

# Los rituales terapéuticos familiares: una propuesta teórica en clave emocional

21

## An emotionally-focused theory of therapeutic family rituals

Esteban Laso Ortiz<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidad de Guadalajara, Centro Universitario de La Ciénega; Instituto Tzapopan, Guadalajara, México.

### Historia editorial

Recibido: 28-09-2015

Primera revisión: 14-10-2015

Aceptado: 22-10-2015

### Palabras clave

rituales, terapia familiar, emoción

### Resumen

En este artículo proponemos una teoría de los rituales terapéuticos desde una perspectiva emocional. Iniciamos con un repaso de las definiciones más representativas de “ritual” en la literatura de la terapia familiar, las cuales son precisas, pero inapropiadas, o bien, apropiadas, pero vagas. De acuerdo con los aportes de Collingwood sobre el arte, el entretenimiento y la magia, construimos una definición de “ritual terapéutico” centrada en su utilidad para transformar o sostener las emociones de los participantes. Finalmente, exponemos algunas implicaciones de esta definición para la práctica terapéutica y la ejemplificamos con una viñeta clínica tomada de nuestra propia experiencia

### Abstract

I propose a theory of therapeutic rituals from an emotional perspective. I begin by reviewing the most representative definitions of “ritual” in family therapy literature and concluding that they are either accurate but inappropriate or appropriate but vague. I then summarize the contributions of Collingwood on art, entertainment and magic and upon them I propose a new definition of therapeutic rituals focused on their usefulness to transform or preserve the emotions of the participants. Finally, I discuss some implications of this definition for therapeutic practice and exemplify it by using a clinical vignette taken from my own experience.

### Keywords

rituals, family therapy, emotion

Los rituales terapéuticos están entre las herramientas más empleadas por los terapeutas familiares y las que más distinguen a la terapia familiar o sistémica de los demás enfoques. Sin embargo, la falta de una definición universalmente aceptada de lo que es “ritual terapéutico” y las diversas concepciones de éste, no siempre compatibles entre sí, hacen difícil que los terapeutas familiares se orienten e impiden señalar con claridad para qué pueden servir los rituales en terapia, en qué casos aplicarlos y cuándo no, y de qué manera construirlos, iniciarlos o llevarlos a cabo.

En este texto nos proponemos salir al paso de estas carencias al exponer una comprensión del ritual terapéutico a la luz de la terapia familiar en clave emocional (Laso, 2014, 2015a, 2015b). Para ello, el punto de partida es la definición de Rando (citada en Crockett & Prosek, 2013), que ampliamos merced a la obra de Collingwood, filósofo fascinante, pero poco conocido entre los psicólogos (por no hablar de los terapeutas familiares) y cuyo aporte sobre la relación entre emoción, conciencia y simbolización sirve de base para la teoría de los rituales terapéuticos aquí esbozados.

## 2. LA NOCIÓN DE RITUAL

Con el fin de valorar sus alcances e insuficiencias, ofrecemos un breve repaso de las teorías más representativas acerca de los rituales en terapia familiar. La discusión y uso de éstos dentro de los procesos terapéuticos se remonta, como tantas innovaciones, al equipo de Milán de los años setenta, que presenta el célebre caso de la familia Casanti, inmersa en un rígido “mito familiar” patriarcal que los terapeutas, en vez de desafiar o comentar, deciden modificar a través de una pormenorizada prescripción:

... trancar la puerta todas las noches de los días impares, después de la cena. Los cuatro miembros de la familia tendrían que sentarse alrededor de la mesa del comedor [...] por turno y por orden de edad, tenían a disposición quince minutos para hablar. Podían expresar sus propios sentimientos, impresiones y observaciones con respecto a las conductas de los miembros del clan. Quien no tuviese nada que decir, debía quedarse en silencio todo el tiempo que se le había asignado, así como también el resto de la familia. En cambio, cuando uno hablaba, todos deberían escuchar. Se prohibía todo comentario, gesto, expresión mímica, interrupción. Estaba también absolutamente prohibido retomar el tema fuera de la hora fijada (Selvini-Palazzoli, Boscolo, Cecchin y Prata, 1991, p. 107).

Esta prescripción, entregada a la familia por escrito y sin explicación alguna, es llamada por los autores “ritual” y lo contraponen con el pegajoso “mito” que los subyugaba: “Nosotros permaneceremos como una familia modelo, a la antigua, donde todos están juntos y se quieren” (Selvini-Palazzoli *et al.*, 1991, p. 100), con la esperanza de que poniendo “un rito contra un mito letal” (Selvini-Palazzoli *et al.*, 1991, p. 96), éste cambiase *ex opere operato* sin necesidad de cuestionarlo abiertamente (lo que podía desencadenar una tenaz resistencia). Así, definen un ritual del siguiente modo:

Desde el punto de vista formal, se trata de una acción o serie de acciones, combinadas generalmente con fórmulas o expresiones verbales, de las que tienen que participar todos los miembros de la familia [...]. Un aspecto fundamental del ritual familiar [es] cómo cambiar las reglas del juego y por consiguiente la epistemología familiar, sin recurrir a las explicaciones, a la crítica, en sustancia, al instrumento lingüístico (Selvini-Palazzoli *et al.*, 1991, p. 109).

En esencia, por tanto, la noción original de rito de Selvini-Palazzoli *et al.* se basa en la oposición “acción vs pensamiento/expresión lingüística”, sobre el supuesto de que, al actuar las familias

de forma inédita por orden del terapeuta, cambiase su funcionamiento sin tener que discutirlo o explicárselo. Es muy importante, en la visión milanese, que el ritual sea lo más preciso y pautado posible, que no dé resquicios a la interpretación o la improvisación, y que el terapeuta se limite a prescribirlo sin dar oportunidad a la familia de preguntar al respecto.

Además de construir la relación familia-terapeuta de un modo que hoy, a la luz de las ideas narrativas y construccionistas, cabría calificar de autoritario, esta comprensión del ritual parte de un supuesto ya desmentido: que la “mitología familiar” (que podríamos llamar, con más propiedad, “sistema de creencias familiares”, Dallos, 1996) es reacia al cambio y que hay que sobrepasarla modificándola “sin que se entere la familia”. Por el contrario, modelos como el conversacional (Anderson & Gehart, 2006; Seikkula & Olson, 2003) y técnicas como las “preguntas estúpidas” (Medina, 2011) demuestran que, cuando se las trata igualitariamente, con respeto y sensibilidad y atendiendo a sus objeciones en vez de ignorarlas, las personas pueden cambiar sus creencias sin mayor complicación.

