

Favor de citar este Ensayo como:

Aparicio, Abraham (2020) Prácticas religiosas y felicidad: el caso de la población católica, en *Antología de ensayos de economía y catolicismo*, pp. 71-92,
Facultad de Economía de la UNAM, México.

<http://www.economia.unam.mx/profesores/aaparicio/ensayos.html>

Prácticas religiosas y felicidad: el caso de la población católica¹

¿Contribuyen las prácticas religiosas a la felicidad de las personas creyentes? Hay tres respuestas posibles para esta pregunta: no, sí, y en algunos casos. Un ejemplo de la primera respuesta la encontramos en el ensayo denominado *La Utilidad de la Religión*, donde John Stuart Mill (1874) duda que la felicidad, entendida ésta como la consecución de placer y la ausencia de dolor, pueda ser alcanzada por los creyentes a partir de sus prácticas religiosas, porque ellas están basadas en el miedo al castigo, un miedo a la condena eterna.²

Un contundente sí, es la respuesta de Juan Bautista María Vianney (1786-1859), el santo cura de Ars, para quien las prácticas de la oración y la comunión contribuyen a nuestra felicidad: “la oración es la felicidad del hombre sobre la tierra”³ y “toda nuestra felicidad en este mundo consiste en recibir a Jesucristo en la Sagrada Comunión”.⁴

Un ejemplo de la tercera respuesta es la que ofrece Romo (2006) al señalar que es posible que la moral cristiana, y las prácticas reli-

- 1 Ponencia presentada en el XXI Encuentro de la Red de Investigadores del Fenómeno Religioso en México (RIFREM), 20 de abril de 2018, Ciudad de Oaxaca, Oaxaca, México. Agradezco a RIFREM su gentil autorización para publicar esta versión resumida.
- 2 Cf. Mellizo, C. (edit., y trad.) (2012). *John Stuart Mill: tres ensayos sobre la religión (La naturaleza; La utilidad de la religión; El teísmo)*, Madrid: Tecnos.
- 3 Citado en Juan XXIII, *Carta Encíclica: Sacerdotii nostri primordia*. En el I centenario del tránsito del santo cura de Ars. [1° de agosto de 1959: AAS 51 (1959) 745-579.]
- 4 Citado en *Fernandez-Carvajal, F. (152005)*. Antología de textos para hacer oración y para la predicación, Madrid: Ediciones Palabra, 176.

gias que en ella se sustentan, contribuya a la felicidad de las personas, siempre y cuando se cumplan algunas condiciones, entre ellas: la moral entendida como *praxis de la fe* (coherencia entre la moral formulada y la moral vivida), el paso de una moral heterónoma a una moral de autonomía teónoma (un *cruce* entre lo humano y lo divino) y una moral centrada en la persona más que una moral centrada en la ley (primero el amor y luego el cumplimiento normativo).⁵

Las tres respuestas que hemos ofrecido a la cuestión inicial se circunscriben al mundo de la teoría, de la especulación, de las hipótesis o de las experiencias personales particulares. ¿Pero qué dicen las pruebas empíricas al respecto? ¿Cómo inciden las prácticas religiosas sobre diferentes dimensiones del bienestar como son la salud física, la salud mental, la felicidad y la satisfacción con la vida?

Revisión de estudios empíricos

El estudio de Ferraro (1998) para la población de Estados Unidos concluye que las prácticas religiosas (asistir a servicios religiosos, leer libros religiosos y seguir programas religiosos en radio o televisión) están asociadas positivamente con la felicidad y con la satisfacción con la salud, y negativamente con la depresión (es decir, a mayor práctica religiosa menor depresión). Así mismo, afirma que las prácticas religiosas generalmente actúan como un contrapeso de los efectos negativos que el sobrepeso puede tener sobre el bienestar de las personas, aunque, en el caso específico de las personas obesas, resultó que ellas son más propensas a experimentar depresión y menores niveles de satisfacción con su salud no obstante tener altos niveles de práctica religiosa.⁶[.]

Para el caso específico de la población joven, tenemos el estudio de Anastasi y Newberg (2008), que contó con la participación de 30 estudiantes de una escuela católica en Pensilvania, Estados Unidos, en el cual se observó que los estudiantes (12) que rezaron el rosario

5 Romo, W. "¿Permite ser feliz la moral cristiana?", en *Teología y Vida*, 47/2-3, (2006) 243-273.

6 Ferraro, K.F. (1998). "Firm believers? Religion, body weight, and well-being", en *Review of Religious Research* 39/3 224-244.

tuvieron un considerable descenso en sus niveles de ansiedad, en comparación con aquellos estudiantes (18) que no participaron en el rezo del rosario.⁷

Por su parte, Johnstone y otros (2012), en un estudio realizado en los Estados Unidos, sobre una muestra de 160 individuos (hombres y mujeres) mayores de 18 años de distintas tradiciones de fe (de los cuales 41 fueron católicos), concluyen que las prácticas religiosas privadas (como lo es rezar) tiene efectos positivos en la salud mental de las personas.⁸

Hay algunos estudios que específicamente se dedican a personas involucradas en un ámbito religioso católico. Por ejemplo, el estudio de Corwin (2014), que realiza un análisis lingüístico de datos etnográficos de un grupo de hermanas franciscanas de un convento en el Oeste de Estados Unidos, y cuya conclusión es que la práctica de la oración que realizan las hermanas franciscanas funciona como una forma de apoyo social, que contribuye a explicar los elevados niveles de bienestar físico y psicológico que reportan esas religiosas.⁹ También está el estudio de Büssing y otros (2016), en el cual participaron 7,390 personas dedicadas a actividades de pastoral católica (42% sacerdotes, 13% diáconos, 20% asistentes de pastoral, 25% expertos de la parroquia) y que concluye que, cuando se reza en un ambiente privado, la oración tiene mayores efectos positivos sobre la salud física y mental, que cuando se reza en un ambiente colectivo.¹⁰

Martínez (2004) toma como objeto de estudio a 80 jóvenes católicos de la ciudad de Lima, Perú, pertenecientes a la parroquia El Buen

7 Anastasi, M.W. - A. B. Newberg (2008). "A preliminary study of the acute effects of religious ritual on anxiety", en *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 14/2, 163-165.

