

## EL RITUAL PSICOTERAPEUTICO

*Juan Carlos Lengua Sánchez*<sup>1</sup>

*Desde los inicios de la humanidad, el ritual ha venido siendo un “instrumento” con el cual el hombre ha luchado, y continúa haciéndolo en la actualidad contra “el miedo a la historia”.*

*El presente artículo intenta una reflexión acerca de una serie de elementos implicados en este proceso, como son: la comunicación, el mito, el tiempo, el aspecto sociocultural, y el rol que desempeñan en la psicoterapia actual.*

**Palabras claves:** *Psicoterapia – Ritual.*

*From the beginning of mankind, ritual is an instrument used by men in their fight against “the fear of history”.*

*This is a reflection about a series of implicated elements in this process, like: communication, myth, time, socio-cultural aspects, and their role at present psychotherapy.*

**Key words:** *Psychotherapy – Ritual.*

---

<sup>1</sup> Médico psiquiatra infantil, jefe del Departamento de Salud Mental del Niño, Adolescente y Familia Hospital Hermilio Valdizán

**E**l hombre, desde el principio de la humanidad, sostiene una lucha persistente contra los acontecimientos que pertenecen a la realidad, como lo son el sufrimiento y el dolor. Esta concepción se la puede percibir en la obra de Mircea Eliade (1976) bajo el nombre de la “Historia”.

Según Eliade, el hombre sostiene este combate inquietado por un cierto “terror a la historia” (es decir a la realidad), lo que lo llevó “desde las civilizaciones tradicionales a un tratamiento mágico-religioso del sufrimiento, a rituales con una regeneración periódica de la historia y del tiempo, a una cierta repetición de la cosmogonía. Con ello buscaba dar un sentido a esta realidad, para poder soportarla moralmente porque dejaba de ser absurda.... ella adquiriría un sentido y una causa, y por ello podemos integrarla en un sistema y explicarla”.

Debemos agregar que esta concepción tradicional de una defensa contra la historia, esta manera de soportar los acontecimientos históricos, ha continuado dominando el mundo hasta una época muy cercana a la nuestra. Incluso en la actualidad continúa consolando las sociedades agrícolas (tradicionales) europeas.

Es a esta historia a la cual el hombre arcaico intentó oponerse; a la historia mirada como una secuencia de acontecimientos irreversibles, imprevisibles y de valor autónomo. Pero el hombre moderno (histórico) –que es o se ve como creador de la historia –está también frecuentemente expuesto a los mismos acontecimientos y a la misma necesidad de defenderse de la realidad (histórica).

La lucha que entabla el hombre moderno en la actualidad, como en el pasado lo hacía el hombre arcaico, demanda de toda su capacidad creadora. En esta perspectiva, la actividad terapéutica está comprendida en esta búsqueda de la libertad; se trata de la liberación del sufrimiento y del dolor (la realidad). Se encuentra en este proceso, según nuestro punto de vista, una conti-

nuidad entre la lucha que hacía el hombre arcaico y la actividad liberadora que el hombre moderno intenta hacer a través de la Psicoterapia.

En el presente trabajo haremos referencia a algunos elementos que estarían comprendidos en esta actividad creadora.

### *Los dos lenguajes de la realidad*

Entre los elementos importantes que se encuentran en el desarrollo de esta actividad, están las imágenes de la realidad que el hombre percibe y la manera por la cual las transmite a su prójimo. El Lenguaje ocupa un lugar muy importante en todas las actividades humanas, y la psicoterapia no es una excepción.

Es importante mencionar que el lenguaje es tan complejo como la realidad misma. En este sentido, nos parece muy interesante la afirmación de Watzlawick (1978) que plantea que nos encontramos ante la presencia de dos lenguajes: uno objetivo, definicional, lógico, analítico; es el lenguaje de la razón, de la ciencia, de la explicación, de la interpretación. Es el **lenguaje digital**, que posee una sintaxis lógica muy compleja, que carece de una semántica apropiada a la relación. Por el contrario, el **Lenguaje analógico** posee bien la semántica, pero no la sintaxis apropiada a una definición no-equivoca acerca de la naturaleza de las relaciones, lo que quiere decir toda comunicación no verbal. Es el lenguaje de las emociones, de los gestos, de los actos, rico en simbolismos y significados.