No obstante, y más importante para los fines de este texto, se entiende que, atrapados en su lucha contra el “mito”, Selvini-Palazzoli *et al.* emplean el término “ritual” para intervenciones que son, en realidad, *tareas entre sesión*, si bien muy pautadas, precisas y repetitivas, pero en las que los elementos simbólicos y emocionales brillan por su ausencia. La definición selviniana no es ambigua (es decir, delimita con claridad lo que es un ritual), pero sí equivocada (es decir, llama “ritual” a algo que no lo amerita). Esta idea de “actos repetitivos, no explicados ni simbólicos, para cambiar a la familia desde la acción sin desafiar sus creencias” terminará convirtiéndose en la propiedad común de la plétora de fenómenos que se dará en llamar “ritual” en la disciplina, a través de textos como el de Van der Hart (1986), y lo que explicará la pertinaz ambigüedad del concepto hasta hoy.

El libro que retoma el papel crucial del simbolismo en el ritual, y que sigue siendo, al menos en habla hispana, el *locus classicus* del tema, es el de Imber-Black, Roberts y Whiting (1997), por lo demás lleno de valiosas sugerencias. En él se postulan al menos dos deficiones de “ritual” que tienden a superponerse –y que, sin embargo, no terminan de aplicarse a las distintas instancias de “rituales” que se exhiben a lo largo del texto–. (Esta pluralidad de definiciones no es de extrañar, habida cuenta del equívoco aporte selviniano y de que lo mismo ocurre en la disciplina madre del concepto, la antropología; así, el reciente y exhaustivo texto de Grimes [2013] recoge en un apéndice no menos de siete páginas de definiciones tomadas de distintas ciencias sociales.)

Volviendo al texto de Imber-Black *et al.*, la definición más conocida y amplia es la de Roberts:

Los rituales son actos simbólicos coevolutivos que incluyen no sólo los aspectos ceremoniales de la presentación real del ritual, sino también su proceso de preparación. Pueden o no incluir palabras pero contienen partes abiertas y cerradas que se mantienen unidas por medio de una metáfora orientadora. La repetición puede formar parte de los rituales ya sea en el nivel de contenido, la forma o la ocasión. Puede haber espacio suficiente en los rituales terapéuticos para que los diversos miembros de la familia o los clínicos incorporen múltiples significados, así como también para una variedad de niveles de participación (Imber-Black *et al.*, 1997, p. 30).

A la que sigue la de O'Connor y Hoorwitz:

Un ritual es una secuencia específica de actos que [...] puntúan o promueven un cambio en la vida de un individuo, una familia o un grupo social [...] [tienen] un comienzo claro, una estructura y una secuencia de acciones organizadas alrededor de un motivo; además a menudo se los ejecuta repetidamente (Imber-Black *et al.*, 1997, p. 167).

Aunque detrás de ambas definiciones puede entreverse un mismo fenómeno, cada una destaca ciertas facetas de éste en detrimento de las demás: la secuencialidad y el carácter demarcatorio en la última, la ambigüedad, la participación múltiple y la necesidad de preparación en la primera. Es necesario, por ende, preguntarse ¿cuál de estas facetas constituye la esencia del ritual terapéutico y

cuáles son añadiduras interesantes, pero innecesarias?, pregunta que no es de interés sólo teórico, ya que cuanto más imprecisa es una definición, más vagas son las orientaciones para el terapeuta y mayores las posibilidades de que el ritual fracase.

De hecho, pocas páginas después de exponer su definición, Roberts pone el siguiente ejemplo: “Los miembros de la familia estaban muy organizados para hacer muchas cosas juntos y hacían cosas muy concretas: veían determinados programas de TV, iban a comer a ciertos sitios, concurrían a salas de espectáculos específicas, etc.” (Imber-Black *et al.*, 1997, p. 52). Esto, como salta a la vista, no coincide con su propia definición, porque los actos de que está compuesto no son simbólicos ni coevolutivos, situación de la que la autora no parece darse cuenta y que no se resuelve afirmando que “con poco o ningún espacio para la improvisación, los rituales familiares están rígidamente definidos” (Imber-Black *et al.*, 1997, p. 52).

Tampoco coincide con la definición de O'Connor, porque ver siempre ciertos programas de televisión o comer de manera habitual en determinado restaurante no puntúa ni promueve cambio alguno en la vida de las personas; si acaso, todo lo contrario. La única característica de este ejemplo que justificaría llamarlo “ritual” es algo que en ambas definiciones juega un papel secundario (pero cuyo origen hemos rastreado en Selvini-Palazzoli): su repetición regular y altamente pautada.

Esta presentación de actividades que ni encajan ni se desmarcan con claridad de la categoría de rituales se repite varias veces a lo largo del texto (por ejemplo, ver Imber-Black *et al.*, 1997, pp. 129 y ss. y pp. 255 y ss.) y llega a su apogeo con la siguiente lista de “rituales de pareja”: “Todas las parejas crean rituales diarios y semanales, como ritos para separarse y reencontrarse, comidas, salidas nocturnas y ritos sexuales. Feriados, salidas especiales y vacaciones de a dos suelen ser parte de la vida ritual de una pareja” (Imber-Black *et al.*, 1997, p. 143); a juzgar por ello, algo tan simple y anodino como el saludo matutino entre cónyuges o el acudir a una fiesta sería igual de *ritualístico* que las vacaciones de luna de miel. En este punto, la noción de ritual ha perdido toda especificidad y se ha transformado en “cualquier acción que se repita regularmente en una familia o pareja”, y las definiciones han devenido insuficientes o incluso engañosas.

