha cedido su lugar a los sentimientos, de modo que hoy se colocan en nivel de paridad el conocimiento o vector cognitivo, los sentimientos o vector emocional, y las tendencias o vector volitivo. Diríase que de algún modo estamos recuperando al aviejo Aristóteles. Lo cual, por otra parte, supone un cambio muy importante en el modo de entender la vida del espíritu, es decir, la vida espiritual, la espiritualidad.

Analicemos con alguna detención este cambio. Por lo pronto, nuestro contacto con la realidad no se produce ahora exclusivamente por la vía del entendimiento, sino también por la del sentimiento. Al percibir algo, yo actualizo unas cualidades de lo percibido, como por ejemplo el color. Si fuera ciego, es claro que no actualizaría esa nota de las cosas que llamamos su color. Sería ciego para los colores. Pues bien, con las emociones sucede algo hasta cierto punto similar. Las emociones son producto de la actividad de mi psiquismo cuando se pone en contacto con algo o con alguien. Así como poseemos sentidos, como el de la vista, tenemos también sentimientos, y éstos, lo mismo que aquéllos, son órganos de contacto con las cosas. Si por los sentidos percibimos unas cualidades objetivas, a través de los sentimientos reaccionamos ante ellas en un modo o de otro, apreciándolas o despreciándolas. Además de percibir, el psiquismo humano hace muchas otras cosas: recordar, imaginar, pensar, desear, etc. Pues bien, una cosa que hace es estimar. Y la estimación es básicamente emocional. Lo que es la percepción al orden cognitivo, es la estimación al emo-

cional. El término de los procesos perceptivos son cualidades de las cosas que llamamos "hechos". Pues bien, el término de los procesos de estimación recibe el nombre de "valor". Los hechos se perciben, en tanto que los valores se estiman. Y ambas cosas son inherentes al psiquismo humano. Todo ser humano estima igual que percibe. Y así como hay cegueras para los colores, hay también cegueras para los valores, las llamadas cegueras axiológicas.

El mundo del valor es el gran desconocido². Nuestra sociedad, a partir sobre todo del siglo XVIII, hizo una clara opción preferencial por los llamados "hechos", especialmente por los hechos positivos o hechos científicos, en detrimento de eso que por definición no son hechos y que llamamos "valores". Pero como no resulta posible vivir sin valorar, la opción por los hechos fue acompañada, de forma más inconsciente que programada, por unos valores muy determinados, los llamados "valores instrumentales". Estos son los propios de todos los instrumentos técnicos. Los productos de la técnica se caracterizan por ser instrumentos, es decir, por ser medios al servicio de algo distinto de ellos mismos. El automóvil sirve para desplazarse a fin de hacer cosas distintas: trabajar, ver a los amigos, etc. Y lo mismo cabe decir de cualquier otro instrumento técnico. Un fármaco tiene valor en tanto que sirve para aliviar un síntoma o curar una enfermedad. Si no sirviera para eso, diríamos que no sirve para nada. Por tanto, su valor viene de algo distinto de él mismo, que será la salud, el bienestar, la vida, etc.

Basta plantear así las cosas para darse cuenta de que no todos los valores son instrumentales. Si éstos se hallan siempre al servicio de unos fines distintos de ellos mismos, resulta evidente que estos fines tendrán valor por sí mismo. De este modo identificamos, junto o frente a los valores instrumentales, los llamados "valores intrínsecos". Estos valen por sí mismos, no por referencia a otra cosa. Para comprobarlo, no tenemos más que pensar en la ausencia de esa cualidad de valor en el mundo o en nuestra vida. Pensemos en un mundo, por ejemplo, sin belleza. No hay duda de que habríamos perdido algo importante, es decir, algo valioso. Pues bien, como el juicio lo hemos hecho pensando sólo en esa cualidad, sin relación a ninguna otra cosa, es claro que la belleza tiene valor en sí o por sí misma, lo que hace de ella un valor intrínseco. En el caso de la belleza se encuentran otros muchos valores: la solidaridad, la justicia, el amor, la amistad, la paz, la salud, la vida, el bienestar, el placer, etc.

Esta distinción entre valores intrínsecos e instrumentales es fundamental, porque ambos tienen características muy distintas. La más importante es que los últimos se miden en unidades monetarias, en tanto que los primeros, no. La amistad, o la dignidad, no pueden comprarse ni venderse. Podrá comprarse o venderse el soporte del valor, por ejemplo, un cuadro, pero la belleza de un cuadro pertenece al orden de lo que los economistas denominan intangibles. No puede ser objeto de evaluación económica, ni por tanto de compraventa.