8 Johnstone, B. y otros (2012). "Relationships among spirituality, religious practices, personality factors, and health for five different faith traditions", en *Journal of Religion and Health* 51/4, 1,017-1,041.

9 Corwin, A.I. (2014). "Lord, hear our prayer: prayer, social support, and well-being in a catholic convent", en *Journal of Linguistic Anthropology*, 24/2, 174-192.

10 Büssing, A. y otros (2016). "Health and life satisfaction of roman Catholic pastoral workers: private prayer has a greater impact than public prayer", en *Pastoral Psychology* 65/1, 89-102.

Pastor adscrita a la Diócesis de Carabayllo. El estudio correlaciona una escala de prácticas religiosas compuesta por cuatro unidades o ítems (importancia de la religión y de Dios, nivel de la espiritualidad y frecuencia de la práctica de rezar u orar) y una escala de satisfacción con la vida, cuyo resultado es que, a mayor frecuencia de rezo individual, mayor es la satisfacción con la vida.¹¹

Partiendo del resultado que se constató por una gran variedad de estudios, en lo referente a que el ingreso monetario de una persona está positivamente correlacionado con su nivel de bienestar subjetivo, el estudio de Dehejia y otros (2005) examinó, para la población de Estados Unidos, si la asistencia a los servicios religiosos puede amortiguar las oscilaciones sobre el nivel de felicidad que se dan a raíz de las variaciones en los niveles de ingreso, y se encontró que la participación religiosa activa amortigua cerca de 2/3 de la reducción en la felicidad que se daría ante una baja en el ingreso.¹²

El trabajo de Headey y otros (2008), para la población de Alemania, estudia los efectos a largo plazo de las prácticas religiosas sobre la satisfacción con la vida, y llevó a la conclusión de que los efectos positivos sobre el bienestar subjetivo de las personas, derivado de las prácticas religiosas, no son transitorios, sino permanentes.¹³

El estudio de Ferre y otros (2010) para la población de Uruguay encontró que los cristianos que más asisten a servicios religiosos (sin distinguir entre católicos y protestantes) tienen una mayor probabilidad de estar satisfechos con la vida que quienes no lo hacen.¹⁴

También se han llevado a cabo estudios para conocer la incidencia de las prácticas religiosas sobre la felicidad en la población infantil.

-
- 11 Martínez, M.R. (2014). *Religiosidad, prácticas religiosas y bienestar subjetivo en jóvenes católicos* de Lima norte, Lima: Tesis profesional, Facultad de Letras y Ciencias Humanas, Pontificia Universidad Católica del Perú.
- 12 Dehejia, R. y otros (2005). *Insuring consumption and happiness through religious organizations*, Working Paper 11576, Cambridge, MA.: National Bureau of Economic Research.
- 13 Headey, B. y otros (2008). *Authentic happiness theory supported by impact of religion on life satisfaction: a longitudinal analysis with data for Germany*, Discussion Paper 3915, Bonn: Institute for the Study of Labor [IZA].
- 14 Ferre, Z. y otros (2010). "Satisfacción con la vida, fe religiosa y asistencia al templo en Uruguay", *Papers on Economics of Religion* 10/01, Granada: Departamento de Teoría e Historia Económica, Universidad de Granada.

Por ejemplo, el trabajo de Holder y otros (2010) concluye que, aunque las creencias espirituales resultaron ser un fuerte pronosticador de la felicidad, las prácticas religiosas (ir a misa, rezar y meditar) resultaron muy débilmente asociadas con la felicidad de los niños.¹⁵

En el estudio para la población de Estados Unidos, realizado por Cohen-Zada y Sander (2010), se comprobó que atender a los servicios religiosos tiene significantes y positivos efectos sobre la felicidad, en especial para las mujeres. Con base en el resultado anterior, se estimó el efecto que tiene sobre la felicidad la anulación de las llamadas *blue-laws*, leyes que restringen la actividad comercial los domingos labores que provocan que se asista menos a los servicios religiosos, se encontró que abrogar esas leyes ha reducido la frecuencia con que se asiste a los servicios religiosos de las mujeres de raza blanca, y también su nivel de felicidad.¹⁶

En el documento de Layard y otros (2012) se menciona que "un estudio reciente de la Encuesta Social Europea encontró un pequeño, pero estadísticamente significativo, efecto (positivo) sobre la satisfacción con la vida de 'asistir siempre a los servicios religiosos' y de 'rezar siempre'".¹⁷

El documento de Rojas y Martínez (2012) menciona los resultados de varios estudios:

La religiosidad entendida como la frecuencia de las prácticas religiosas también ha mostrado una relación positiva con el bienestar subjetivo. Para el caso de la población chilena, Florenzano y Dussaillant (2011) encuentran una relación positiva entre la religiosidad y la felicidad. De acuerdo con sus hallazgos, quienes dicen practicar su religión activamente tienen una probabilidad mayor de ser felices; concretamente, tie-

-
- 15 Holder, M.D. y otros (2010). "Spirituality, religiousness, and happiness in children aged 8–12 years", en *Journal of Happiness Studies* 11, 131–150.
- 16 Cohen-Zada, D.-W. Sander (2010). Religious participation versus shopping: what makes people happier?, *Discussion Paper* 5198, Bonn: IZA.
- 17 "A recent large study of individuals in the European Social Survey found small but statistically significant effects on life satisfaction of 'ever attending religious services' and 'ever praying'. Layard, R. y otros, "The causes of happiness and misery", en Helliwell, J. y otros (eds.) (2012). *World happiness report 2012*, Nueva York: The Earth Institute, Canadian Institute for Advanced Research, Centre for Economic Performance, 58–89, 72.

