

IMPLICACIONES SICOLÓGICAS DE LA ORACIÓN¹

El encuentro con Dios

La mayoría de los monjes ven la esencia de la oración en el encuentro con Dios, que se podría definir como la percepción de la presencia del totalmente Otro. Esta es una de las experiencias religiosas fundamentales, respecto de la cual se podrían hacer las siguientes observaciones :

1. Esta experiencia forma parte del acervo más antiguo de la humanidad y se encuentra en todas las religiones, desde las mas primitivas hasta las más evolucionadas.
2. Se descubre en ella la constante de dos sentimientos:
 - a) la de algo solemne, grave, terrible y excelso;
 - b) la de algo que inspira confianza, que atrae, que invita a la intimidad.

En la medida en que sube el nivel ético de las religiones el sentimiento del “tremendum” cristaliza en el sentido del pecado y del mal, y el del “fascinosum” en el abandono a Dios.

3. Esta experiencia de Dios o de lo sagrado es algo ambiguo y por ello es impugnada:
 - a) Se teme que tal “experiencia” sea sólo la expresión subjetiva de algunas necesidades afectivas. La experiencia del poder se puede “proyectar” hacia un Dios omnipotente; la necesidad de afecto, a un Dios-amor; el deseo de paz a un Dios consolador; la aspiración a un guía a un “espíritu” conductor. Sin embargo, hay que constatar que la percepción de lo divino precede frecuentemente a las manifestaciones religiosas motivadas por los deseos humanos.
 - b) Se comprueba lo ambiguo de la experiencia religiosa de Dios en las mixtiones de lo sagrado con el sentimiento cósmico (India), con lo erótico (Canaán), con lo demoníaco (México), con el tabú (Polinesia).
 - c) Se denuncia la conexión de la experiencia religiosa con la emoción, con el sentimentalismo, como lo prueba además el hecho de que se produzca generalmente en la adolescencia y más en las mujeres que en los hombres, y entre los hombres más en los de tipo sentimental que en los de tipo activo.

Por lo tanto, la mística podría ser algo subjetivo, caracterizado por la falaz y grata impresión de un ser superior; podría ser un monólogo disfrazado de dialogo, un espejismo de la afectividad.

4. Los motivos de la hostilidad generalizada contra la experiencia de Dios podrían reducirse a cuatro:
 - a) Se ha descubierto el sentimiento como tal, su raíz psicológica, su tendencia a ser falaz.

¹ En la reunión de Montevideo la comunidad de Las Condes tenía asignada la ponencia: “Fe, sicología y oración”. Se hizo primero una encuesta de 17 preguntas sobre la oración en la comunidad. La obra de VERGOTE, “Sicología religiosa”, Bruselas 1966, traducción castellana en Taurus, Madrid 1969, sirvió para interpretar los datos de aquella encuesta.

- b) En los medios cristianos se subraya que Dios es persona y no una experiencia sensible.
 - c) No se necesitan “experiencias”, desde el momento que se tiene fe, cuyo objeto es sobrenatural. Fe y experiencia, por lo tanto se excluirían mutuamente (Barth: “La mística es una traición al evangelio”).
 - d) El mundo ya no es concebido directamente como signo de Dios.
5. Por otra parte, si se elimina de la religión la experiencia de Dios, queda sólo la parte dogmática; pero una religión que es sólo un conjunto de ideas, un sistema de verdades, no satisface a nadie. No se ve la conexión entre estas ideas y la vida. Menos aún satisface una religión de meros ritos.

El encuentro con Dios en el hombre moderno

En el hombre moderno hay, sin embargo, el reconocimiento de ciertas realidades que de algún modo conducen a Dios. Sin ser directamente “experiencias” de Dios, son factores pre-religiosos del encuentro con Dios:

- a) El impacto de la naturaleza de algún modo reenvía al hombre a algo que la rebasa. Es cierto que la experiencia de lo divino a través de la belleza de la naturaleza decrece en proporción inversa al grado de urbanización y tecnificación del hombre. Parece que en la medida en que el hombre se independiza de las fuerzas naturales y las domina, también pierden para él el carácter de signos de lo divino.