Las sociedades, lo mismo que los individuos, pueden optar por un tipo de valor o por el otro. Al conjunto de valores intrínsecos de una sociedad cabe denominarlo con la palabra "cultura", en tanto que al acervo de sus valores instrumentales le cuadra más el nombre de "civilización". Hay épocas de gran cultura y pobre civilización, y viceversa. La nuestra, a partir del siglo XVIII, es claro que optó por esto último. Es una profunda perversión axiológica. Los valores intrínsecos son, sin duda alguna, los más importantes en la vida de las personas. Cuando los valores instrumentales se convierten en los máximos y casi en los últimos, entonces lo que es mero medio se transforma en fin. Es lo que los pensadores de la Escuela de Francfort han bautizado con el nombre de "racionalidad estratégica". Como no podemos vivir sin valores, y más en concreto sin valores intrínsecos, la racionalidad estratégica consiste en convertir los valores medio en valores fines. El fin, por tanto, es desarrollar instrumentos técnicos. Cuando los medios se convierten en fines, de modo que todo puede comprarse y venderse, entonces el valor intrínseco que se promueve es prácticamente sólo uno, el "bienestar". Es lo propio de nuestra cultura. Vivimos en una cultura de bienestar. Y nuestra medicina es también una medicina de bienestar.

El bienestar es un valor, y un valor intrínseco. Pero es el valor más próximo a los valores instrumentales. De hecho, en nuestra sociedad se le ha acabado haciendo sinónimo de disfrute de valores instrumentales. Esto ha hecho que al sustantivo bienestar se le haya acabado añadiendo un adjetivo que es el de material. Por bienestar se entiende fundamentalmente el disfrute de bienes materiales, en especial de productos instrumentales o técnicos. Ni que decir tiene que el principal de esos productos es el dinero, habida cuenta de que él es el valor instrumental por antonomasia o puro. El dinero no tiene valor en sí sino que es un mero instrumento para la adquisición e intercambio de otros valores. Si antes hemos dicho que los valores instrumentales se caracterizan por medirse en unidades monetarias, resulta obvio que el dinero es el instrumento de los instrumentos. Los valores intrínsecos no se dejan reducir a precio, pero si hay alguno propenso a ello es el de bienestar. Resulta significativo que en nuestras lenguas no se diferencie entre "bienser" (en italiano existe la palabra *benessere*, y en inglés *wellbeing*) y "bienestar", y que todo se haga consistir o se reduzca, incluso en inglés y en italiano, al bienestar, entendido como bienestar material.

Lo que hoy pueda entenderse por espiritualidad ha de referirse, necesariamente, al cultivo de los valores intrínsecos. La espiritualidad no puede consistir en el disfrute de los valores instrumentales sino de los intrínsecos. Y dentro de estos, de unos determinados. Hay distintos tipos de valores intrínsecos. Hay unos valores intrínsecos que se llaman materiales, porque cualquier cosa que tenga materia es soporte adecuado de ellos. El ejemplo paradigmático es la belleza. Todo lo que tiene materia es bello o feo, más o menos bello o más o menos feo. Otros valores, por el contrario, no pueden

soportarlos más que los seres vivos. Son los llamados valores vitales. Estos son los más propios de las profesiones sanitarias, la vida, la salud, el bienestar. Y hay otros, finalmente, que sólo se dan en esos soportes peculiares que somos los seres humanos. Estos se llaman valores personales, valores espirituales o valores culturales. Entre ellos están los valores jurídicos (justo-injusto), los valores sociales (solidario-insolidario), los valores lógicos (verdadero-falso), los morales (bueno-malo), los religiosos (santo-profano), etc. Son los valores constitutivos de lo que solemos llamar "cultura" o "vida del espíritu". Estos son los que hoy pueden dotar de contenido al término "espiritualidad". Se trata de vivir en profundidad estos valores, los más elevados dentro de la escala de valores intrínsecos, y aquellos que dotan de verdadera identidad a los seres humanos.

