

Psicología y religión: una mirada de conjunto

Raúl Sacristán López

Profesor Asociado a la Facultad de Filosofía de la UESD, Profesor de Psicología de la Religión.

El auge de la psicología moderna sigue aún manteniendo su ascenso, si bien más moderado de lo que logró alcanzar especialmente en los años 60 y 70 del siglo XX, cuando autores como Watson y Skinner, entusiasmados por el desarrollo de sus investigaciones, llegaron a pensar en una verdadera ingeniería social que solventaría los problemas relacionales y ayudaría a construir comunidades humanas perfectas, o casi, como la de *Walden Dos* de Skinner. Desde aquel momento la psicología pasó a desempeñar un papel de guía de una sociedad que iba perdiendo paulatinamente su relación con la divinidad.

No obstante, ni la psicología ha llegado a resolver todos los problemas sociales, como pensasen Skinner y sus colegas, ni tampoco la religiosidad ha desaparecido de estas sociedades modernas. Esta convivencia ha llevado a que tenga lugar un diálogo, más o menos bien avenido, en el que se ha intentado establecer cuál es la relación que existe entre la psicología y la religión¹.

De modo general, se puede afirmar que la psicología, cuando se ha mantenido al margen de valorar la verdad religiosa, ha visto que la religiosidad es un factor de socialización positivo para las comunidades humanas, dado que los problemas suscitados por la religión no parecen depender tanto de la creencia en sí cuando de los creyentes concretos. Al mismo tiempo, como indicaremos, la psicología ha sido incapaz de determinar el modo propio de la relación entre la divinidad y la persona humana a nivel propiamente psicológico.

¹ Son múltiples los textos que podemos tomar como referencias generales sobre el tema, por citar algunos como referencia: W. JAMES, *Las variedades de la experiencia religiosa* (Península, Barcelona 1999), el estudio más clásico e imprescindible; A. VERGOTE, *Psicología religiosa*, Taurus, Madrid 1969, que es el estudio católico clásico; J.M. NELSON, *Psychology, Religion and Spirituality*, Springer, Valparaíso, IN 2009, un estudio actual y amplio; E. FIZZOTTI - M. SALUSTRI, *Psicología de la religión*, Claret, Badalona 2007, una excelente recopilación de textos de varios autores; A. ÁVILA, *Para conocer la psicología de la religión*, Editorial Verbo Divino, Estella 2003, y R. SACRISTÁN, *Psicología de la religión*, Universidad Eclesiástica San Dámaso, Madrid 2015, que son dos presentaciones generales del tema.

Para hacer nuestra presentación vamos a partir de la obra *Psicoterapia de Dios*, por ser una obra reciente que atiende a los distintos problemas que surgen en el ámbito de este diálogo². Su autor, Boris Cyrulnik, es un psicoanalista francés, de familia judía; vivió durante su niñez la Segunda Guerra Mundial en campos de concentración y perdió a sus padres en ellos. Sin duda que su propia experiencia vital le ha llevado a ocuparse principalmente del tema de la resiliencia. En el libro que tratamos aplica la propuesta de la resiliencia para explicar la fe religiosa. Si bien él es judío de origen, la pérdida de sus padres le llevó a vivir en un ambiente cristiano, aunque da la impresión de no profesar ningún credo religioso. Podríamos unirle a la perspectiva de V. Frankl³, U. Beck⁴, G. Allport⁵, R. Maslow⁶, etc., que nos hablan de una religión personal. En todo caso, su presentación de la religión es totalmente respetuosa tanto con los creyentes como con los no creyentes. Toda su reflexión se mantiene al margen de opinar sobre la existencia o no de Dios. Tres son las ideas fundamentales que reflejan el pensamiento de Cyrulnik sobre la religión⁷:

1. La religión es un fenómeno mental que caracteriza a la condición humana.
2. La religión tiene un efecto organizador del grupo.
3. Pero también hay mundos mentales sin Dios.

Cyrulnik se centra explícitamente en la consideración comparada del hecho religioso frente a los no creyentes, y mantiene una perspectiva positiva sobre la religiosidad al sostener que «el efecto de la creencia en Dios es beneficioso para el cuerpo y para la mente, como lo demuestra el restablecimiento de los ansiosos»⁸.