Pero también desde el punto de vista estrictamente científico se puede plantear la legítima disyuntiva: o bien el mundo ha sido creado o es algo radicalmente incomprensible para nosotros. Si se cree que es creado es porque nos proporciona la experiencia de que en último término las cosas están bien hechas y están llamadas a cumplir una función de felicidad.

Si, pues, por ejemplo el trueno y el relámpago, el sol y la luna, al ser desacralizados, pierden su poder de servir de “puentes” para la experiencia de lo divino, sin embargo, la visión de la evolución del cosmos y del fenómeno humano, logran acercar al hombre al medio divino y excitan una especie de sensibilidad religiosa. Es Teilhard de Chardin el que ha logrado hacer vibrar esta fibra de los contemporáneos y que ha enseñado de nuevo a hacer una “lectura” religiosa del Universo.

- b) El segundo punto en que el hombre contemporáneo parece ser más sensible a una realidad que lo rebasa es en la convicción de que el verdadero sentido de la vida está en vivir rectamente. La eficacia de la empresa ética del hombre tiene la fuerza de un encuentro con Dios. En este esfuerzo moral del hombre irrumpe la percepción de lo trascendente también en la constatación de que hay dones de lo alto, fuerzas claramente extrañas al presupuesto anímico habitual.

- c) Anotemos como tercer punto sensible el descubrimiento por parte del hombre de que, pese a todo, hay una ordenación en los hechos de la vida que dan la impresión de que algo dirige su trayectoria. El existencialismo ataca precisamente este punto, sosteniendo el carácter radicalmente absurdo de la vida humana, pero la mayoría de los hombres no concuerda con este punto de vista. También las soluciones en lo imprevisto, la superación en las dificultades y la derrota de las angustias son relacionadas con Dios, pues parece que “lo simplemente cotidiano no reenvía hacia Dios”. Estas son auténticas experiencias, pero no son, directamente religiosas (Vergote las llama “pre-religiosas”), porque no establecen el contacto con el Otro y el reconocimiento de su presencia; sólo apuntan hacia él. Entre estas experiencias del hombre contemporáneo y la experiencia religiosa teísta, universal y primitiva (de la cual hablamos al principio de este estudio) hay al mismo tiempo diferencias y continuidad. Hay en ambas un mismo esquema mental: la percepción de la existencia como don y como gracia, el sentido

beatífico de todo, la conciencia de que el universo existe fundamentalmente por una realidad que esta más allá del mismo universo, por algo que lo trasciende.

La oración monástica frente a la psicología de la religión

Antes de seguir adelante podemos confrontar la experiencia de Dios tal como la entiende la tradición monástica con los datos que hemos obtenido hasta ahora de la psicología.

En primer término parece evidente que la oración monástica está firmemente asentada en la experiencia teísta universal y primitiva y comparte con ella tanto su antigüedad y universalidad como su moderna impugabilidad. En este sentido la oración del monje cristiano no es algo distinto de la experiencia religiosa de toda la humanidad desde sus más remotos orígenes. Esto explica en parte la capacidad “ecuménica” de la oración. Ella es un tesoro de todos los hombres.

Por otra parte la experiencia monástica de Dios, el encuentro con Dios, nunca se ha limitado a esa percepción del *tremendum* et *fascinosum*, sino que siempre ha estado ligada a aquel otro tipo de experiencia que Vergote llama “pre-religiosa”.

a) La oración de los monjes ha estado unida desde sus mismos orígenes con el esfuerzo ético del hombre. Los Padres del desierto dejaron claramente establecida la relación entre el encuentro con Dios en la experiencia mística y el encuentro con el hermano: el progreso de las virtudes, el crecimiento de la caridad, la derrota de las pasiones, la extirpación de los vicios, todo ello que llamamos la empresa ética del hombre, es para ellos la zona más sensible de la experiencia de Dios.