ESPIRITUALIDAD Y VIDA HUMANA

Basta plantear así las cosas para ver la importancia de la espiritualidad en la vida humana, especialmente en los momentos más críticos de ésta, que es cuando las preocupaciones cotidianas se relativizan y nos situamos en otra dimensión que todos consideramos de mayor profundidad y más auténtica. Esas situaciones críticas son de diferente tipo, pero todas tienen que ver con la pérdida de algo en lo que habíamos puesto nuestro corazón. La experiencia de la pérdida es esencial en la vida humana. Eso nos sucede, por ejemplo, cuando perdemos a un ser querido. Pues bien, una experiencia de pérdida de enorme importancia en los seres humanos es la enfermedad. Suele decirse que nadie sabe lo que vale la salud hasta que no la pierde. Es cierto. Pero la experiencia de la enfermedad no sólo consiste en eso, en una mayor o mejor apreciación de la salud, sino también en el replanteamiento de su importancia. Quizá habíamos puesto demasiado empeño en ella, en vez de otros valores que ahora, al perderla, adquieren mayor relieve. La debilidad de la carne hace reparar en la importancia del espíritu.

De ahí la importancia de la espiritualidad en medicina. El término genera aún mucha resistencia en los profesionales y en los propios pacientes, porque aún hoy suele identificarse con el sentido estrictamente religioso que tuvo en otras épocas. En un mundo cada vez más secularizado, esa idea de espiritualidad genera un gran rechazo. De ahí la dificultad de hablar sobre este tema. Pero también es obvio que en el ser humano hay una dimensión estrictamente espiritual, y que ésta se agudiza en las situaciones críticas de la vida, como es el caso de la enfermedad. Lo cual explica que, tras un periodo de silencio, el término vuelva a resurgir, si bien ahora con un sentido distinto del antiguo.

Quienes más han contribuido al renacimiento del vocablo en el ambiente médico han sido los paliativistas. Algo que resulta perfectamente comprensible, ya que ellos se ocupan de la situación más crítica en que cabe encontrar

a un ser humano, la de la cercanía de la muerte. Cuando el término de la vida se aproxima, los valores instrumentales pierden importancia, es decir, valor, se esfuman hasta resultar prácticamente imperceptibles. Lo cual hace que en las fases terminales de la vida exista una especial sensibilidad para los valores intrínsecos, y muy en particular para los valores espirituales. Esto es algo que pocas veces se tiene en cuenta, y que sin embargo es de trascendental importancia. Todo ser humano tiene la percepción de que los valores instrumentales no son los importantes, de tal modo que vivir sumido en ellos es signo evidente de superficialidad. Cuando estos valores se desvanecen, entonces tenemos conciencia de que hemos entrado en una dimensión más profunda de la existencia humana. Es lo que en nuestra lengua significa la expresión "tocar fondo". De algún modo, nos centramos en lo esencial, en lo importante, es decir, en lo valioso. Esto es lo que Karl Jaspers llamaba una "situación-límite"³. No es un azar que una de las situaciones límite identificadas por Jaspers fuera la muerte, entiéndase, la cercanía de la muerte. Entonces es cuando los valores intrínsecos pasan a primer plano, y en especial esos que antes hemos llamado espirituales. De ahí que los cuidados paliativos no puedan consistir sólo en promover el máximo bienestar material y vital del paciente, controlando el dolor, dando soporte emocional, etc. Eso sería tanto como caer en la trampa del bienestar que antes hemos descrito. El *total care* de Cicely Saunders exige más, exige tener en cuenta las necesidades espirituales de los pacientes⁴.

De entre todos los valores espirituales, quiero referirme a uno en concreto, el valor religioso. Las razones para seleccionarlo entre todos ellos son varias. Una primera, que es el valor que suele tenerse por superior en la escala de los valores espirituales. Y otra, que, como hemos visto ya, durante la mayor parte de nuestra historia valor espiritual y valor religioso se han confundido, hasta el punto que el cultivo de ese último ha monopolizado el uso y sentido del término espiritualidad.