² B. CYRULNIK, *Psicoterapia de Dios. La fe como resiliencia*, Gedisa, Barcelona 2018, original francés 2017). El desarrollo del libro de Cyrulnik no es lineal, sino que los capítulos se siguen sin un orden claro. Para nuestro trabajo hemos agrupado las ideas principales bajo varios epígrafes: neurociencia, apego y teoría de la mente, aspectos sociales de la religiosidad, como se explica en el texto.

³ V.E. FRANKL, *La presencia ignorada de Dios*, Herder, Barcelona 2012².

⁴ U. BECK, *Il dio personale*, Laterza Editori, Roma 2009.

⁵ G.W. ALLPORT, *The Individual and His Religion. A Psychological Interpretation*, MacMillan, New York 1967.

⁶ R. MASLOW, *Religiones, valores y experiencias cumbre*, Ediciones La llave, Barcelona 2013.

⁷ B. CYRULNIK, *Psicoterapia de Dios...*, 240.

⁸ *Ibid.*, 35.

Los temas fundamentales que articulan el libro son, como hemos apuntado, los temas clave de la relación religión y psicología: la cuestión de la religión y la actividad cerebral, la centralidad del apego en el desarrollo de la religiosidad, la importancia de la teoría de la mente y la palabra para la elaboración religiosa, y algunos aspectos más concretos como el sufrimiento, el castigo, la vida social (orden social, migraciones, consideración de la sexualidad, música...)⁹. Pasemos a ocuparnos de estos cuatro aspectos.

Primero comentaremos la relación entre religión y cerebro, es decir, los resultados que los estudios de la neurociencia han arrojado sobre la estructura cerebral de la creencia religiosa. Después analizaremos la religión en relación a la teoría del apego y la teoría de la mente, estos aspectos van íntimamente vinculados, por lo que se desarrollan de modo entrelazado. Por último, nos fijaremos en algunos aspectos particulares, como el sufrimiento, el castigo y la vida social en general desde la perspectiva de la influencia de la creencia en relación a ellos.

1. La relación religión-cerebro

Comenzamos por la cuestión de la relación entre religión y cerebro. El interés por la cuestión neurológica es uno de los aspectos centrales de nuestro debate. La búsqueda de Dios en el cerebro, junto con su búsqueda en el universo o en la evolución de las especies, es uno de los temas de debate del ateísmo actual¹⁰. En particular, el tema de la investigación cerebral ha derivado en una duda que más allá de la cuestión del determinismo biológico y la negación de la libertad humana, ha llegado hasta el cuestionamiento de la misma existencia personal¹¹.

Cyrulnik, como neurólogo, introduce en su estudio aspectos cerebrales avalados por la investigación actual¹². La vinculación de la psicología y la neurociencia es muy fuerte, si bien la neurociencia no es capaz de dar expli-

⁹ Hay que señalar que esta clasificación de los temas es nuestra. El libro no guarda una estructura interna clara, de ahí la falta de una secuencia en las citas del mismo.

¹⁰ Cf. J. PÉREZ CASTELLS, *Neuronas y libre albedrío*, Digital Reasons, Madrid 2018. Cf. también J.F. HAUGHT, *Dios y el nuevo ateísmo*, Sal Terrae, Salamanca 2012.

¹¹ Cf. T. METZINGER, *El túnel del yo. Ciencia de la mente y mito del sujeto*, Ediciones Enclave, Madrid 2018, 11: «En este libro trataré de convencerles de que no existe tal cosa como el yo». Es interesante resaltar de Metzinger que tiene una visión no cuántica de la realidad cerebral. A su juicio la física que rige las neuronas se mueve a un nivel mayor que la cuántica, y en esta dimensión un estado cerebral concreto determina el siguiente, sin posibilidad de libertad, como tampoco existe esta libertad en los estados físicos de los planetas (180-189).

¹² CYRULNIK le dedica los capítulos 2, 18 y 24.

cación de la totalidad de la conducta humana, como se pensó hace algunas décadas¹³.