El que los ejemplos aportados por los autores no casen con sus definiciones es consecuencia de la ambigüedad de éstas: usando un mapa de fronteras borrosas es imposible saber hasta dónde se extiende un territorio. Dicha ambigüedad es resultado, en parte, del carácter pionero de esta obra, tan abarcadora que sigue siendo de lectura obligada; en parte, de su esfuerzo, no del todo exitoso, de concebir una perspectiva propia del ritual y distanciarse de la idea selviniana (*cf.* en Imber-Black *et al.*, 1997, p. 31, las diferencias entre “ritual” y “tarea”), y, sobre todo, de que a estas alturas la noción de ritual ha llegado a englobar dos sentidos hasta cierto punto incompatibles que los autores no alcanzan a deslindar: “actos que se repiten del mismo modo varias veces” y “actos que tienen un contenido o carácter simbólico y/o evocan intensas emociones en los participantes”.

Mayor conciencia de esta tensión dialéctica presentan los otros grandes pensadores del ritual en terapia familiar, Bertrando y Boscolo, quienes hacen la misma crítica a la “repetición” selviniana:

La manera que tienen de despedirse dos cónyuges cuando se separan por la mañana y cuando se reúnen por la tarde es importantísima para definir su relación recíproca y sus respectivas posiciones en la casa [...]. [Esta teoría] seguida hasta sus últimas consecuencias, llevaría a considerar como ritual cualquier acción que se repita habitualmente. De ser así, el rito se vería privado de gran parte de su fuerza emotiva (1996, p. 203).

A lo que contraponen su propia definición: “Por eso preferimos limitarnos a definir como ‘rituales’ familiares los actos que se distinguen del tiempo cotidiano de la familia, y permiten a todos sus miembros percibir un movimiento de discontinuidad, a partir del cual se puede regular y dar un ritmo a la vida familiar” (1996, p. 203).

Esta definición, inclinada hacia el polo del simbolismo y centrada en “los tiempos del tiempo”, es un antecesor de la concepción que propondremos en este texto al hacer hincapié en las emociones

y la atmósfera de los actos rituales. Con estas acotaciones, Bertrando y Boscolo avanzan en la delimitación del concepto; sin embargo, incurren, en menor medida, en el mismo desliz de Imber-Black et al., al dar como ejemplo paradigmático el clásico “días pares, días impares” (Selvini-Palazzoli et al., 1991; Selvini-Palazzoli, Cirillo, Selvini y Sorrentino, 1990), consistente en prescribir que el martes, jueves y sábado uno de los padres se encargue de los hijos; que el lunes, miércoles y viernes sea el otro; y que los domingos se comporten “espontáneamente”. Esta tarea, si bien puede generar cambios en el sistema, no se distingue en términos experienciales del “tiempo cotidiano” de la familia, carece de contenido simbólico y ambigüedad, y no suscita esa atmósfera particular que caracteriza a los rituales *stricto sensu*. Una vez más, y en el intento de ser fieles a una comprensión errada, pero célebre, la de Selvini-Palazzoli, los autores terminan esfumando el concepto a tal punto que sus instancias desbordan la definición inicial.

De este panorama, podemos concluir:

- A lo largo de su discusión en terapia familiar, la noción de “ritual” ha recibido varias definiciones, no siempre compatibles entre sí.
- Éstas han incurrido en dos tipos de error: ser precisas, pero equivocadas, como la selviniiana (que delimita con exactitud un fenómeno, la tarea repetitiva entre sesión, que, sin embargo, *no merece* ser llamado “ritual”); o bien, ser pertinentes, pero ambiguas, como las de Imber-Black et al. y Bertrando y Boscolo (que aunque corresponden grosso modo a lo que el sentido común entiende por ritual, fracasan en perfilarlo sin invadir fenómenos aledaños).
- Además, dichas definiciones han oscilado en torno a dos polos: la repetición pautada (“actos que se repiten del mismo modo varias veces”) y el simbolismo/emocionalidad (“actos que tienen un contenido o carácter simbólico o evocan intensas emociones en los participantes”), este último más paradigmático, pero también más difícil de entender (en ausencia de una teoría de la relación entre emoción y símbolo). Como veremos más adelante, es ésta la clave del misterio y el aporte de Collingwood.

### 3. LOS TIPOS DE “RITUAL”

Las definiciones al uso en la literatura son insuficientes, bien por equívoco o por ambigüedad, y es menester mejorarlas. El primer paso para construir una definición es especificar el “universo del discurso”, la familia de hechos pertinentes. En general, los ejemplos que los autores han dado de “ritual” son de seis tipos:

- Secuencias altamente pautadas de acciones entregadas por los terapeutas a la familia (sin posibilidad de réplica) de forma que las repitan, sin comentarlas, varias veces entre una sesión y la siguiente, a la usanza de Selvini-Palazzoli.
- Conjuntos repetitivos y cíclicos de acciones propias de la familia (casi siempre nuclear) que han ido emergiendo a lo largo de su vida en común y que reafirman y organizan sus relaciones; por ejemplo, el modo en que se despiden los cónyuges por la mañana, las vacaciones anuales o la salida semanal al cine. Son “las secuencias conductuales en los sistemas matrimoniales y familiares, que [...] poseen una cualidad ritual y estabilizadora” a las que aluden Bagarozzi y Anderson (1996, p. 34), los ya mencionados “rituales rígidos” de Roberts (Imber-Black et al., 1997, p. 52), y los “ritos teléticos” de Boscolo y Bertrando (1996, p. 203).
- Acciones no necesariamente cíclicas, pero sí repetidas que involucran casi siempre a la familia ampliada o amigos o miembros de la red social de la familia nuclear y que sirven para sostener o constituir estos vínculos externos: invitaciones a cenar o jugar cartas, fiestas, la comida del domingo en casa de la abuela, entre otras.
- Acciones cíclicas y repetidas que coinciden con fechas de trascendencia personal (cum-



pleaños), de pareja o familia (aniversarios) o de la comunidad en general, tanto religiosas (navidades, pascua, acción de gracias) como seculares (día de la independencia, fundación de la ciudad), y otras que no se repiten porque marcan, en función de la cultura a la que se adscribe la familia, transiciones del ciclo vital (muertes, nacimientos, bautizos, bodas).