b) La captación de las leyes del cosmos y su evolución como medio de intuición de lo divino presupone una ocupación con el mundo, una simpatía por las actividades científicas, que no se ha dado tanto en el monacato primitivo como en el de la Edad Media y del Barroco. Hoy día este aspecto cosmológico-divino cristaliza más bien en la intuición de lo divino a través de la participación en la empresa histórica del hombre. La participación de la Iglesia en el gigantesco esfuerzo del hombre por influir en la orientación de la historia (promoción de los pobres, justicia, desarrollo, etc.) es una plataforma apta para que el hombre contemporáneo intuya lo divino.

c) La percepción de Dios a través del reconocimiento de la orientación y armonía última de nuestra vida nos lleva al círculo más interior y personal de la religión. Si san Agustín fue el gran maestro de esta corriente la literatura espiritual de su época y la inmediatamente anterior (a partir de Orígenes y de los Padres del yermo), hicieron posible esta eclosión. De modo que tampoco a esto es ajena la tradición monástica de la oración.

Afectividad y oración

Es evidente que en la oración como experiencia del contacto inmediato y afectivo con lo divino juega un papel muy importante el sentimiento, como ya lo señaló Schleiermacher.

A través del sentimiento el hombre percibe la unidad de su existencia con el universo. Tanto en la angustia (el mundo es la nada, todo desaparece, nada tiene consistencia), en la alegría (el mundo se ajusta a mis proyectos, todo está bien), en el amor (en ti está resumido el mundo y uniéndome a ti me vierto al todo), como en el sentimiento político (yo cambio y hago cambiar al mundo) hay un fervor totalizante. Con razón se pregunta uno si el sentimiento recubre una realidad o es un espejismo del yo. Señalemos, sin embargo, tres valores de la afectividad para lo religioso:

1. Por su carácter absoluto, totalizante, la emoción (el sentimiento) es apto para hacer emerger el valor de lo religioso, que es igualmente totalizante. (Poder unificante del sentimiento).

2. La experiencia afectiva abre un acceso directo al mundo. Se presenta como una manera de ser en el mundo. Por ello las personas que tienen dificultades de comunicación son generalmente personas de afectividad pobre. (Poder contactante o relacionante del sentimiento).
3. La afectividad tiene un efecto dinamizante sobre el hombre. El sentimiento es incentivo de la acción. (Poder incentivante del sentimiento).

Todo esto nos obliga a no desestimar el valor de lo afectivo, aunque veamos también sus ambigüedades. Desde luego el sentimiento humano es un caldo de cultivo para toda clase de experiencias religiosas, pero no sólo religiosas. En un ambiente ateo tal afectividad puede desembocar en una mística terrestre.

Queda la gran pregunta si estas percepciones responden a una realidad personal. Sartre habla de la fraudulencia mágica de las emociones. La existencia de la magia y de la superstición nos obligan a ser cautos, porque son demostraciones patentes de interpretaciones erróneas de la realidad.

Sin embargo el creyente, más que ningún otro, se da cuenta de la gran distancia que hay entre lo que se siente en la oración y la realidad misma de Dios. Los tratados místicos están llenos de advertencias en este sentido. No hay ninguna garantía psicológica de que lo “sentido” sea realmente lo divino. En esto la oración participa del destino de la fe. La fe, sin dejar de ser un acto razonable, se refiere, sin embargo, “a lo que no se ve”. El riesgo de la ilusión está en el corazón mismo de la fe, no porque la fe sea incierta, sino porque pertenece al estatuto de la fe el renovar y problematizar continuamente el asentimiento en la oscuridad de lo invisible,

Motivaciones psicológicas de la oración

La psicología no se ocupa sólo de la manifestación de los fenómenos, sino también trata de comprenderlos y conocer su porqué. Es la pregunta por los motivos. Por motivo se entiende “la fuerza específica que es impulso y atracción orientadas”. Se han dado diferentes motivaciones del comportamiento religioso y por ende de la oración:

1. La oración como producto de la angustia

Es la interpretación freudiana. En los aprietos el hombre se vuelve a sentir niño y renacen en él tendencias arcaicas, animando la naturaleza de intenciones humanas que a su vez se vuelven objeto de conjuros y oraciones mágicas. El hombre que ora vuelve a un estado infantil y arcaico, proyectando en un Dios todopoderoso todo aquello que él es incapaz de hacer.