El ser humano se encuentra en la obligación de combinar estos dos lenguajes, ya sea como emisor o como receptor. Continuamente debe traducir en ambos sentidos. En consecuencia, en la comunicación humana existe una dificultad de traducción en los dos sentidos. No puede haber traducción del lenguaje analógico en digital sin una pérdida importante de información. A pesar de todo, en la comunicación humana –incluyendo la comunicación terapéutica –se busca siempre una concordancia entre los dos niveles

del lenguaje, analógico y digital, sí es que deseamos tener una idea próxima de la realidad y la posibilidad de una comunicación plena sobre la misma.

La existencia de dos niveles de lenguaje sugiere fuertemente que esto debe servir para expresar dos imágenes del mundo muy diferentes entre sí. Agregándose a ello que el mundo (según Jaspers) es como es, ni verdadero ni falso; y que es solamente nuestro conocimiento del mundo el que puede serlo.

Si consideramos la necesidad del hombre moderno de luchar para liberarse de la realidad (el sufrimiento) en una interacción humana plena de la realidad, entenderemos la importancia de encontrar una concordancia entre estos dos niveles. Una forma de resolver esta disyuntiva es utilizando como “instrumento” lo que el hombre arcaico ya utilizaba en el pasado: el ritual.

### ***El Ritual Terapéutico del Hombre Moderno***

El ritual del hombre arcaico ha evolucionado en el curso del desarrollo de la humanidad hasta llegar a la forma actual del ritual psicoterapéutico que, aunque es diferente, guarda siempre una relación de continuidad.

Los rituales son, sobre todo, organizadores de las relaciones interpersonales. Canalizan el proceso de cambio por el establecimiento de hechos nuevos, reconocidos y compartidos. La ritualización es una esquematización formal del reencuentro –concepto también importante en terapia –para contener, canalizar y derivar los comportamientos. Este hecho permite una definición tanto clara como posible de la naturaleza de las relaciones que se establecen en la unidad familiar, social o terapéutica que ella crea.

El ritual es susceptible de levantar la ambigüedad inherente a toda comunicación, dando información sobre sus características y permitiendo hacer una elección entre muchas alternativas igualmente posibles.

A nivel de una comunicación plena de la realidad, en el ritual las comunicaciones analógicas se digitalizan y construyen un conjunto complejo de reglas metalingüísticas (pero no verbalizadas) que determinarán ulteriormente las relaciones que mantienen las palabras y las frases con los objetos y los acontecimientos.

Por ello el ritual permite “el trabajo terapéutico” en un nivel principalmente analógico. Según Watzlawick (1978), “es el lenguaje del hemisferio derecho que se presenta en consecuencia como la llave natural que nos abre los dominios del espíritu en donde sólo pueden producirse los cambios terapéuticos.” Y el lenguaje del hemisferio derecho, para Watzlawick, es el lenguaje analógico.

Las escuelas de terapia han tomado diversos caminos con un interés común por el uso de la comunicación analógica. Por ejemplo, según Jay Haley (1976), el Psicoanálisis es un enfoque que compromete a los pacientes a hablar en un estilo analógico. La consigna de las “asociaciones libres” es una directiva dada al paciente de abandonar el estilo digital de comunicación y de decir todo lo que venga a la mente aunque pueda parecer irracional. De esta manera, el paciente emite una serie de analogías sobre su existencia.

El analista también solicita el relato de los sueños del paciente y cuando éste los refiere usa nuevamente un estilo analógico. El trabajo del terapeuta consistirá en poner en obra sus propias analogías bajo la forma de interpretaciones, así como explorar las relaciones que hay entre las diversas metáforas que el paciente comunica.