- Secuencias de acciones simbólicas, más o menos ambiguas o herméticas, con alto contenido emocional, construidas o propiciadas *ad hoc* por una persona o familia (“... los actores japoneses siguen un ritual en el que las etapas del maquillaje son cuidadosamente prescritas y no pueden interrumpirse [...] la ceremonia del té, de los rezos y otros elementos tradicionales”, Hethmon, 1998, p. 108), o por un interventor o terapeuta en el curso de un tratamiento o asesoría; por ejemplo, guardar en una caja un video en que la familia reflexiona sobre su hija (la paciente identificada) para luego enterrarla cerca del consultorio mientras el terapeuta declara: “Sara, si alguna vez decides no caminar ni hablar, ya sabrás dónde encontrar esto para conseguir la información necesaria sobre cómo pueden cuidarte” (“pericos, palas y rituales para caminar”, Imber-Black *et al.*, 1997, p. 46 y ss.).
- Secuencias de acciones repetitivas y con frecuencia cíclicas realizadas por una sola persona que o no entiende su significado (son “absurdas”) o les atribuye uno extravagante que los demás rechazan, y que obstaculizan o impiden llevar adelante su vida diaria; los “rituales individuales”, que, según Bertrando y Boscolo (1996, p. 200), “pertenecen al ámbito de los hábitos temporales o al de la psicopatología (ritualismos obsesivos)” y que son para Bagarozzi y Anderson (1996, p. 35) “un intento de [...] mantener un equilibrio homeostático personal [...] manifestaciones abiertas de aspectos específicos de la propia mitología personal”.

De estos seis puntos que han recibido el nombre de “rituales” por parte de diversos teóricos, los primeros tres no lo merecen, porque sólo tienen en común que pueden o suelen repetirse; el cuarto puede o no serlo, y los últimos, que sí lo son, se diferencian en el grado de éxito que alcanzan. Por tanto, proponemos los siguientes términos (que ampliamos al final del texto): tareas entre sesión (estrictamente pautadas), rutinas (o hábitos), encuentros, celebraciones, rituales exitosos (o terapéuticos) y rituales fallidos (o sintomáticos).

#### 4. EL RITUAL Y LA EMOCIÓN

##### EL RITUAL COMO EXPRESIÓN SIMBÓLICA: RANDO

En esta clasificación subyace una concepción del ritual que no sólo resalta sus aspectos simbólicos y emocionales, sino la relación entre ambos ante la función que cumplen en la vida de los participantes. La semilla de esta concepción es la definición más extendida en la literatura terapéutica de habla inglesa, oriunda de la tanatología: “Una conducta o acción específicas que brindan expresión simbólica a ciertos sentimientos y pensamientos de los participantes, individualmente o como grupo” (Rando, citado en Crockett y Prosek, 2013). A diferencia de la definición de Roberts ya mencionada, que también incluye el simbolismo, ésta señala con claridad que éste sirve para hacer manifestas las emociones e ideas de quienes participan en él.

Esta definición resuelve algunas de las dificultades observadas, a costa de generar otras. Como es evidente, las tareas, encuentros y rutinas no intentan expresar simbólicamente las emociones o creencias de sus participantes, con lo que quedan excluidas sin más; mientras que los rituales terapéuticos, que sí lo hacen, caben de lleno en ella. ¿Dónde colocar, empero, las celebraciones? Podría argumentarse que cantar Las mañanitas en México o Feliz cumpleaños en otros países simboliza nuestra alegría por el festejado. Más aún, la definición de Rando autoriza llamar “ritual” a actos como exclamar “¡salud!” mientras se bebe una copa de vino o incluso a gritar “¡maldita sea!” tras

golpearse un dedo: al fin y al cabo, son expresiones simbólicas de estados emocionales (regocijo en un caso y frustración en otro). Y qué decir de los síntomas obsesivos o psicóticos.

Esta mejora parcial se debe a que la definición de Rando se acerca al blanco, pero se detiene sin alcanzarlo. No basta con indicar que el símbolo en un ritual procura expresar una emoción; hace falta, además, explicar cómo y para qué lo hace y por qué hacerlo es útil o curativo. Es aquí donde entra en juego Collingwood (1889-1943), filósofo, arqueólogo e historiador británico célebre por sus contribuciones a la filosofía de la historia y la estética (para una introducción, ver Leal, 2015; D'Oro, 2002); su libro dedicado a esto último, *The principles of art* (Collingwood, 1938), permite corregir y ampliar la definición de ritual de Rando (además de arrojar luz sobre el uso del arte en terapia, ver Hinz, 2009).

## LAS EMOCIONES Y SUS DEVENIRES: COLLINGWOOD

En primer lugar, apunta Collingwood, es necesario distinguir el arte propiamente dicho de otras dos prácticas, el entretenimiento y la magia (equivalente, por razones que se irán aclarando, a lo que entendemos por “ritual” en la terapia familiar), distintas aunque emparentadas por fundarse las tres en la representación (simbolismo). Así, el pintor retrata a una persona o un paisaje; el *clown* interpreta a un personaje torpe e ingenuo; el chamán hace las veces de un animal totémico; el sacerdote de Cristo al officiar la eucaristía, etcétera. A su vez, en las tres prácticas, la representación “es siempre un medio para un fin, consistente en la re-evocación de ciertas emociones” (Collingwood, 1938, p. 57).

Pues bien, la diferencia entre arte, entretenimiento y magia (o ritual) radica en el destino o propósito con que esta emoción es evocada: si para disfrutarla “descargándola” en el acto mismo sin que se filtre fuera de él, es entretenimiento; si únicamente para expresarla, lo que significa no tanto “dejarla salir” o manifestarla cuanto explorarla y cristalizarla por medio de la simbolización (Laso, 2011), es arte; si, por fin, para apuntalarla de modo que subsista más allá del acto modificando la actitud de los participantes en su vida cotidiana en relación con algún problema, se trata de magia, o lo que es lo mismo, ritual (Collingwood, 1938, p. 32 y ss.).