nen una probabilidad de ser felices 4 puntos porcentuales por encima de quienes no practican. García *et al.* (2008) llegan a hallazgos equivalentes para la población de Monterrey, México, pues es también la frecuencia de la práctica religiosa la que se correlaciona con el bienestar subjetivo. De acuerdo a sus hallazgos, hay una diferencia estadísticamente significativa entre la felicidad promedio de aquellos que asisten a servicios religiosos más de una vez a la semana y aquellos que nunca asisten. Esto converge con hallazgos de otras regiones (Gauthier *et al.*, 2006).¹⁸

El trabajo de Bechert (2013) concluye que las personas religiosas tienden a ser más felices que las personas no religiosas, y para el caso de los países latinoamericanos con población predominantemente católica no se obtuvieron resultados homogéneos, pues mientras que en México, Chile y Uruguay no hay una correlación positiva relevante entre religiosidad y felicidad, en Venezuela sí la hay.¹⁹

En la encuesta realizada en 2014 por el Instituto Mexicano de Doctrina Social Cristiana (IMDOSOC), con una muestra de 4,313 personas (48% hombres y 52% mujeres) de 18 años y más, a la pregunta ¿qué es lo que le provoca mayor felicidad de su religión? el 9% de los católicos mexicanos respondió “asistir a misa”, y el 6% dijo “rezar/orar”.²⁰

El estudio de Clark y Lelkes (2009), que contó datos de 90,000 individuos de 26 países europeos, concluye que dos prácticas religiosas (asistir a la iglesia, al templo, y hacer oración) están asociadas con mayores niveles de satisfacción con la vida.²¹

18 Rojas, R. - I. Martínez (coords.) (2012). Medición, investigación e incorporación a la política pública del bienestar subjetivo: América Latina. Reporte de la Comisión para el Estudio y la Promoción del Bienestar en América Latina, México: Foro Consultivo, Científico y Tecnológico, 45.

19 Bechert, I., “Are religious people happier than non-religious people?”, en I. Bechert - M. Quandt (eds.) (2013). ISSP data report: religious attitudes and religious change, Colonia: GESIS-Leibniz-Institut für Sozialwissenschaften, 59-71.

20 Instituto Mexicano de Doctrina Social Cristiana, *Encuesta nacional de cultura y práctica religiosa en México*, México: IMDOSOC.

21 Clark, A.E. - O. Lelkes (2009). Let us pray: religious interactions in life satisfaction, *Working Papers* 2009-01, París: Paris School of Economics.

En el documento de Becchetti y otros (2015) se menciona que “Becchetti *et al.*, demuestran que el trabajo voluntario, la participación religiosa, la ayuda a amigos/vecinos, y la participación en organizaciones de la comunidad afectan positiva y significativamente la satisfacción con la vida”.²²

En su estudio, Cappellen y otros (2016) le dan especial atención al papel de las emociones como la variable intermedia (instrumental) que provoca que la asistencia a misa se relacione positivamente con el bienestar subjetivo. En particular, el estudio concluye que los sentimientos de reverencia, gratitud, amor y paz reportados por los creyentes durante la misa, son las emociones positivas que hacen que la experiencia de asistir a misa contribuya a niveles más elevados de satisfacción con la vida.²³

En suma, los estudios revisados aportan evidencia empírica de una relación positiva entre las prácticas religiosas (asistir a misa, rezar el rosario, orar, participar en actividades de la Iglesia) y diversas dimensiones del bienestar de las personas (felicidad, satisfacción con la salud física, menor depresión, satisfacción con la vida, salud mental).

Así pues, resulta razonable plantear la hipótesis inicial de que las prácticas religiosas, en general, contribuyen a la felicidad de las personas. Para corroborar esta hipótesis planteada se procedió a realizar un estudio empírico, el cual tuvo la particularidad de concentrarse en personas que profesan la fe católica.

22 “They [Becchetti et al.] show that voluntary work, religious attendance, helping friends/neighbors, and participation in community-related organizations affect life satisfaction positively and significantly”. Becchetti, L. y otros, “Human values, civil economy, and subjective well-being”, en Helliwell, J. y otros (eds.) (2015). *World happiness report 2015*, Nueva York: The Earth Institute, Canadian Institute for Advanced Research, Centre for Economic Performance, Sustainable Development Solutions Network, Emirates Competitiveness Council, 132-151, 142.

23 Cappellen, P. Van y otros (2016). “Religion and well-being: the mediating role of positive emotions”, en *Journal of Happiness Studies* 17/2, 485-505.

Un estudio empírico con datos de ISSP

Se utilizó la base de datos del Programa Internacional de Encuestas Sociales²⁴ del Instituto Leibniz para las Ciencias Sociales²⁵ que contiene información acerca de opiniones, actitudes y prácticas religiosas de un total de 59,986 personas (45.1% hombres, 54.9% mujeres) de 15 años y más, recolectada entre noviembre de 2007 y julio de 2010 en 41 países, y cuyos resultados se dieron a conocer en 2012.

Metodológicamente, se procedió de la siguiente manera. Primero se seleccionó a la población católica, tomando para ello únicamente a los individuos que declararon pertenecer al grupo “Católico romano”,²⁶ lo que dio un total de 22,982 personas (casos), que representan el 38.8% del total de los encuestados, como se indica en el cuadro 1.

