

## El poder del ritual



No siempre encuentro fácil orar.

Frecuentemente estoy rendido, aturdido, atrapado en tareas, presionado por el trabajo, escaso de tiempo, sin ganas de orar, o más tentado de hacer otra cosa. Pero hago oración a diario; a pesar de que frecuentemente no quiero, y aunque muchas veces la oración puede ser aburrida y sin interés. Hago oración diariamente porque estoy comprometido con algunos rituales de oración, el oficio de la Iglesia, las laudes y vísperas, la Eucaristía y la meditación diaria.

Y estos rituales me vienen bien. Me mantienen, me tienen estable y me guardan regularmente aun cuando, muchas veces, no tengo ganas de orar. Ese es el poder del ritual. Si sólo orara cuando tuviera ganas, no oraría muy regularmente.

La práctica del ritual nos mantiene haciendo lo que deberíamos estar haciendo (orar, trabajar, estar a la mesa con nuestras familias, ser corteses) aunque nuestros sentimientos no siempre estén en juego. Necesitamos hacer ciertas cosas no porque siempre sintamos que nos gusta hacerlas, sino porque es procedente hacerlas.

Y esto es verdad para muchas áreas de nuestras vidas, no sólo para la oración. Tomad, por ejemplo, los rituales sociales de urbanidad y buenas maneras que apoyamos cada día. Nuestro corazón no siempre está en los saludos y expresiones de amor, aprecio y gratitud que nos damos unos a otros cada día. Nos

saludamos, nos despedimos, nos expresamos amor y gratitud a través de algunas fórmulas sociales, palabras rituales: *¡Buenos días! ¡Qué bueno verte! ¡Que tengas un gran día! ¡Que tengas una estupenda noche! ¡Que duermas bien! ¡Encantado de encontrarme contigo! ¡Encantado de trabajar contigo! ¡Te quiero! ¡Gracias!*

Nos decimos estas cosas diariamente, aun cuando tenemos que admitir que hay momentos, muchos momentos, en los que estas expresiones aparentar ser puramente formales y de ninguna manera parecen consecuentes con los sentimientos que estamos teniendo en ese momento. Y aun así las decimos y son sinceras en lo que expresan que subyace en nuestros corazones a un nivel más profundo que nuestros sentimientos más momentáneos y efímeros de distracción, irritación, contratiempo o ira. Además, estas palabras nos mantienen en civismo, en buenas maneras, en afabilidad, en cortesía, en respeto y en amor, a pesar de las fluctuaciones en nuestra energía, humor y sentimientos. Nuestra energía, humor y sentimientos, en cualquier momento dado, no son un verdadero indicio de lo que hay en nuestros corazones, como todos nosotros sabemos y por lo que frecuentemente necesitamos disculparnos. ¿Quién de nosotros no se ha mostrado alguna vez molesto y amargo hacia alguien a quien amamos profundamente? La profunda verdad es que amamos a esa persona, pero eso no es lo que estamos sintiendo entonces.

Si sólo expresáramos afecto, amor y gratitud en esos momentos en que nuestros sentimientos estaban completamente en juego, no los expresaríamos muy frecuentemente. Gracias a Dios por los rituales ordinarios y sociales que nos mantienen en amor, afecto, afabilidad, civismo y buenas maneras en esos momentos en que nuestros sentimientos están de mal humor con lo que es más verdadero de nosotros mismos. Estos rituales, como un fuerte recipiente, nos mantienen seguros hasta que vuelven los buenos sentimientos.

Hoy, en demasiadas áreas de la vida, ya no entendemos el ritual. Eso nos deja intentando vivir nuestras vidas por nuestros sentimientos; no es que los sentimientos sean malos, sino que más bien nos sobrevienen como huéspedes salvajes y no invitados. Iris Murdoch afirma que nuestro mundo puede cambiar en quince segundos porque nosotros podemos enamorarnos en quince segundos. *¡Pero también podemos dejar de estar enamorados en quince segundos!* Los sentimientos funcionan de esta manera. Y así, no podemos mantener el amor, el matrimonio, la familia, la amistad, las relaciones colegiales y la ciudadanía por sentimientos. Necesitamos ayuda. Los rituales pueden ayudar a mantener nuestras relaciones más allá de los sentimientos.

Dietrich Bonhoeffer solía dar esta instrucción a una pareja cuando oficiaba en su boda. Les decía: *Hoy estáis enamorados y creéis que vuestro amor puede sostener vuestro matrimonio. Pero no puede. Sin embargo, vuestro matrimonio puede sostener vuestro amor.* El matrimonio no es sólo un sacramento; es también un recipiente ritual. El ritual no sólo puede ayudar a sostener un matrimonio; también puede ayudar a sostener nuestras vidas de oración, nuestro civismo, nuestras maneras, nuestra afabilidad, nuestro humor, nuestra gratitud y nuestro equilibrio en la vida. Sed cautos con cualquiera que, en nombre de la psicología, el amor o la espiritualidad, os dice que el ritual es vacío y que debéis confiar en vuestra energía, humor y sentimientos como vuestra brújula guía. Estos no os llevarán lejos.

Daniel Berrigan escribió una vez: *No viajes con alguien que espere que resultes interesante todo el tiempo. En un viaje largo, hay tramos obligatoriamente aburridos.* Juan de la Cruz se hace eco de esto cuando habla sobre la oración. Nos dice que, durante nuestros años generativos, uno de los mayores

problemas que afrontaremos diariamente en nuestra oración es el simple aburrimiento.

Y así, podemos estar seguros de que nuestros sentimientos no nos sostendrán, pero las prácticas del ritual pueden hacerlo.

Ron Rolheiser (Trad. Benjamín Elcano, cmf)

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/el-poder-del-ritual](http://www.ciudadredonda.org/articulo/el-poder-del-ritual)