En realidad, en la guerra el 75% de los soldados americanos encontraban fuerza y consuelo en la oración. También suele aumentar la fe en los momentos de peligro. La eficacia de la oración se ve en una ayuda externa efectiva o en la calma que da. La ineficacia de la oración no hace perder la fe por lo general, pero sí influye en la práctica religiosa: se produce una purificación.

También el espectáculo de la miseria y del dolor y la imposibilidad de remediarlas son resortes de oración. Incluso los escépticos llegan a orar en tales momentos.

Estos hechos, con ser reales, no desvirtúan el valor de la religión. La desvirtuarían si toda la religión se agotara en esas reacciones *primo-primi*. Es muy posible que el hombre, puesto en situaciones-límites comprenda de improviso ciertas dimensiones de su vida y del mundo que antes le pasaban inadvertidas (también Jesús en el huerto “*prolixius orabat*”). Si pasada la angustia, la oración se desvanece, queda patente la superficialidad de ese impulso religioso; pero es muy posible, que incluso mas allá de la angustia, la oración siga adelante. Por otro lado, si ésta teoría fuera enteramente cierta,

los más inclinados a la oración deberían ser las personas neuróticas o sicóticas; pero sólo el 10% de los sicóticos revelan interés religioso.

Entre el espontáneo grito de angustia a Dios y una religión más personal, media la misma diferencia que entre la primera fascinación amorosa y el compromiso matrimonial estable.

2. La oración como producto de la alienación social

Para Marx la religión es evasión. La oración sería para él la realización fantasmal de la esencia humana. Separado de la comunicación efectiva de los hombres, el creyente reemplaza la realidad por una comunicación ideal, es decir, imaginaria. La nueva estructuración de la sociedad llevará a la realización concreta de lo que la oración proyecta en su imaginación. Pero si la frustración social y económica produce como flor de pantano la oración, no se comprende bien la ausencia de la oración en tantos pobres y la práctica religiosa de las clases económica y socialmente satisfechas.

3. La oración como producto del complejo de culpa

Según Freud, el complejo de culpabilidad arraigado en la humanidad encuentra su liberación en la religión. Pero hay un abismo entre la culpabilidad psicológica y el reconocimiento del pecado como falta contra Dios. La culpabilidad psicológica es mayor en el niño y va disminuyendo con la edad. La educación religiosa no debería basarse demasiado en este factor, que es transitorio en el adolescente.

4. La oración como respuesta a la muerte

En su impotencia el hombre se dirige al Padre para que lo salve de la nada. Freud ve en ello igualmente una reacción infantil. Esto explicaría el hecho de que la religiosidad generalmente aumenta en la edad anciana. Pero ¿basta esto para decir que la oración se nutre del deseo humano de inmortalidad? La religión del AT es la demostración de lo contrario.

Todas estas motivaciones son ciertas, pero insuficientes para explicar psicológicamente la oración. No basta mostrar que la oración proporciona una respuesta a diferentes necesidades humanas, para explicarla psicológicamente. Tampoco se duda del arte porque es un remedio contra la muerte, o del amor porque neutraliza la angustia. Podemos preguntarnos además si lo único auténtico es la negación de toda esperanza o si es ilusión todo lo que tiene una motivación. La explicación de Freud es sin duda la más completa, pero es parcial e insuficiente. Por lo demás, él reconoce que nunca tuvo una experiencia religiosa personal. Muchas cosas que él critica en la religión son el objeto de críticas seculares en los tratados de oración de los grandes místicos cristianos. Freud sólo explica en parte la emergencia del fenómeno de la oración, pero no puede decir si esta cosa que aflora realmente “llega” al otro. Un niño chico no es consciente de sus actos. Sin embargo, sus risas, sus movimientos, “llegan” hasta sus padres y son interpretados por ellos como lenguaje. De los simples motivos, muchas veces imperfectos, la oración es capaz de pasar de una dimensión horizontal a una vertical. En otras palabras: la oración es capaz de trascender y dejar atrás su propia motivación.