Cuadro 1. Cantidad de personas que se declararon como católicos en la encuesta

	Católico romano1/		No católico2/	Sin religión	Total
	Número	% del Total			
Irlanda	1,795	87.7	108	144	2,047
España	1,747	75.1	79	500	2,326
República Dominicana	1,614	79.2	363	62	2,039
Francia	1,222	51.5	89	1,063	2,374
México	1,188	82.0	143	117	1,448
Polonia	1,088	86.2	21	153	1,262
Chile	1,068	71.7	294	127	1,489
Croacia	1,049	88.3	62	77	1,188
Filipinas	971	80.9	229	0	1,200
Italia	961	89.4	6	108	1,075
Año 2008	255	91.1	1	24	280
Año 2010	706	88.8	5	84	795
Bélgica/Flandes	945	75.0	40	275	1,260
Portugal	879	88.3	37	79	995
Venezuela	836	77.8	160	79	1,075

24 International Social Survey Programme (2012). Colonia: Religion III - ISSP 2008 (ZA4950 Data file Version 2.2.0; GESIS Data Archive).

25 Es la institución más grande para el estudio de las ciencias sociales en Alemania, establecida en 1986, con sedes en Mannheim, Colonia y Berlín.

26 La etiqueta de la variable en la base de datos es “R: Religious main groups, derived”.

	Católico romano1/		No católico2/	Sin religión	Total
	Número	% del Total			
Eslovaquia	792	70.6	142	188	1,122
Eslovenia	782	74.2	64	208	1,054
Austria	747	73.2	97	176	1,020
Hungría	613	61.3	229	158	1,000
Reino Unido	560	18.2	1,500	1,009	3,069
Gran Bretaña	173	8.7	943	865	1,981
Irlanda del Norte	387	35.6	557	144	1,088
Países Bajos	535	27.9	577	805	1,917
Uruguay	531	53.3	186	280	997
República Checa	509	34.5	73	894	1,476
Alemania	499	29.3	618	585	1,702
Occidental	480	40.7	509	189	1,178
Oriental	19	3.6	109	396	524
Suiza	410	33.7	497	308	1,215
Australia	335	20.2	609	715	1,659
Estados Unidos	329	24.2	812	218	1,359
Sudáfrica	272	8.3	2,535	473	3,280
Letonia	204	19.4	434	414	1,052
Ucrania	150	7.7	1,636	164	1,950
Corea del Sur	135	9.0	775	598	1,508
Nueva Zelanda	131	13.1	491	377	999
Taiwán	28	1.5	1,650	249	1,927
Israel	16	9.8	1,142	33	1,191
Dinamarca	13	0.7	1,651	278	1,942
Suecia	13	1.1	841	362	1,216
Noruega	7	0.7	883	170	1,060
Chipre	6	0.6	988	4	998
Rusia	2	0.2	821	158	981
Finlandia	0	0.0	917	200	1,117
Japón	0	0.0	450	735	1,185
Turquía	0	0.0	1,435	5	1,440
Sub total	22,982	38.8	23,684	12,548	59,214
Casos perdidos*/					772
Total de casos					59,986

1/ La etiqueta de la variable en la base de datos es “R: Religious main groups (derived)”.

2/ Incluye los grupos: protestante, cristiano ortodoxo, judío, islam, budista, hinduista, otras religiones cristianas, otras religiones orientales y otras religiones.

*/ Los casos perdidos (no válidos) son debido a que la pregunta fue rechazada, la persona no pudo elegir, no supo o no respondió.

Fuente: International Social Survey Programme, Religion III - ISSP 2008 (ZA4950 Data file Version 2.2.0; GESIS Data Archive, Colonia 2012).

Una vez definido el universo de población católica, se procedió a conocer su nivel de felicidad,²⁷ cuyo resultado es que el 83.7% declaró ser “muy feliz” o “algo feliz”, y el restante 16.3% declaró ser “poco feliz” o “nada feliz”, cifras que se desprenden del cuadro 2.

Para representar las prácticas religiosas se seleccionó un conjunto de siete variables, que son las siguientes: la frecuencia con la que se asiste a misa; la frecuencia con la que se hace oración; la frecuencia con la que se participa en las actividades organizadas por la Iglesia; la frecuencia con la que se visita un santuario; si se poseen objetos religiosos (por ejemplo, un crucifijo); si se es una persona que sigue la religión; y si se hizo algún tipo de sacrificio personal (por ejemplo, ayunar) en un periodo religioso (por ejemplo, cuaresma).

Cuadro 2. Nivel de felicidad de los católicos (Porcentajes*/)

Muy feliz	28.5
Algo feliz	55.2
Poco feliz	14.0
Nada feliz	2.3
Total	100.0
Casos válidos ^{1/}	98.6 (22,664)

*/ La suma de los parciales puede no ser 100.0% debido al redondeo de las cifras.

1/ Los casos perdidos (no válidos) son debido a que la pregunta fue rechazada, la persona no pudo elegir, no supo o no respondió.

Fuente: International Social Survey Programme, Religion III - ISSP 2008 (ZA4950 Data file Version 2.2.0; GESIS Data Archive, Colonia, 2012). El cuadro 3 detalla el tipo de pregunta y las etiquetas que corresponden a estas variables en la base de datos de la encuesta.

Cuadro 3. Variables utilizadas para representar las prácticas religiosas

Práctica religiosa	Pregunta en la encuesta	Etiqueta de la variable en la base de datos
Asiste a misa	¿Con qué frecuencia asiste usted a misa o a servicios religiosos?	R: Attendance of religious services: extended 9 pt answer scale
Hace oración	¿Con qué frecuencia hace usted oración (reza)?	Q27 How often R pray.
Participa en la iglesia	¿Con qué frecuencia participa en actividades u organizaciones de una iglesia o lugar de culto, aparte de asistir a los servicios religiosos?	Q28 Take part in church activities
Visita un santuario	¿Con qué frecuencia visita un santuario o realiza un viaje religioso como peregrinación por motivos religiosos? Por favor no tomar en cuenta asistencia regular a los servicios religiosos.	Q30 Visit holy place
Objeto religioso	Por motivos religiosos, ¿usted tiene en su hogar una capilla, altar u objeto religioso como una imagen o crucifijo?	Q29 Shrine, altar in R's home
Sigue la religión	¿Cuál de las siguientes frases lo describe mejor a usted? Yo sigo una religión y me considero una persona espiritual interesada en lo sagrado. Yo sigo una religión, pero no me considero una persona espiritual interesada en lo sagrado. Yo no sigo una religión, pero me considero una persona espiritual interesada en lo sagrado. Yo no sigo una religión y no me considero una persona espiritual interesada en lo sagrado.	Q32 Best describes R
Hace sacrificios	Durante el año pasado ¿hizo usted algún sacrificio personal como expresión de su fe como ayunar, seguir alguna dieta especial, o dejar de hacer alguna actividad durante un periodo religioso como la cuaresma?	Optional Q4 Personal sacrifice as expression of faith