El epítome del entretenimiento es el cine de Hollywood, que despierta en la audiencia respuestas emocionales intensas y placenteras que se desvanecen en cuanto se abandona la sala de proyección; otros ejemplos son las novelas ligeras, los culebrones o las revistas del corazón. En cambio, el arte propiamente dicho pone al alcance de la audiencia nuevas posibilidades de simbolizar su experiencia –y, por tanto, de hacerse cargo de ella, lo que aumenta su capacidad de maniobra en relación con sus “pasiones”, los afectos que hasta entonces han vivido como incomprensibles, invasivos o incontrolables–. Esto ocurre porque toda expresión artística lo es de una experiencia emocional compleja y singular, *sui generis*, nunca de una generalidad, ya que ninguna emoción o experiencia es estrictamente igual a otra y ninguna descripción general agota las tonalidades de una vivencia concreta y particular. (Como descubre todo aquel que asiste a un funeral; frases como “qué triste” o “mi sentido pésame” se quedan cortas, desbordadas por la intensidad, variedad y especificidad de las emociones, saben a poco y se sienten huecas.) De ahí que

... el uso de epítetos en la poesía, o incluso en la prosa que quiere ser expresiva, es peligroso. Si se quiere expresar el terror causado por algo, no se lo debe tachar de “espantoso” porque esto, en lugar de expresar la emoción, la describe [...] El auténtico poeta, en sus instantes de auténtica poesía, nunca nombra las emociones que intenta expresar [...] se aleja lo más que puede del mero etiquetar sus emociones como instancias de esta o aquellas clases, y se esfuerza en individualizarlas expresándolas en términos que revelen sus diferencias con las demás emociones de la misma clase (Collingwood, 1938, pp. 112-113; traducción nuestra).

Por ende, el artista ayuda a la audiencia a re-conocerse a sí misma y pone a su alcance aspectos antes no simbolizados de su vivencia (lo que en otro contexto hemos llamado “anagnórisis”, Laso, 2006); es un “psiconauta” que cartografía su experiencia para beneficio de toda la humanidad:

“Cuando una persona lee y comprende un poema, no está solamente comprendiendo la expresión de las emociones del poeta: está *expresando sus propias emociones a través de las palabras del poeta*, que se convierten así en sus propias palabras” (Collingwood, 1938, p. 119). La misma función de empalmar experiencias con símbolos, llamada por Bucci (1997) “actividad referencial” y en nuestro caso “conjetura pregnante” (Laso, 2009, 2011), cumple en ocasiones la psicoterapia, en particular la de orientación “profunda”; en terapia familiar, poco afín a “profundizar en el individuo” y menos aún en las emociones, lo hacen las “técnicas analógicas” como la escultura familiar (Andolfi, 1984), con la desventaja de carecer de un marco teórico que, al incluir las emociones, permita al terapeuta ir más allá de su intuición y saber con qué objetivo y en qué momento emplearlas.

En definitiva, toda expresión artística puede aprovecharse para simbolizar y, por tanto, aprehender, organizar y controlar, las experiencias dolorosas o problemáticas (Dalley, 1984); en la medida en que los rituales contienen una parte artística (dibujar, escribir, cantar...), facilitan la expresión simbólica de las emociones de sus participantes, como bien sugiere Rando, pero en la medida en que van más allá del arte, surten otros efectos en la emoción además de la expresión, lo cual la definición de Rando (que, por lo visto, sería más adecuada para el arte mismo que para los rituales) no recoge.

## 5. UNA DEFINICIÓN DE RITUAL EN CLAVE EMOCIONAL

El aporte de Collingwood nos pone en condiciones de proponer una definición del ritual terapéutico que resuelva los equívocos de las anteriores aprovechando sus fortalezas: un ritual es una secuencia de acciones simbólicas, engarzadas en una metáfora fundacional y realizadas en una atmósfera pregnante, que sirve para evocar y canalizar un conjunto complejo de emociones de modo que pervivan en la vida cotidiana (más allá del espacio y tiempo rituales) y modifiquen la experiencia emocional de sus participantes y, a través de ello, su conducta y cognición en relación con un problema o tema determinado.

Antes de desplegarla, describimos en forma breve cada uno de sus componentes:

- Secuencia: un acto aislado no constituye un ritual; se necesita de varios, no en desorden, sino sucediéndose naturalmente uno a otro en la medida en que engarzan en la urdimbre subyacente que es la metáfora básica del ritual (su “mito”).
- Acciones: un ritual no consiste sólo en decir, sino en hacer; o más bien, lo que se dice forma parte de lo que se hace, como la declamación del sacerdote al bautizar. Además, sólo quienes ejecutan dichas acciones, o quienes, al presenciarlas, experimentan una activación emocional recíproca, son partícipes del ritual, no meros “turistas”.
- Simbólicas: al igual que el arte y el entretenimiento, los actos rituales son representativos, es decir, emulan o hacen referencia a otros (el agua bautismal remite al baño de Cristo en el Jordán, por ejemplo). No obstante, arte y ritual se distinguen del entretenimiento en el *tipo* de representación: en éste se trata de signos, mientras que aquéllos usan símbolos. Sin entrar en una discusión tan amplia como interesante, la distinción entre ambos modos de representar radica en que el signo es general y el símbolo específico: “El signo deriva su significado de la cosa que representa; el símbolo le otorga significado a la cosa que simboliza [...]. La palabra ‘oveja’ es signo del animal y lo significa; pero el símbolo ‘aguja’ no es un signo del falo ni lo significa. Al contrario: el falo recibe un significado especial cuando la aguja lo simboliza” (Munz, 1986, p. 13). En otras palabras, un símbolo opera seleccionando una de las facetas de su referente para, con su amplificación, plasmar una experiencia compleja y de otro modo indescriptible (*stricto sensu*, inefable; Laso, 2002, 2006; “... a feeling-state cannot be described or pointed to at all; it can only be meant by a symbol”, Munz, 1959, p. 54). El mejor ejemplo de lenguaje simbólico es el sueño: “La función del símbolo es expresar tan claramente como sea posible la concepción particular que el soñante tiene en mente. Por ejemplo, alguien que ve a su madre como una persona



que alimenta la representará en su sueño como una vaca [...]. Un joven que ve su falo como un arma peligrosa puede simbolizarlo en sus sueños como una pistola o una espada” (Hall, 1953). Por ende, los actos del ritual son eficaces en la medida en que logran cristalizar la experiencia de sus participantes no como clase, sino en su especificidad.