Deseo religioso compromiso ético

En el encuentro con Dios entra, pues, el factor de nuestros deseos y necesidades. Pero este Dios de nuestro deseo ¿es acaso sólo un ídolo al lado del Dios judeo-cristiano? Así lo creyeron algunos, como por ejemplo Eckehardt. Para Barth, como dijimos, “la mística (es decir, el deseo de una experiencia sensible de Dios) es en su esencia la negación de la fe bajo formas y grados siempre nuevos”. Debemos hacer algunas distinciones: el deseo de Dios abre al hombre hacia una orientación religiosa que podemos llamar “mística”; se trata de la búsqueda de la unión inmediata de una experiencia. La

experiencia mística está relacionada con valores *maternales*: tierra, naturaleza, unión con el cosmos, interioridad, felicidad, retorno, protección, ternura. Está fuertemente vinculado con el *eros*, potencia afectiva e imaginativa y afloran en él la nostalgia, el deseo de retorno al paraíso. Platón lo ha descrito magistralmente: el fin del *eros* (aspiración, deseo) es la contemplación, que une espiritualmente la inteligencia a las ideas. En esta contemplación el hombre vivifica las semillas de inmortalidad que reposan en él y por ello entra efectivamente a participar de la vida divina. El puente entre esta teoría y el cristianismo es Orígenes. San Gregorio Magno recoge la doctrina del “desiderium” y san Bernardo la lleva a su culminación.

Pero no bastan los valores maternales para llegar a una actitud religiosa plena en el sentido cristiano. No es un azar que en el cristianismo la figura de Dios se manifiesta como Padre. El Padre interviene, irrumpe y lleva al hijo a una acción en el mundo. Tiene una función eminentemente ética: desprende al niño de la satisfacción sensorial inmediata y lo introduce en el reino del espíritu, de la técnica, de la cultura, de manera que dominando el placer de los impulsos, entre en las instituciones sociales. Dios Padre no es, pues, simplemente, el término de los deseos humanos (*eros*), sino que por su Palabra sale a su encuentro, los interrumpe en cierto modo y los reorienta. Así en el paraíso (jardín, valor maternal) el hombre vive feliz pero recibe la palabra orientadora del Padre, que introduce una renuncia en sus goces sensoriales. Jesucristo experimenta esta intervención del Padre cuando sale de las aguas del bautismo (madre) y escucha la voz paterna que proclama: “Este es mi Hijo muy amado, escuchadlo”.

A Freud le llamó la atención que la religión judía y cristiana reposara tan fuertemente sobre la idea de la paternidad divina, de la Palabra y de la promesa. La Palabra es el instrumento por excelencia de la intervención paterna. Si la palabra humana humaniza al hombre, la palabra de Dios lo diviniza, Es esto lo que eleva la religión bíblica muy por encima de las religiones naturales y maternalistas. El deseo del encuentro con Dios, el *eros* místico, si no es vivificado con el contacto con lo real (en otras palabras: si no interviene en él la Palabra del Padre) puede llegar a ser una fuerza regresiva y hasta patológica. La nostalgia por los valores maternales puede transformarse en fascinación de la muerte. Todo suicidio es retorno. El Padre es la instancia que introduce lo real en las profundidades de lo afectivo. Su Palabra exorciza la fascinación. Rompe la unión afectiva, instaurando la relación con el otro. La larva humana se humaniza. El Padre impone renunciaciones, pero al mismo tiempo dinamiza hacia el futuro: no se trata ya que retornar al paraíso arcaico, sino de ingresar en la felicidad escatológica.