Fuente: elaboración propia con datos de International Social Survey Programme,

27 La etiqueta de la variable en la base de datos es “Q1 How happy or unhappy”.

Religion III - ISSP 2008 (ZA4950 Data file Version 2.2.0; GESIS Data Archive, Colonia 2012).

De la información que presenta el cuadro 4 se desprenden las siguientes características de la población católica:

- El 11.9% nunca hace oración, en tanto que el 31.5% reza a diario (una o varias veces);
- El 46.6% nunca participa en las actividades que organiza la Iglesia (la jerarquía, el clero, su parroquia), algo que sí hacen por lo menos cada mes el 17.4%;
- El 15% nunca asiste a misa, en tanto que el 25.1% asiste por lo menos cada semana;
- El 35.6% nunca ha visitado un santuario por motivos religiosos, mientras que el 42.5% visita un santuario por lo menos una o dos veces al año;
- El 8.7% no sigue su religión ni se considera una persona espiritual, en cambio, el 32.8% considera que sí sigue su religión y que es una persona espiritual;
- El 66.3% posee objetos religiosos y el 35.6% ha realizado sacrificios personales por motivos religiosos.

Cuadro 4. Prácticas religiosas de la población católica (Porcentajes*/)

	Hace oración	Participa en la iglesia	Asiste a misa	Visita santuario
Nunca	11.9	46.6	15.0	35.6
Menos de una vez al año	4.0	12.2	8.4	22.0
Una o dos veces al año	4.8	12.5	10.0	19.5
Varias veces al año	10.4	11.3	19.6	14.6
Cada mes	4.6	4.8	8.5	8.4
Dos o tres veces al mes	6.4	3.4	9.2	
Casi cada semana	6.4	2.9	4.3	
Cada semana	7.8	4.7	21.0	
Varias veces a la semana	12.2	1.6	4.1	
Una vez al día	22.0			
Varias veces al día	9.5			
Total	100	100	100	100
Casos válidos (número) ^{1/}	22,574	22,733	22,721	22,709
Sigue la religión			Objeto religioso	Hace sacrificios

Sigo mi religión y soy una persona espiritual	32.8	Sí	66.3	35.6
Sigo mi religión, pero no soy una persona espiritual	44.9	No	33.7	64.4
No sigo mi religión, pero soy una persona espiritual	13.5			
No sigo mi religión y no soy una persona espiritual	8.7			
Total	100		100	100
Casos válidos (número) ^{1/}	21,103		22,805	8,152

* / La suma de los parciales puede no ser 100.0% debido al redondeo de las cifras.
^{1/} Los casos perdidos (no válidos) son debido a que la pregunta fue rechazada, la persona no pudo elegir, no supo o no respondió.

Fuente: elaboración propia con datos International Social Survey Programme, Religion III - ISSP 2008 (ZA4950 Data file Version 2.2.0; GESIS Data Archive, Colonia 2012).

Con la información recopilada, se llevaron a cabo varios ejercicios estadísticos cuyos resultados se presentan en el cuadro 5, con el procedimiento de regresión logística binaria (método = introducir), para conocer el tipo de incidencia, si existe tal, de las prácticas religiosas (variables independientes) sobre el nivel de felicidad (variable dependiente) de la población católica en general, para los hombres, para las mujeres y por grupos de edad.

Cuadro 5. Incidencia de las prácticas religiosas sobre la felicidad de los católicos

	Por sexo		Por grupos de edad							
	General	Hombres	Mujeres	15-25	26-35	36-45	46-55	56-65	66-75	+76
Asistencia a misa ^{1/}	***	***	***	**		**	*		***	**
Menos de una vez al año										
Dos o tres veces al año	0.243**		0.326**	0.602*						
Varias veces al año	0.349***	0.438***	0.291**	1.026***		0.359*	0.338*			
Una vez al mes	0.354***		0.412***			0.448*	0.427*			
Dos o tres veces al mes	0.446***		0.542***	0.850**		0.440*				
Casi cada semana	0.417***		0.437**	1.469**		0.744*				
Cada semana	0.684***	0.637***	0.698***	1.286***	0.608**	0.915***	0.663***	0.463*		0.611**
Varias veces a la semana	0.663***	0.811**	0.638***	1.368*	1.008*				0.590*	1.039**
Hace oración ^{2/}	***		***		*					*
Menos de una vez al año								-0.540*	-0.670*	
Una o dos veces al año	-0.225*		-0.407*		-0.695*					