- Engarzadas en una metáfora fundacional: que evoca la emoción, nutre al símbolo y organiza la secuencia de actos al darles un objeto; por ejemplo, enterrar un cadáver como se entierra una semilla para que surja una nueva vida. Lejos de inventar metáforas, el ritual aprovecha las que abundan en el discurso porque son consustanciales al pensamiento humano (Lakoff y Johnson, 1980): en el caso del entierro, “las personas son plantas”, en el de un brindis, “la vida es un fluido y el cuerpo un recipiente” (Lakoff, 1987). Es indispensable que quien participa del ritual sea consciente del simbolismo, ya que ésta es su única fuente de eficacia, su único poder. Si quien entierra una caja de fotografías no lo asocia con un acto fúnebre, hacerlo no surtirá efecto alguno.
- Realizadas en una atmósfera pregnante: de receptividad, trascendencia y disposición al cambio por parte de los circunstantes. Tanto Boscolo como Imber-Black reconocen este aspecto sin reconocerlo como el sustrato de lo que, por error, se ha tomado como esencia del ritual: la repetición. Como lo explica Munz: “Se toma con fines simbólicos una actividad completamente ordinaria [...] como una cacería o una comida [...] para convertirla en un símbolo, su ejecución debe convertirse en un artificio, bordándola con gestos repetitivos que realzan el efecto de una u otra de sus facetas [...] La artificialidad del acto no radica en éste sino en su repetición, su estilización; en suma, su ritualidad” (1964, p. 68).
- Evocar y canalizar un conjunto complejo de emociones de modo que pervivan en la vida cotidiana, más allá del espacio y tiempo rituales: ésta es la esencia del ritual y su contribución insustituible a la caja de herramientas del terapeuta, el afectar permanentemente las emociones de los participantes. La metáfora guía, encarnada en objetos (fotografías, dibujos, muñecos...) y actos simbólicos (enterrar, recoger, repartir...), evoca la emoción; al manipular aquellos o ejecutar éstos, los participantes canalizan dicha emoción, consiguen expresarla y hacerse cargo de ella tomando una postura que les permite asumir sus necesidades y redefinir sus relaciones para satisfacerlas o abandonarlas (Laso, 2014).
- Modificando la experiencia emocional de sus participantes y, a través de ello, su conducta y cognición: los rituales dejan un remanente, sean objetos (urnas, cofres, emblemas), acciones (gestos, movimientos) o fórmulas (plegarias, poemas, consignas), mediante el cual sus participantes pueden rememorarlos y traer a la memoria la emoción en la cotidianidad de modo que se pueda recuperar *ad libitum* según se tercie. Si entendemos la emoción como una clasificación tácita de una situación en un conjunto de escenarios prototípicos emparejados con estrategias de respuesta evolutivamente seleccionadas (Laso, 2014), el ritual ayuda a los participantes no sólo a cambiar la forma en que clasifican un evento o una persona, sino ante todo a mantener dicha clasificación por encima de las vicisitudes de la vida diaria. Así, el actor que se maquilla recitando el parlamento de su primera y exitosa representación está exorcizando su pánico escénico y dejando atrás sus preocupaciones de la vida diaria al evocar una experiencia de plenitud y fuerza con el fin de gestionar su estado al entrar en escena. El ritual sirve, pues, para modificar la manera en que las personas significan una experiencia no sólo cognitiva (verbal), sino corpóreamente, para crear y sostener una perspectiva amplia ante sus dificultades de modo que no se dejen atrapar en la “narrativa del problema”.
- En relación con un problema o tema determinado: un ritual no puede aludir a todo; más bien, ha de elegir un fenómeno concreto, normalmente complejo, confuso y difícil, como la muerte, la pérdida o separación, el paso de una etapa a otra... De ahí que, en terapia, sea construido *ad hoc* y *ex profeso*.

Esta definición permite reclasificar los seis fenómenos que, según indicamos al inicio, han recibido el nombre de “ritual” a lo largo de la historia de la terapia familiar. Las secuencias altamente pautadas de acciones de la escuela de Milán carecen de simbolismo y *a fortiori* de metáfora fundamental, atmósfera pregnante y capacidad de evocar y canalizar emociones; son, en realidad, tareas entre sesión. Los conjuntos cíclicos de acciones (como la salida al cine semanal o las vacaciones anuales) y los actos repetidos que involucran a amigos y familia ampliada (como invitaciones a jugar cartas o a cenar) tampoco tienen simbolismo alguno; por más que afiancen las relaciones de una pareja o familia, aquellos son rutinas o hábitos y encuentros informales. Las celebraciones (cumpleaños, aniversarios, bodas, navidades) pueden, o no, ser rituales en función de si incluyen un simbolismo y si se realizan con el fin de modificar las emociones de los participantes más allá del acto; así, las bodas, funerales, bautizos... lo son casi de modo indefectible, mientras que los cumpleaños, navidades, aniversarios, casi nunca.

Las secuencias de acciones simbólicas creadas por un terapeuta para una familia son rituales por antonomasia, pues buscan a través del simbolismo alterar la experiencia de las personas de manera permanente. Finalmente, los actos cíclicos absurdos o vergonzosos del obsesivo o el psicótico también son rituales, porque pretenden alterar o neutralizar una emoción dolorosa o amenazante a través del simbolismo (lavarse las manos es purificarse; rezar el avemaría es pagar por una falta); sólo que fracasan porque, en vez de simbolizar su experiencia emocional de trasfondo, la persona elige un símbolo que procura rechazarla expulsándola de la conciencia, lo cual tiene dos consecuencias negativas: por un lado, alejarla todavía más de sus emociones primarias y las necesidades insatisfechas subyacentes, con lo que se priva de asumirlas y resolverlas asegurando un posible “retorno de lo reprimido”; por otro, como para evitar o negar algo hay que prestarle atención, el acto de rechazarlo tiene el paradójico efecto de introducirlo aún más en la conciencia (Laso, 2011). La diferencia clave entre un ritual exitoso o curativo y uno fallido o patológico es, en definitiva, la que media entre simbolizar una experiencia para aprehenderla y aferrarse a su contrario para renegar de ella.