No es posible entrar aquí en un análisis de lo que a propósito de la experiencia religiosa ha venido poniendo en claro la fenomenología de la religión⁵. Pero sí cabe decir que desde tiempos muy antiguos, en nuestra cultura desde sus mismos orígenes en Grecia, la religiosidad se ha entendido como un valor específico, distinto de otros que parecen muy próximos a él, como es el caso del valor moral. La confusión entre religión y moral es frecuentísima en nuestros medios, habida cuenta de que las religiones mediterráneas, las llamadas religiones del libro, la judía, la cristiana y la musulmana, son terriblemente moralistas. En cualquier caso, religión y ética son cosas distintas, que conviene no confundir, por más que luego pueda y deba ponérselas en relación. La religiosidad se expresa en griego mediante varias palabras, la principal de ellas, *eusébeia*. Por el contrario, la virtud moral por antonomasia es la *dikaíosyne* o justicia. Los romanos tradujeron el primero de esos términos por *pietas*

y el segundo por *iustitia*. La justicia es la virtud moral general, porque, como dice Aristóteles, las demás virtudes, o son justas o no son virtudes. La justicia es la virtud que rige las relaciones entre iguales. El intercambio de bienes hay que hacerlo en valor igual, porque si no, estamos siendo injustos. La justicia es, por ello, la virtud que rige las relaciones que cabe llamar horizontales. Hay, empero, otras acciones que se refieren no a quienes son iguales a nosotros, sino a nuestros superiores. Aquí la relación no es horizontal sino vertical. Entre los superiores no están sólo los dioses, sino también los padres y los antepasados. Los padres, por ejemplo, nos han dado la vida, algo que no podemos pagar, y donde resulta imposible de aplicar el principio de justicia. No hay padre que establezca las relaciones con sus hijos conforme al criterio de justicia. Diríamos que ese no es un buen padre. De ahí que con los superiores tengamos unos deberes específicos, que en la cultura clásica se llamaron de piedad. Piedad tiene aquí el sentido de respeto y, sobre todo, de gratitud o agradecimiento. Y esto que se dice de los padres, vale con mucha mayor razón para con los dioses. Precisamente porque las dádivas que recibimos de ellos sobrepasan lo exigible en justicia, se trata de dones, de regalos, de gracias, dice la teología cristiana. Y ante los dones no cabe más que la actitud de agradecimiento. Esto es lo propio del espíritu religioso. Este espíritu se puede tener y cultivar incluso no creyendo en la existencia de un ser personal al que quepa llamar Dios. La gratitud, el agradecimiento, se dirigirá hacia la fuente o el origen de esos dones, sea cual fuere, incluso aunque no sepamos cuál es. Da lo mismo. La religiosidad no es privativa de las personas que creen en Dios o pertenecen a una iglesia institucional. Es más, se da el fenómeno paradójico de que muchas personas que se creen religiosas por pertenecen a una institución que se adjetiva de tal, pueden no tener la verdadera vivencia religiosa, y confundirla con otra distinta de ella, como puede ser la propiamente moral. Lo específico de la ética es la experiencia del deber, en tanto que lo específico de la religión es la experiencia del don o de la gracia. No son sólo experiencias distintas, sino opuestas entre sí. Si todo fuera don, no habría espacio para el mérito; y si todo lo mereciéramos en justicia, tampoco podría existir el don. Confundir la experiencia religiosa con la experiencia moral es una de las grandes tragedias de nuestra vida cultural y espiritual.

Por supuesto que los cuidados paliativos tienen que ocuparse y preocuparse por la atención espiritual de los pacientes. Pero deben tener muy claro qué puede y debe hoy entenderse por atención espiritual. Es preciso que no confundan asistencia espiritual con atención religiosa. El mundo de los valores espirituales es mucho más amplio. Y la religiosidad deben entenderla como lo que es, la experiencia del don o de la gracia, y la actitud de agradecimiento hacia los dones recibidos sin ningún merecimiento. En principio, esa experiencia no tiene nada que ver con la ética. Es más, confundir una con otra suele tener consecuencias muy trágicas en cualquier época de la vida humana, pero muy

especialmente en la postrera. Son bien conocidos los estudios de Allport a propósito de las diferencias entre "religiosidad intrínseca" y "religiosidad extrínseca"⁶. La primera es la religiosidad confiada, llena de gratitud, es la religiosidad interna, del corazón sincero y agradecido. Opuesta a ella es la religiosidad extrínseca, externa, ritual, que basa todo en el cumplimiento de reglas y preceptos, basada en el miedo y el castigo. Es lo que cabe llamar el moralismo, el enemigo mayor que hoy por hoy tiene la verdadera religiosidad. Es bien sabido, después de los estudios de Salvador Urraca, que la religiosidad intrínseca protege contra la angustia, la ansiedad y el temor ante la muerte, en tanto que la extrínseca los aumenta⁷.