	Por sexo			Por grupos de edad						+76
	General	Hombres	Mujeres	15-25	26-35	36-45	46-55	56-65	66-75	
Varias veces al año										0.891*
Una vez al mes										
Dos o tres veces al mes										
Casi cada semana			-0.317*							
Cada semana			-0.358*							
Varias veces a la semana			-0.291*		-0.575*					
Una vez al día	-0.335***		-0.553***		-0.867***					
Varias veces al día	-0.533***		-0.740***	-0.901*	-0.949**					
Participa en actividades de la iglesia (parroquia)†/			**							
Menos de una vez al año	0.159*		0.190*							
Una o dos veces al año	0.170*		0.242**			0.322*				0.557*
Varias veces al año			0.247**							
Una vez al mes			0.281*							
Dos o tres veces al mes										
Casi cada semana										
Cada semana		-0.329*								
Varias veces a la semana										
Visita un santuario†/	*		*							
Menos de una vez al año										
Una o dos veces al año										0.548*
Varias veces al año										
Una vez al mes	-0.183*		-0.278**	-0.607*		-0.468*				
Tiene objetos religiosos†/	-0.128**	-0.140*								
Sigue la religión†/	***	*	*				*		**	
• Sigo mi religión y soy una persona espiritual										-0.813**
• Sigo mi religión, pero no soy una persona espiritual										
• No sigo mi religión, pero sí soy una persona espiritual										-0.820**

	Por sexo			Por grupos de edad						+76
	General	Hombres	Mujeres	15-25	26-35	36-45	46-55	56-65	66-75	
Constante	1.547***	1.508***	1.612***	2.225***	1.966***	1.524***	1.207***	1.221***	1.838***	0.845**
Número de casos	20,100	8,553	11,545	2,464	3,489	3,834	3,575	3,086	2,318	1,319
Prueba omnibus (sig.)	0.000	0.000	0.000	0.023	0.183	0.000	0.001	0.341	0.000	0.003
Prueba Hosmer-Lemeshow (sig.)	0.543	0.984	0.358	0.929	0.655	0.772	0.443	0.265	0.613	0.872
R-cuadrado de Cuentta (%)	83.7	82.8	85.0	82.6	82.6	83.0	84.0	84.6	84.6	84.3
R-cuadrado de Cox-Snell	0.010	0.010	0.015	0.021	0.012	0.020	0.018	0.012	0.032	0.046
R-cuadrado de Nagelkerke	0.018	0.017	0.025	0.049	0.024	0.036	0.029	0.018	0.049	0.067

Notas:

†/ Categoría de control: nunca asiste a misa.

†/ Categoría de control: nunca hace oración.

†/ Categoría de control: nunca participa en actividades de la iglesia.

†/ Categoría de control: nunca visita un santuario.

†/ Categoría de control: no tiene objetos religiosos.

†/ Categoría de control: no sigue la religión y no es una persona espiritual.

* (p) < 0.050

** (p) < 0.010

*** (p) < 0.001

Fuente: Cálculos propios a partir de International Social Survey Programme, Religion III - ISSP 2008 (ZA4950 Data file Version 2.2.0; GESIS Data Archive, Colonia 2012).

El nivel de felicidad se recodificó como una variable dicotómica (feliz = 1; no feliz = 0), donde “feliz” incluye las categorías “muy feliz” y “algo feliz”, y “no feliz” incluye las categorías “poco feliz” y “nada feliz”.

A fin de contar con el mayor número de casos posibles, se excluyó de los cálculos la variable “Hace sacrificios”, debido a que aporta únicamente alrededor de 8,000 casos válidos, equivalente al 35.5% del total del universo de católicos; en cambio, al proceder de la manera descrita fue posible obtener un máximo de 20,100 casos válidos, equivalente al 87.5% del universo total de católicos.

Finalmente, a fin de evitar un sesgo de especificación, se calcularon las correlaciones parciales entre todas las variables independientes (asistencia a misa y oración, asistencia a misa y participación en las actividades de la iglesia (parroquia), asistencia a misa y objetos religiosos,

etcétera; oración y participación en las actividades de la iglesia, oración y objetos religiosos, etcétera), con el resultado de que ninguna interacción fue estadísticamente significativa, motivo por el cual el modelo calculado no incluye ninguna variable dicotómica de interacción.

Los resultados que se presentan en el cuadro 5 incluyen únicamente los valores de los coeficientes (parámetros β) que resultaron estadísticamente significativos a los niveles habituales del estadístico p (0.050, 0.010 y 0.001). Teóricamente se esperan signos positivos en todos los coeficientes. Además de la constante y del número de casos válidos, se ofrecen algunos estadísticos de la bondad del ajuste (validez global de las estimaciones) de los cálculos de los modelos. Los criterios para evaluar los estadísticos de bondad de ajuste son los siguientes: es deseable una significancia cercana a cero en la prueba omnibus; es deseable una significancia cercana a 1 en la prueba Hosmer-Lemeshow; el estadístico R-cuadrado Cuenta debe ser cercano a 100%; en tanto que los estadísticos R-cuadrado de Cox-Snell y R-cuadrado de Nagelkerke son mejores cuando ambos se acercan a 1.

Por tratarse de variables independientes cualitativas, se tomaron algunas categorías de control, en este caso, las que son contrarias a la práctica que se evalúa, es decir, “nunca asiste a misa”, “nunca hace oración”, etcétera, lo cual debe tenerse en cuenta al momento de interpretar los resultados.

En general, los cálculos realizados tuvieron una significancia estadística global aceptable, pero no tanto en el cálculo realizado para los grupos de edad de 26-35 años y de 56-65 años (significancia en la prueba omnibus 0.183 y 0.341, respectivamente); así mismo, para el grupo de edad de 56-65 años, la significancia de la prueba Hosmer-Lemeshow resultó ser la más baja (0.265). Así pues, estos dos grupos de edad (26-35 y 56-65 años) serán excluidos del análisis por su baja significancia estadística. Los valores muy bajos de los pseudo R-cuadrados de Cox-Snell y de Nagelkerke no deben preocuparnos demasiado, porque los cálculos no se hicieron con el fin de hacer pronósticos (análisis de prospectiva) acerca del valor puntual del nivel de felicidad, sino únicamente para conocer el tipo de relación que existe entre las variables (análisis co-

rrrelacional). El valor de R-cuadrado Cuenta, en todos los casos, resultó superior a 80%, lo que contribuye a una significancia global aceptable de los cálculos.