Antes de hacer que el paciente proponga analogías, ciertos conductistas proponen ellos mismos analogías en sus tentativas de modificar las conductas de sus pacientes. Se solicita una lista de “situaciones ansiógenas” ordenadas en grado creciente de ansiedad. El paciente se ubica en estado de relajación mientras que el terapeuta le ofrece una serie de analogías sobre esas

situaciones. Si, por ejemplo, el paciente tiene miedo a la sangre, el terapeuta comienza por describir una escena con un poco de sangre y luego continua introduciendo escenas con heridas y hemorragias cada vez mas importantes. El paciente reacciona solamente con un signo del dedo indicando si tiene angustia o no al escuchar las metáforas. Éste no ofrece por si mismo analogías, salvo para describir sus problemas y en su conversación ordinaria con el terapeuta. Tiene además el derecho de oponer un veto a las analogías propuestas por el terapeuta. Cuando el paciente indica que esta “angustiado”, sea por una palabra o por un gesto, el terapeuta deja de proponer analogías o pasa a una analogía dotada de una menor carga afectiva.

La Terapia Familiar comprende numerosos enfoques y escuelas diferentes, pero igualmente toda la familia es recibida en conjunto y, de una manera característica, los terapeutas demandan a las familias emitir analogías verbales sobre sus problemas. Simultáneamente, a medida que los miembros de la familia reaccionan uno con otros durante la entrevista, esbozan un “cuadro” analógico de su vida en común.

### ***Ritual Terapéutico y Tiempo***

En el ritual terapéutico, como en todos los rituales, percibimos la abolición implícita del tiempo profano, de la duración de la historia. Es decir, de todos los conceptos socioculturales del tiempo. Es el tiempo construido por el hombre en el cual el tiempo cósmico ofrece una base objetiva. Los conceptos de tiempo son instrumentos cognitivos de medida y de referencia destinados a apreciar las actividades y los cambios, principalmente con relación a una extensión o a un pasaje en el espacio.

En la vida cotidiana del hombre moderno, nosotros percibimos antes que nada la dimensión del presente y no toda la envergadura del tiempo como son su pasado y su futuro. En consecuencia, tenemos frecuentemente una visión parcial de la realidad histórica del hombre.

Sin embargo, el ritual en virtud de su capacidad de abolición implícita del tiempo profano, nos permite, en el ritual terapéutico, percibir en el hombre depresivo de ahora, al niño maltratado del pasado, pero que permanece aún presente. En este sentido, debemos reconocer al Psicoanálisis el mérito de haber rescatado para el hombre moderno la perspectiva de continuidad entre el pasado y el presente, pero como una totalidad.

En el enfoque sistémico, encontramos también la misma perspectiva. Por ejemplo, según Whitaker (1978) “*los problemas de las parejas y de las familias son el resultado de un plan producido por tres generaciones*”, es decir, en la familia del presente, se aprecia también a la familia de origen de cada uno de los cónyuges. Es necesario señalar que todo se desarrolla a un nivel analógico.

Según Mircea Eliade (1976), en el ritual hay siempre una proyección del hombre en el Tiempo Mítico, donde se encuentra una continuidad Pasado-Presente-Futuro, que podemos tomar con nuestras manos como una totalidad y contemplarlo.

### ***Ritual Terapéutico y Eficacidad Simbólica***

Gracias al trabajo de Levi-Strauss (1958) podemos decir que el ritual aparece como la condición necesaria para una *eficacidad simbólica*, pero ésta no ocurre si no encuentra una demanda de una intensidad suficiente. La Eficacidad Simbólica reposa sobre la creencia y la fe, condiciones necesarias para la eficacia del ritual.

Otro elemento importante a considerar es el MITO, concepto que existe desde la aparición del pensamiento humano. El mito es un sistema explicativo sobre el enigma del mundo, de las plantas, los animales, el hombre, el matrimonio, la familia, la muerte. En este sentido, es una historia verdadera para aquellos que la comparten y una ficción para aquellos que están excluidos o que lo estudian desde el exterior. El contenido

del mito da un contexto coherente a la interpretación y a la representación que se hace de sí mismo el individuo y la sociedad.

El mito permite también explicar una percepción problemática o emotivamente estresante sobre la realidad, y justificar esta percepción. Podemos señalar que el mito es un sistema de creencias compartidas por un conjunto de individuos a la luz de su historia, con funciones estructurantes importantes. Aquí encontramos una magnitud social del mito, como también el hecho que el ritual se sostiene sobre el mito.