LA AYUDA ESPIRITUAL

La vida espiritual no es sólo experiencia, es también actuación, entrenamiento, aprendizaje, hábito. Hay un cultivo de la vida espiritual. Y hay también ayuda, relación de ayuda. Hemos dicho que la necesidad espiritual se exagera en las situaciones críticas. Es toda una paradoja, porque éstas son aquellas en las que más nos encontramos débiles, abatidos y sin fuerzas. Esto explica que en ellos precisemos con frecuencia de ayuda. Es lo que cabe llamar la ayuda espiritual. Las religiones han monopolizado tradicionalmente ese tipo de ayuda. Había "directores espirituales", y en las crisis de la existencia las religiones han instituido sus particulares "ritos de paso", los denominados en la tradición cristiana "sacramentos"⁸, tradicionalmente entendidos, sobre todo algunos de ellos, como "auxilios espirituales".

Hoy la ayuda espiritual no puede, para la mayoría de las personas, entenderse así, ni quedar constreñida a tales límites. Lo que se busca no procede *ex opere operato* sino *ex opere operantis*. Quien ayuda es una persona, que también puede hacer lo contrario, incluso sin clara conciencia de ello. No es fácil auxiliar, y menos espiritualmente. Freud, desarrollando una sugerencia de Ferenczi, estableció un principio que se cumple de modo indefectible⁹. Este principio dice que nadie puede ayudar a otro a resolver un problema que él no tenga previamente resuelto¹⁰. "Un hombre anormal, por muy estimables que sean sus conocimientos, no podrá nunca ver sin deformación, en el análisis, las imágenes de la vida psíquica, pues se lo impedirán sus propias anomalías"¹¹. Al socaire de la ayuda se puede hacer mucho daño. La ignorancia e inmadurez en este ámbito del cuidado espiritual es tan enorme, que las pretendidas ayudas son las más de las veces perjudiciales. Eso explica que en ámbitos donde el tema preocupa, la inquietud por aclarar el sentido de la ayuda espiritual sea grande y, además, reciente. Los cuidados paliativos intentan ayudar en situaciones muy críticas de la vida. Comenzaron por lo que es más sencillo, ayudar técnicamente, mediante el buen manejo de los valores instrumentales (analgésicos, otros productos que permiten controlar síntomas), y dentro de los valores intrínsecos, el que también

resultaba menos conflictivo, el bienestar. No es poco. Pero ha bastado el logro de esa meta, para caer en la cuenta de que el *total care* y el *total support* exigen más, exigen la gestión correcta de los valores espirituales¹². Y eso es ya mucho más difícil¹³. ¿Por qué? Porque primero hay que poner en claro de qué hablamos al referirnos a ese tipo de valores. Y después, porque antes de poder ayudar a los demás en este tipo de valores, los más profundos, los más elevados, los más sensibles de la existencia humana, tenemos que ponernos en claro nosotros mismos sobre ellos. Lo cual no puede, en principio, darse por supuesto.

A MODO DE CONCLUSIÓN

El término espiritualidad ha sido patrimonio tradicional de las grandes religiones institucionales; en nuestro medio, la cristiana. Y ello no por azar, sino porque la religiosidad se ha visto siempre como el elemento medular o nuclear de la vida espiritual. Mi opinión es que hoy en día esto sigue viéndose así, si bien ha cambiado el sentido del término religiosidad. De hecho, es cada vez más frecuente el entender la religiosidad, y por tanto también la espiritualidad, en un sentido distinto al de las grandes religiones institucionales, y al margen de ellas. Esto no tiene nada de extraño, dado que la religiosidad no se identifica con el modo como ésta se ha vivido en el seno de las religiones institucionales. El mundo llamado pagano también cultivó la religiosidad. Y lo hizo en un sentido muy similar al que hoy propugnan muchos movimientos seculares o secularizados. Si buscamos en la literatura clásica greco-romana esto que llamamos religiosidad, veremos que se expresa con los términos *eusébeia*, en griego, y *pietas*, en latín. Es una actitud de gratitud, reverencia y respeto hacia la fuente de los dones que uno posee sin haber merecido. Precisamente por esto, por la falta de merecimiento, se trata de puros dones, de dádivas o regalos gratuitos, de gracias, que han de suscitar en el corazón la actitud más elevada y noble que puede tenerse, la de agradecimiento. Los antiguos tuvieron muy claro que hay dos actitudes distintas y hasta contrapuestas que han de regir la vida humana. Una es la *dikaíosyne*, la *iustitia*, reguladora de las relaciones horizontales, entre iguales, y otra es la *eusébeia* o *pietas*, que debe regir las relaciones con los superiores, esto es, con todos aquellos que nos han dado dones que no podemos compensar o retribuir de acuerdo con el principio de justicia conmutativa. En esa situación están todos los que nos han otorgado ese tipo de dones, sean padres, mayores y familiares, dioses, o entes que no podemos identificar pero a los que debemos gratitud, agradecimiento. Nuestra cultura moderna tiene una sensibilidad a flor de piel para todas las cuestiones relacionadas con la justicia, pero ha desarrollado en mucha menor medida el sentimiento de piedad y gratitud hacia todos aquellos que nos otorgan dones que no merecemos en justicia y que tampoco podemos pagar, una vez concedidos. Este es quizá uno de los grandes déficits de nuestra civilización.