Análisis de resultados

a. Asistencia a misa

Para el caso general, el nivel de felicidad de los católicos que asisten a misa (independientemente de la frecuencia) es mayor en comparación con los que nunca asisten. También se observa que, conforme aumenta la frecuencia con la que se asiste a misa, también aumenta el nivel de felicidad, y alcanza su máximo en “cada semana”.

Esta tendencia positiva entre asistencia a misa y felicidad se observa de igual manera para el caso general de las mujeres católicas, pero respecto de los hombres católicos hubo una particularidad: el nivel de felicidad de los hombres que asisten a misa sólo es mayor, en comparación con los que nunca asisten a misa, cuando se asiste poco (varias veces al año) o de manera muy frecuente (cada semana y, especialmente, varias veces a la semana).

En cuanto a los grupos de edad, sorprende el resultado de que, para los católicos más jóvenes (15-25 años) y para los adultos en el rango de 36-45 años, su nivel de felicidad aumenta (en comparación con los católicos pertenecientes a esos grupos de edad que nunca asisten a misa) cuando asisten a misa con mayor frecuencia. En cambio, para los adultos mayores católicos (66 años en adelante), sólo es relevante el caso de asistencia a misa una vez (o más) a la semana.

b. Hacer oración

En todos los casos, excepto para el de las personas de 76 años y más, hacer oración reduce el nivel de felicidad de los católicos, en comparación con aquellos católicos que nunca hacen oración. Para el caso general, a medida que se hace oración con mayor frecuencia (es decir,

cuando se pasa de “una o dos veces al año” a “una o varias veces al día”), el nivel de felicidad se reduce en comparación con aquellos que nunca hacen oración. Esta tendencia se mantiene para el caso de las mujeres católicas, pero en el caso de los hombres católicos no hay relación entre felicidad y la frecuencia con la que se hace oración. Por grupos de edad, estos resultados negativos de la oración sobre la felicidad se mantienen para los católicos más jóvenes (15-25 años).

c. Participación en las actividades que organiza la iglesia (la parroquia)

En el caso general, participar con poca frecuencia (“menos de una vez al año”, o “una o dos veces al año”), en las actividades que organiza la iglesia aumenta la felicidad, en comparación con aquellos que nunca participan en dichas actividades. Esta relación es aún más marcada en el caso de las mujeres, donde la felicidad aumenta conforme aumenta la frecuencia (y llega a su máximo en “cada mes”) con la que se participa en las actividades de la iglesia, en comparación con las mujeres que no participan. Para las personas entre 36 y 45 años, contribuye a su felicidad participar en las actividades de la iglesia una o dos veces al año, lo mismo que para el grupo de 76 años y más.

d. Visita a un santuario

Visitar un santuario una o dos veces al año sólo aumenta la felicidad de los católicos que tienen 76 años y más, respecto de los católicos de la misma edad que nunca visitan un santuario. Si se asiste una vez al mes a un santuario se reduce la felicidad, en particular de las mujeres católicas y de los católicos más jóvenes (15-25 años de edad).

e. Posesión de objetos religiosos

Poseer un artículo u objeto religioso reduce, en general, la felicidad de los católicos, y en particular la felicidad de los hombres católicos, en comparación con aquellos que no poseen ningún artículo religioso.

En el caso de las mujeres y por grupos de edad, la posesión o no de artículos religiosos no tiene relación alguna con la felicidad.

f. Seguimiento de la religión

Seguir la religión, practicarla, y considerarse una persona espiritual resultó estar relacionado de manera ambigua con el nivel de felicidad, es decir, no se puede afirmar si esa relación es positiva o negativa. Únicamente se obtuvo un resultado preciso para el grupo de católicos entre 66 y 75 años de edad, donde se observó que “seguir la religión y considerarse una persona espiritual” reduce el nivel de felicidad en comparación con aquellos católicos entre 65 y 75 años de edad que no siguen la religión y no se consideran una persona espiritual.

Discusión y conclusión

De los resultados obtenidos, se desprende que la práctica religiosa que tiene mayor influencia en la felicidad de la población católica es la asistencia a misa, y en especial cuando se asiste con mayor frecuencia (hasta llegar a una o varias veces a la semana). Esta influencia positiva de la asistencia a misa sobre la felicidad se refleja más en el caso de las mujeres que en el caso de los hombres. Participar frecuentemente (una vez al mes) en las actividades que organiza la iglesia (la parroquia) también contribuye a la felicidad de los católicos, en particular de las mujeres. Hacer oración, y mientras se haga con mayor frecuencia, es una práctica religiosa que reduce la felicidad de los católicos, en especial la felicidad de las mujeres.

Los resultados respecto a la asistencia a misa y a la participación en las actividades de la iglesia están en línea con las conclusiones de los estudios revisados; sin embargo, el hallazgo de que hacer oración reduce la felicidad de los católicos es contrario a los resultados de esos estudios, en particular a los de Clark y Leikes (2009), Martínez (2014) y el estudio mencionado en Becchetti y otros (2015).²⁸

El resultado negativo de la práctica de la oración sobre la felicidad de los católicos podría justificarse argumentando que la forma y el

28 Clark, A.E. – O. Leikes, Let us pray...; Martínez, M.R., *Religiosidad, prácticas religiosas...*; y Becchetti, L. y otros, “Human values, civil...”

contexto en el cual se lleva a cabo dicha práctica religiosa no se ha tomado en cuenta en el análisis, lo cual es, de suyo, cierto. Sin embargo, la argumentación también puede ir en un sentido diferente.

Tal vez rezar sí produce felicidad para los católicos, sólo que posiblemente se trate de un tipo “diferente” de felicidad que no se corresponde con el tipo de felicidad que el católico tiene en mente cuando responde a la pregunta “¿qué tan feliz es usted? Es posible, por tanto, plantear la hipótesis de que la felicidad que reportan los católicos en encuestas como la que hemos utilizado es una felicidad “de acción”, una felicidad relacionada directamente con la actividad humana, y más específicamente con la actividad social.