Frank (1985), en su libro *Therapeutic components Shared by Psychoterapies*, señala que durante la sesión terapéutica es importante:

1. Reforzar la relación terapéutica, para combatir el sentido de alienación del paciente.
2. Inspirar y mantener la expectativa de ayuda del paciente.
3. Proporcionar nuevas experiencias de aprendizaje.
4. Suscitar emociones.
5. Aumentar el sentido de dominio y de autoeficacia del paciente.
6. Proporcionar oportunidades para la práctica.

Para lograr todo esto, el ritual y el mito ofrecen un espacio de trabajo enriquecedor en la psicoterapia.

Volviendo al trabajo de Levi-Strauss sobre la eficacia simbólica, constatamos que tanto en la cura psicoanalítica como en la que realiza el chamán, el enfermo es llevado a vivir intencionalmente un mito, sea individual (psicoanálisis) o de la tradición colectiva (chamanismo), siendo éste el que sostiene al ritual. Para ello, es necesario que el sistema de creencias sea compartido tanto por el curador como por el sufriente.

Es también importante reconocer que este sistema (el mito) recibe la influencia de las normas culturales. A decir de Frank (1973), *“el éxito de toda forma de psicoterapia depende*

*en parte de su compatibilidad con las normas y los deseos de la cultura circundante...”*

En ese sentido, podemos agregar que el mito de base del ritual terapéutico está comprendido dentro del mito social que domina la sociedad. Así, por ejemplo, en la época actual, según Jean-Marie Lacrosse (1986) *“no es por pura coincidencia que en el mundo actual en que florecen las psicoterapias, sea la negociación que se imponga como ritual dominante y como dispositivo mayor de gobierno”*.

Evidentemente Lacrosse habla de la coyuntura contemporánea (actual) y de la terapia sistémica como expresión psicoterapéutica de la era de la negociación. En concordancia con esta idea, menciona que *“la eficacia tan proclamada de la terapia sistémica, es ante todo aquella de los procesos de negociación, que ponen en juego en sus actividades”*.

De esta manera, lo que debemos reconocer a la Psicoterapia –siempre bajo la reflexión de Lacrosse –es *“la de producir un ritual social a través del cual, en un mundo inestable y en movimiento, los individuos autónomos negocien entre ellos mismos y con su entorno...”*

En este mismo espíritu, podremos comprender entonces la relación dinámica que se da entre sociedad-mito-ritual terapéutico. Pero es necesario agregar que hay una dinámica por la cual, en la medida en que el mito social cambia, el mito que sostiene al ritual terapéutico cambia también. En consecuencia la psicoterapia debe evolucionar con la sociedad y el hombre.

Podemos decir finalmente que la lucha del hombre moderno contra el “terror de la historia” se desarrolla en un tiempo mítico, donde la continuidad pasado-presente-futuro es una totalidad; en un espacio proporcionado por el ritual terapéutico donde la libertad es el objetivo supremo, el mito es el instrumento de combate, el cambio el evento deseado y el terapeuta el creador, dispuesto a recorrer este camino con la ayuda del paciente, creador también.

## REFERENCIAS

- Devisch, R. (1992). De quelques concepts socioculturels du temps. *Rev. Therapie Familiale*, Volume XIII N° 3.
- Eliade, Mircea (1976). *Le Mythe de l'éternel retour*. Paris : Ed. Gallimard.
- Frank, J. (1973). *Persuasion and Healing. A Comparative Study of Psychotherapy*. Baltimore: The John Hopkins University Press.
- Haley, Jay (1976). *Nouvelles strategies en Therapies Familiales*. Paris : Jean Pierre Delarge Editeur.
- Lacrosse, J. M. (1988). La systemique: L'ere de la negociation. *Rev. Perspective*, N°7.
- Levi-Strauss, C. (1958). *L'efficacité Symbolique. Antropologie Structurel*. Paris : Ed Plon.
- Maisonneuve, J. (1988). *Les rituels*. Paris : Presses Universitaires de France.
- Miermont, J. (1987). *Dictionnaires des Thérapies Familiales. Théories et Pratiques*. Paris: Ed Payot.
- Watzlawick, H.J. (1978). *Une logique de la Communication*. Paris: Ed. Seuil.
- Watzlawick, P. (1978). *Le langage du changement*. Paris: Ed. Deuil.
- Whitaker, N. (1980). *Le Creuset Familial*. Paris: Ed Robert Lafont.