La ética es la disciplina que se ocupa de las relaciones humanas de tipo horizontal, las basadas en el principio de justicia (*dikaíosyne*, *iustitia*). Pero la dimensión de *eusebeia* o *pietas* no es propia de la ética sino de la religiosidad. En el siglo XX ha habido bastantes pensadores que se han ocupado de ella. Habida cuenta de su condición de médico, psiquiatra y filósofo, citaré el caso de Karl Jaspers. El año 1947 pronunció en la Universidad de Basilea unas conferencias bajo el título de *Der philosophische Glaube*, la fe filosófica, que poco después aparecieron en forma de libro. Y en 1962 publicó un volumen muy más grueso sobre el mismo tema, *Der philosophische Glaube angesichts der Offenbarung*, la fe filosófica ante la revelación. La fe filosófica es para él la vida vivida en la profundidad de la "existencia", cuando las "situaciones-límite" nos hacen tocar fondo y abrimos a la nueva dimensión, a la "existencia", que nos hace vivir desde el horizonte de lo que Jaspers denomina "lo abarcante", y que de ese modo nos abre al horizonte de la trascendencia. "En cuanto ex-sistencia me sé regalado a mí mismo por trascendencia"¹⁴. Y añade: "La fe es el acto de la ex-sistencia, en que se adquiere conciencia de la trascendencia en su realidad."¹⁵.

BIBLIOGRAFÍA

1. Aristóteles. Política. Madrid: Instituto de Estudios Políticos, 1970; p. 4.
2. Gracia D. La cuestión del valor. Madrid: Real Academia de Ciencias Morales y Políticas, 2011.
3. Jaspers K. Psicología de las concepciones del mundo. Madrid: Gredos, 1967; p. 301.
4. Clark D. Cicely Saunders: Founder of the Hospice Movement. Selected Letters 1959-1999. Oxford: Oxford University Press, 2002; p. 165.
5. Gracia D. Religión y ética. En: Gracia D. Como arqueros al blanco. Madrid: Triacastela, 2004; p. 129-96.
6. Allport G W. The Individual and His Religion. New York: The Macmillan Company, 1950.
7. Urraca S. Actitudes ante la muerte y la religiosidad. Inf Psicol. 1982;3:101-39.
8. Gracia D. Historia de la eutanasia. En: Gafo J, ed. La eutanasia y el arte de morir. Madrid: Publicaciones de la Universidad Pontificia Comillas, 1990; p. 15.
9. Freud S. Análisis terminable e interminable, en Obras Completas, vol. 3, Madrid: Biblioteca Nueva, 1968; p. 567-70.
10. Freud S. Esquema del psicoanálisis, en Obras Completas, vol. 3, Madrid: Biblioteca Nueva, 1968; p. 432.
11. Freud S. Psicoanálisis y medicina, en Obras Completas, vol. 2, Madrid: Biblioteca Nueva, 1948; p. 769.
12. Cawley N. An exploration of the concept of spirituality. International Journal of Palliative Nursing. 1997;1:31-6.
13. Dudley JR, Smith C, Millison, MB. Unfinished business: assessing the spiritual needs of hospice clients. American Journal of Hospice and Palliative Care. 1995 March-April:30-7.
14. Jaspers K. La fe filosófica. Buenos Aires: Losada, 1968; p. 21.
15. Jaspers K. La fe filosófica. Buenos Aires: Losada, 1968; p. 21.