Asistir a misa y participar en las actividades que organiza la Iglesia son prácticas religiosas en las cuales, mientras mayor sea la cantidad de personas que participan en ellas, es más gratificante la experiencia para los asistentes. Por ejemplo, al “darnos fraternalmente la paz” durante la celebración de la misa, llega un momento, si hay mucha concurrencia, que parece que hay una fiesta por las risas, los besos y los abrazos que se prodigan entre sí los asistentes, en especial los miembros de una misma familia (algo de lo que no pocos sacerdotes se han quejado, argumentando, con cierta razón, que se pierde la solemnidad de la celebración, pues los besos y los abrazos continúan aún durante la fracción del pan).

En cambio, la oración tiene una lógica totalmente diferente, y en especial la oración privada. La felicidad que reporta al católico la oración sería una felicidad de tipo “mística”, que nada tiene que ver, e incluso se contradice, con la felicidad “de acción”. Cuando la oración es colectiva existen múltiples distractores que pueden ocasionar que la oración no sea “tan profunda” como podría llegar a ser la oración que se realiza en un ambiente totalmente privado y de recogimiento. La hipótesis es que este tipo de felicidad no la captan las encuestas, no es la felicidad que reportan los católicos.

La hipótesis planteada sugiere que, cuando se trate de estudiar el efecto que tiene sobre la felicidad una práctica religiosa de tipo más místico, como lo es rezar a solas, lo mejor sería cuantificar la felicidad

no de manera “subjetiva” (a través de encuestas), sino de manera “objetiva” a través, por ejemplo, de la actividad cerebral²⁹ o de marcadores bioquímicos.³⁰

El estudio de las creencias y prácticas religiosas, y su relación con la actividad cerebral o con la actividad bioquímica del ser humano, han dado origen a campos interdisciplinarios conocidos entre los interesados en esas cuestiones como *neuroteología*³¹ y *bioteología*.³² Los trabajos en esos dos campos no cuantifican la felicidad (bienestar subjetivo) de las personas, sino sólo algunos aspectos de su salud física (bienestar físico) o mental (bienestar psicológico),³³ por lo que

- 29 Sobre el tema de la cuantificación de la felicidad a través de la actividad cerebral véase Davidson, R. – B. Schuyler, “Neuroscience of happiness”, en Helliwell J. y otros (eds.), *World happiness report 2015...*, 88-105.
- 30 Los marcadores bioquímicos (como el alfa amilasa en la saliva, el cortisol libre en la saliva y la oxitocina) son sustancias del organismo que pueden utilizarse para cuantificar de manera objetiva estados afectivos del individuo (como la felicidad). Los marcadores genéticos, indicadores objetivos dentro del ADN, también pueden dar cuenta de las predisposiciones emocionales de los individuos (no sólo de las diferencias en el color de la piel o de enfermedades de origen genético, como el síndrome de Down). Véase Yamamoto, J. (2014). “Hacia una medición objetiva del bienestar subjetivo”, en *Realidad, Datos y Espacio. Revista Internacional de Estadística y Geografía* 5/3, 34-43.
- 31 El trabajo más famoso (no el primero, ni necesariamente el mejor) dentro del polémico campo de la neuroteología es Newberg, A. (2010). *Principles of Neurotheology*, Surrey, Inglaterra: Surrey/Burlington, Ashgate, Farnham, cuyas conclusiones y afirmaciones han sido severamente cuestionadas y debatidas. Sobre esta polémica véase Vörös, S. (2014). “Neurotheologia, Quo Vadis: some philosophical problems of neurotheology”, en *Prolegomena: Journal of Philosophy* 13/2, 351-372, y Dixon, S. – G. Wilcox (2016). “The counseling implications of neurotheology: a critical review”, en *Journal of Spirituality in Mental Health* 18/2, 91-107.
- 32 Un trabajo para iniciarse en el tema es Cavanaugh, M. (1995), “Biotheology: a new synthesis of science and religion”, Lanham, Maryland: University Press of America.
- 33 Por ejemplo, A.J. (2010). “Whatever happened to the soul? Some theological implications of neuroscience”, en *Mental Health, Religion and Culture* 13/6, 637-648; Schjoedt, U. (2009). “The religious brain: a general introduction to the experimental neuroscience of religion”, *Method and Theory in the Study of Religion* 21/3 310-339; Hill, T.D. y otros (2014). “Religious attendan-

todavía queda abierta la cuestión planteada: cuantificar los efectos de las prácticas religiosas sobre la felicidad de las personas, cuantificando la felicidad (o bienestar subjetivo) a través de la actividad cerebral o a través de marcadores bioquímicos. Parece que sólo es cuestión de tiempo para que conozcamos de la publicación de tales estudios. Estaremos atentos.

ce and biological functioning: a multiple specification approach", en *Journal of Aging and Health* 26/5 766-785; Paiva, C. y otros (2014). "The impact of religiosity and individual prayer activities on advanced cancer patients' health: is there any difference in function of whether or not receiving palliative anti-neoplastic therapy?", en *Journal of Religion and Health* 53/6 1717-1727; Yeager, D.M. y otros (2006). "Religious involvement and health outcomes among older persons in Taiwan", en *Social Science and Medicine* 63/8 2228-2241; Hybels, C.F. y otros (2014). "Inflammation and coagulation as mediators in the relationships between religious attendance and functional limitations in older adults", en *Journal of Aging and Health* 26/4 679-697; Dew, R.D. y otros (2010). "A prospective study of religion/spirituality and depressive symptoms among adolescent psychiatric patients", en *Journal of Affective Disorders* 120/1-3, 149-157; entre otros.