## 6. ALGUNAS IMPLICACIONES Y UN EJEMPLO

De esta teoría se deduce que un ritual sólo es pertinente para tramitar emociones complejas en las cuales se entrelazan varias capas. Sería pernicioso *ritualizar* un simple “estoy triste”, porque impediría a la persona hacerse cargo sin ambages de su emoción primaria (para la distinción entre emoción primaria y secundaria, ver Laso, 2014). Si el ritual sirve ante todo para simbolizar las emociones de los participantes, ¿por qué no basta con que las describan de manera verbal sin más complicación? La respuesta es que eso es lo que hacen cuando su emoción es suficientemente sencilla y transparente como para nombrarla, situación que, si no muy frecuente en la vida diaria, es insólita en quienes acuden a terapia, ya que ése es el origen de sus dificultades: encontrarse en nudos de emociones primarias y secundarias ante las cuales la mera expresión lingüística no basta.

De esto se sigue que la potencia de la metáfora que vertebra un ritual no depende de su ambigüedad (como cree Imber-Black); si fuera en verdad ambigua, el ritual podría interpretarse de muchas maneras distintas y sería incapaz de canalizar adecuadamente la emoción. Una metáfora es potente porque es polifacética: simboliza y cristaliza, a la vez, varios planos de la experiencia emotiva de los circunstantes y les permite hacerse cargo de ellos y conducirlos a un mismo destino. Por ello, un ritual cumple una función que ninguna otra técnica puede satisfacer con plenitud y el terapeuta que los emplee debe desarrollar su capacidad metafórica (a través, por ejemplo, del arte).

Se sigue también que un ritual, a fin de que alcance toda su eficacia, debe incorporar técnicas analógicas, “activas” o artísticas, como la escultura, el dibujo o las máscaras, ya que sólo gracias a ellas pueden los participantes cristalizar sus emociones, pero si la terapia por el arte es de gran utilidad para explorar la experiencia emocional, es insuficiente para tramitarla; para eso, debe volcarse

en una técnica resolutive o, mejor dicho, consumatoria: el ritual (“mágico”, acotaría Collingwood).

Asimismo, se sigue que es indispensable que los participantes de un ritual sepan que están dentro de él y que ejecuten sus acciones con cierta conciencia de su propósito simbólico. Un ritual cuyos circunstantes no saben que están formando parte de él es una mera ceremonia; uno cuyos circunstantes saben que lo están haciendo, pero no creen en su eficacia, una simulación, un ensayo o una representación.

Finalmente, en un texto anterior, hemos señalado cuatro condiciones que debe satisfacer una técnica para generar un cambio emocional (Laso, 2014, p. 117): activación de las emociones primaria y secundaria, diferenciación y articulación de la estrategia defensiva secundaria y la necesidad básica primaria, respuesta real o virtual de los otros significativos ante éstas, y toma de postura de la persona con base en la nueva información. Un ritual efectivo debe construirse atendiendo las mismas reglas, como en el ejemplo que ponemos a continuación, tomado de nuestra propia experiencia.

Una pareja con tres hijos acude a terapia porque el intermedio, de nueve años, presenta desde hace un tiempo conductas violentas con su madre y mal comportamiento en el colegio. A lo largo de cinco sesiones van emergiendo detalles que contextualizan el problema: el padre, carpintero y trabajador ocasional, tiene un negocio que casi no rinde y al que dedica cada vez menos tiempo; la madre, con un préstamo de su hermana (que el padre resiente), ha puesto un cibercafé en el que pasa casi todo el día, lo que deja las tareas del hogar en hombros de aquél, que lo vive con sorda tristeza. Cuando llega a casa, la madre está demasiado cansada para limpiar; por ello, termina gritando con frecuencia a sus hijos, en particular al paciente identificado, por cualquier desorden, a lo que el padre reacciona regañándolos con desgano, desautorizándola tácitamente. La relación entre ambos, difícil desde un principio, se ha agriado con el ciber, al que el padre ya no acude, en parte por su sensación de que el préstamo de su cuñada lo ha dejado en ridículo, en parte porque su esposa lo acusa de estorbar más que ayudar.

Al final de la quinta sesión, el supervisor entra y declara:

Hemos conversado en el equipo y vengo a decirles que, después de todo, ustedes tenían razón: todos los problemas se agravaron con ese bendito ciber... [la familia sonríe]... Así que les tengo una petición, pero no les voy a decir para qué se los pido. Quiero que para la próxima cada uno de ustedes busque en su casa algo que represente lo que el ciber ha significado en sus vidas, tanto lo bueno como lo malo. Pueden ser fotos, dibujos, un recuerdo... Cualquier cosa con tal de que simbolice lo que el ciber ha sido. Y con esos recuerdos... ya verán lo que hacemos.

La familia trae algunas fotografías y dibujos a la sexta y última sesión. Se sienta a los tres hijos en torno a una mesa bajo la mirada de los padres, se les entregan lápices de colores y se les pide que “elijan los colores más feos para pintar las fotos y los dibujos. Pinten lo que el ciber les ha quitado. Sus padres les pueden ayudar dándoles ideas de qué poner”. Al principio, tímidos, los niños empiezan a soltarse animados por el supervisor; pronto, la familia entera participa en el dibujo en una atmósfera de distensión y risas. Al terminar, el supervisor recoge los dibujos y los reparte diciendo: “Aquí está el ciber con todo lo malo y lo bueno. Es hora de que esta familia se libere de él... ¿Qué tal si hacen con cada dibujo lo que quisieran hacer con lo malo que el ciber les ha dejado?”. Sonriendo, el padre estruja el suyo, la madre lo rompe en pedacitos, etcétera. El supervisor recoge los restos rotos y apachurrados y los mete en un sobre que dice “El sobre de las cosas malas”, que entrega a la hermana mayor, a quien nombra “Guardiana del sobre de las cosas malas”: “Si mañana la familia necesita volverse a pelear, tú serás la encargada de recordarles que pueden sacar lo que hoy hemos sellado en este sobre”. El paciente identificado ha abandonado su mala conducta y la pareja, sus constantes peleas y la sesión se cierra en una nota alegre.