Hay, pues, dos movimientos en la oración y en toda actitud religiosa: el deseo, lo espontáneo, el *eros* religioso (experiencia teísta y universal de Dios, lo materno), y la obediencia a la Palabra del Padre, la actitud religiosa reflexiva por la que los hombres se convierten en hijos de Dios. En esta filiación el deseo natural de Dios se transforma en presencia ante Dios y las peticiones vitales que le eran dirigidas se convierten en responsabilidad consciente ante el Reino del Espíritu, en compromiso activo con el reino.

La mística cristiana sólo es tal cuando integra estos dos momentos en forma armónica y es una de las enseñanzas constantes de Orígenes: no hay monte de la transfiguración sin curación de enfermos, no hay María sin Marta, no hay contemplación sin la práctica constante de los mandamientos del Padre.

La personalidad humana se estructura a partir de los dos polos afectivos del padre y de la madre. De allí la importancia del desarrollo afectivo del hombre para la práctica acertada de la religión y de la oración. Si se atrofia uno de estos polos, la oración puede llegar a ser o vana o divagación o seco moralismo sin interioridad.

Cuestionario sobre diversos temas relacionados con la oración personal sometido a diez miembros de la comunidad de las Condes

Hemos querido tomar como fundamento de nuestra reflexión las experiencias de una comunidad concreta en la oración personal. Lo restringido de tal campo de investigación se compensa en parte

por el esfuerzo comunitario que representa tal revisión de vida en torno a la oración. La edad media de los 10 miembros del monasterio de Las Condes que dieron respuesta a un cuestionario de 17 preguntas sobre la oración fluctúa entre los 40 y los 50 años.

1. Razones por las que la oración se considera esencial en la vida y núcleo central de la vivencia de oración.

- a) ¿La oración es esencial en tu vida? ¿Por qué?
- b) ¿Cuál sería en tu opinión la realidad más central en la actitud de oración? (encuentro, diálogo, purificación, consuelo, ayuda, etc.).

2. Desarrollo de la fe y desarrollo de la forma de orar.

- a) ¿Cuál es la relación entre tu oración y el desarrollo de la fe?
- b) ¿Hay una evolución en tu forma de orar durante los años de tu vida monástica? ¿A qué se debe esta evolución?

3. Efectos de la oración

- a) Qué es para tí el efecto más importante de la oración:
 - que te pone en contacto con la realidad divina
 - que te ayuda a tener mejores relaciones con el prójimo
 - que te hace mejor y te ayuda a superar tus defectos
- b) ¿Crees realmente que la oración te ha hecho mejor?
- c) ¿Piensas que los hermanos que más rezan son también los más virtuosos?

4. Relación entre la oración y las demás actividades.

- a) ¿Cuál es la relación entre tu oración y las demás actividades de tu vida?
- b) ¿Qué relación sientes entre tu trabajo y la oración?
- c) ¿Qué relación sientes entre tu lectura y tu oración?

5. Factores favorables a la oración e influencias ambientales.

- a) ¿Cuáles son las circunstancias que más te ayudan para orar?
- b) ¿Qué significan para ti el silencio, la separación, la soledad, en relación con la oración?
- c) ¿Qué significan para tu oración la vida en la ciudad, los medios de comunicación social, la actividad humana, la presencia de los demás hombres?
- d) ¿Influye en tu oración el estado de la comunidad?

6. El deseo de orar en común y el influjo de la oración litúrgica sobre la oración personal.

- a) ¿Sientes la necesidad de orar también en común?
- b) ¿Ha favorecido la renovación litúrgica tu vida de oración personal?

7. Formación metódica a la oración en el noviciado, contacto con maestros espirituales, nuevas técnicas de concentración y meditación.

- a) ¿Has recibido formación metódica en la oración? ¿En tu noviciado se ha insistido sobre este tema? ¿Has podido hablar con alguien de lo que se llama “camino de la oración”?
- b) ¿Crees en la utilidad de las nuevas técnicas de concentración?

Las Condes. Chile