Además de encajar en la definición propuesta, este ejemplo cumple con las cuatro condiciones del cambio emocional. Al pedirles que traigan y manipulen un objeto que simbolice lo que el ciber ha sido en sus vidas, el terapeuta está facilitando la activación de las emociones secundarias (en este

caso, culpa e ira) y primarias (tristeza) y la articulación de las estrategias defensivas (representadas en los “colores horribles” pintarrajeados sobre las fotos) y las necesidades básicas insatisfechas (“todo lo que el ciber nos ha quitado”). Al animar a los padres a que den ideas a sus hijos, los mueve a asumir y responder de manera tácita a dichas emociones y necesidades. Finalmente, romper y estrujar los dibujos y meterlos en el “Sobre de las cosas malas” simboliza una toma de postura general, un rechazo a toda la “experiencia ciber”, que pueden canalizar a su cotidianidad según lo requieran al pedir a la hermana mayor que lo saque de su escondite.

## 7. CONCLUSIÓN

Esta discusión no agota las implicaciones de esta teoría para la puesta en marcha de rituales en terapia; por el contrario, de ella se deducen múltiples consejos sobre, por ejemplo, el doble papel del terapeuta (tejedor y oficiante), la estructura mínima de todo ritual (“estancias” y “junturas”) y cómo aprovecharla, la necesidad de crear la atmósfera pregnante primero en la experiencia interna del terapeuta para luego extenderla a los participantes, entre otros. Sin embargo, las limitaciones de espacio obligan a dejar el desarrollo de estas sugerencias prácticas para próximos artículos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anderson, H. & Gehart, D. (eds.) (2006). *Collaborative therapy*. Nueva York, EUA: Routledge.
- Andolfi, M. (1984). *Terapia familiar: un enfoque interaccional*. Barcelona: Paidós.
- Bagarozzi, D. y Anderson, S. (1996). *Mitos personales, matrimoniales y familiares: formulaciones teóricas y estrategias clínicas*. Barcelona: Paidós.
- Bertrando, P. y Boscolo, L. (1996). *Los tiempos del tiempo: una nueva perspectiva para la consulta y la terapia sistémicas*. Barcelona: Paidós.
- Bucci, W. (1997). *Psychoanalysis & cognitive science: A multiple code theory*. Nueva York: Guilford Press.
- Collingwood, R. (1938). *The principles of art*. Oxford: Clarendon Press.
- Crockett, S. & Prosek, E. (2013). Promoting cognitive, emotional, and spiritual client change: The infusion of solution-focused counseling and ritual therapy. *Counseling and Values*, 58, 237-253.
- D'Oro, G. (2002). *Collingwood and the metaphysics of experience*. Nueva York: Routledge.
- Dalley, T. (1984). *Art as therapy: An introduction to the use of art as a therapeutic technique*. Nueva York: Routledge.
- Dallos, R. (1996). *Sistemas de creencias familiares*. Barcelona: Paidós.
- Grimes, R. (2013). *The craft of ritual studies*. Oxford: Oxford University Press.
- Hall, C. (1953). A cognitive theory of dream symbols. *The Journal of General Psychology*, 48, 169-186.
- Hethmon, R. (1998). *El método del Actors Studio: conversaciones con Lee Strasberg*. Madrid: Editorial Fundamentos.
- Hinz, L. (2009). *Expressive therapies continuum: A framework for using art in therapy*. Nueva York: Routledge.
- Imber-Black, E., Roberts, J. y Whiting, R. (comps.) (1997). *Rituales terapéuticos y ritos en la familia*. Barcelona: Gedisa.
- Lakoff, G. (1987). *Women, fire, and dangerous things*. Chicago: University of Chicago Press.
- Lakoff, G. & Johnson, M. (1980). *Metaphors we live by*. Londres: The University of Chicago Press.
- Laso, E. (2002). *Estética y conocimiento encarnado: en defensa de la metafísica*. Trabajo de inves-

- tigación no publicado, Universidad Autónoma de Barcelona.
- Laso, E. (2006). Anamnesis, catarsis, anagnórisis: una miniteoría filosófica del cambio terapéutico. *Redes*, 17:9-30.
- Laso, E. (2009). El hormiguero y el símbolo: la mente conjetural. *Quaderns de filosofia i ciència*, 39: 95-114.
- Laso, E. (2011). Dejar que la mente se piense a sí misma: un modelo atencional de la interacción terapéutica. *Redes*, 25: 69-92.
- Laso, E. (2014). El trabajo con emociones en terapia familiar: teoría y aplicaciones. En Medina, R., Laso, E., y Hernández, E. (eds.); *Pensamiento Sistémico: nuevas perspectivas y contextos de aplicación*. Guadalajara: Litteris.
- Laso, E. (2015a). Cinco axiomas de la emoción humana: una clave emocional para la terapia familiar. *Revista de Psicoterapia*, 26(100): 143-158.
- Laso, E. (2015b). Terapia familiar en clave emocional, 1: breve revisión histórica. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 18(2): 631-662.
- Leal, F. (2015). Collingwood como teórico de la sociedad. En J. Ramírez y R. Vizcarra (eds). *Repensar a los teóricos de la sociedad, II*. Guadalajara, México: Universidad de Guadalajara.
- Medina, R. (2011). *Cambios modestos, grandes revoluciones: terapia familiar crítica*. México: E-Libro Red Américas.
- Munz, P. (1959). *Problems of religious knowledge*. Londres: SCM Press Ltd.
- Munz, P. (1964). *Relationship and solitude*. Londres: Eyre & Spottiswoode.
- Munz, P. (1986 [1973]). *Cuando se quiebra la rama dorada: ¿estructuralismo o tipología?* México: Fondo de Cultura Económica.
- Seikkula, J. & Olson, M. (2003). The open dialogue approach to acute psychosis: its poetics and micropolitics". *Family Process*, 42 (3), 403-418.
- Selvini-Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G y Prata, G. (1991 [1986]). *Paradoja y contrapara- doja*. Barcelona: Paidós.
- Selvini-Palazzoli, M., Cirillo, S., Selvini, M. y Sorrentino, A. (1990). *Los juegos psicóticos en la familia*. Barcelona: Paidós.
- Van der Hart, O. (1986). *Rituals in psychotherapy: Transition and continuity*. Nueva York, EUA: Ardent Media Incorporated.