La investigación actual nos permite saber que nuestra vida va configurando nuestro cerebro, es decir, nuestras conexiones neuronales. Sin embargo, como apunta Cyrulnik, «los circuitos cerebrales no muestran ni la zona de Dios ni la religiosidad, sino que demuestran que un entorno afectivo estructurado por creencias religiosas se impregna biológicamente en el cerebro y facilita la recuperación del sentimiento de éxtasis o de trascendencia, adquirido durante la infancia»¹⁴. Lo que sí se ha podido comprobar también mediante las técnicas de neuroimagen es que las ideas y comportamientos religiosos, al igual que otras ideas y otros comportamientos, producen una estructuración del cerebro concreta, es decir, «la elaboración mental modifica el cerebro»¹⁵. De este modo, la asunción de determinadas ideas religiosas que organizan el espacio cultural, relacional, de modo conveniente, generan una sociedad estable y permiten a las personas vivir mejor. «Cuando la religión organiza el contexto cultural, tiene un efecto terapéutico», dice nuestro autor¹⁶.

Esta idea de los «circuitos cerebrales» es ya *antigua* en la psicología moderna. En los años 80, la teoría modular de la mente, propuesta por J. Fodor, venía a apuntar, sin tener aún la evidencia experimental que aportaría en los 90 la neuroimagen, que habría en el cerebro un correlato neuronal con determinados módulos de actividad (movimiento, pensamiento sobre distintas áreas, etc.). Incluso entre estos módulos se considera la creencia, ya sea religiosa o atea, como aspecto articulador del comportamiento humano, así lo explica M.S. Gazzaniga:

Nuestra propensión a mantener creencias religiosas procede directamente de la especial capacidad de nuestro cerebro para hacer inferencias, así como de su especial capacidad para aceptar el pensamiento mágico. Además, puesto que llegado a un cierto punto el sistema no puede continuar interminablemente realizando nuevas inferencias sobre la estructura del mundo, tiene que apostar por una de ellas. En el momento en que lo hace, se ignoran los datos sobre las posibles falacias de las suposiciones implícitas en la creencia elegida. Dicho más moderadamente, aumenta el umbral para

¹³ A este respecto se puede consultar la obra de A. Damasio, en particular, un estudio conclusivo lo hallamos en A. DAMASIO, *El extraño orden de las cosas*, Imago Mundi, Barcelona 2018.

¹⁴ B. CYRULNIK, *Psicoterapia de Dios...*, 177.

¹⁵ *Ibid.*, 125-127.

¹⁶ *Ibid.*, 127.

tener en cuenta información nueva como consecuencia de la insatisfacción natural asociada al no creer. Es desagradable porque sin la creencia en algún tipo de orden se produce una sensación de capricho, de inestabilidad y falta de control. Nuestra especie necesita creer. La creencia sirve de guía, de control y dicta las normas de comportamiento. Es evidente que todos desarrollamos una creencia sobre nosotros mismos. Es fácil imaginar que también necesitamos tener creencias sobre los acontecimientos externos. No importa que se llamen «Cristo», «Mahoma» o «mecánica cuántica», todas son creencias que posibilitan la acción humana. Un reto fundamental del hombre moderno es, desde luego, cómo trascender las creencias religiosas actuales y avanzar hacia un sistema capaz de lograr la comprensión interpersonal en lugar de la indiferencia o incluso del odio¹⁷.

Este párrafo de Gazzaniga, escrito 32 años antes que el texto de Cyrulnik, viene a afirmar lo mismo, que el hombre es un ser de creencias y que las creencias se elaboran gracias a nuestra capacidad de inferencia, es decir, a que poseemos una teoría de la mente (diría Cyrulnik) o a que somos seres dotados de racionalidad (diría la antropología clásica). Las creencias serían, a juicio de Gazzaniga, la forma de salida conveniente ante la imposibilidad de hacer inferencias o suposiciones sobre la realidad hasta el infinito. De esta manera, nos determinaríamos por una creencia, desechando el resto y asumiendo los posibles fallos o incongruencias de la creencia elegida. La opción elegida siempre será creencia, dada la falta de evidencia. La creencia, por lo tanto, surge para dar estabilidad a la vida: «nuestra especie necesita creer». La necesidad de la creencia indica dos aspectos: la apertura de la razón humana a conocer la realidad, y la incapacidad de la misma para conocerla totalmente. En este sentido concordamos con lo que apunta R.M^a Nogués:

Es irreal y muy poco lógico pensar que nuestras capacidades perceptivas, experienciales y elaboradas sean aptas para esclarecer absolutamente toda la realidad. Menos, si esta realidad es «Dios». En segundo lugar, y de forma correspondiente, lo que llamamos nuestra «conciencia» es un tipo de experiencia psicológica que tenemos los humanos, pero es una experiencia limitada y ajustada a nuestro cerebro y no una capacidad absoluta o generalizable. A veces se habla de conciencia universal, pero esto es una licencia literaria, porque no existe una estructura cerebral universal comparable a la nuestra¹⁸.

¹⁷ Cf. M.S. GAZZANIGA, *El cerebro social*, Alianza Editorial, Madrid 1993 (original de 1985), 248.

¹⁸ R.M^a NOGUÉS, *Neurociencias, espiritualidades y religiones*, Sal Terrae, Salamanca 2015, 119.

La creencia, desde el aspecto puramente psicológico, es un modo de rebajar la ansiedad que genera la incapacidad para asumir la totalidad de la realidad. Esta capacidad la tendría incluso una «creencia atea». En este aspecto concuerdan todos los autores.

Ahora bien, en lo que también concuerdan los autores es en afirmar que la diversidad de creencias es fuente de conflicto entre las personas, por lo que se ha de intentar una mayor comprensión interpersonal. Esta misma idea latía ya entre los firmantes de la Paz de Westfalia (1648), y la podemos encontrar en la *Fratelli tutti* del Papa Francisco. Queda pendiente aquí analizar la cuestión del conflicto social, cuyo origen, desde una perspectiva teológica, se halla en el pecado. A este respecto no aluden ni Gazzaniga ni Cyrulnik. El problema del mal en la sociedad no es atajado desde la perspectiva psicológica, dado que a pesar de los numerosos estudios acerca de la agresividad, no se llega a una explicación satisfactoria de su etiología¹⁹, pero tampoco la filosofía ha llegado a una solución²⁰.

Volviendo a la cuestión de la relación religión-cerebro, no podemos dudar del correlato neuronal no solo de la religiosidad, sino de toda la conducta humana. Sin embargo, no podemos afirmar que la actividad neuronal sea el origen de la religiosidad, aunque sea su base, dada la corporalidad de la persona humana, que incluye el cerebro y su actividad. Cyrulnik parece sostener esta perspectiva en algún momento, aun cuando reconoce que la existencia humana es un misterio que nos abre a la espiritualidad. Sin embargo, igualmente aduce que se puede elaborar una teoría de la existencia sin dios. En todo caso, el hombre es un ser de creencias (cap. 20).

Para poder entender mejor este aspecto es conveniente distinguir entre religiosidad y creencia. Por creencia entendemos una estructura de pensamiento que da razón de un aspecto concreto, en este sentido, se trata de un concepto amplio, que incluye desde creer que si cruzo un semáforo en verde para peatones no seré atropellado por los coches que están esperando su turno, o que si compro comida en un negocio no seré envenenado, hasta la creencia en que existe un ser superior creador de todo al que llamamos Dios. De este modo, la religión es un tipo particular de creencia referida a la existencia de Dios con quien puedo entrar en relación y a la organización de la vida según esta relación. Según esta distinción, la creencia tiene una base psicológica, y también cerebral, en cambio, la religión no se basaría tanto en

¹⁹ Desde una perspectiva psicológica, podemos ver un planteamiento de la cuestión de la agresividad en J.F. MORALES (ed.), *Psicología social*, McGraw Hill, Madrid 1995, que incluye un capítulo sobre la agresión (465-493), y otro sobre la delincuencia (845-860).

²⁰ Cf. R. SAFRANSKI, *El mal o el drama de la libertad*, Tusquets, Barcelona 2020.

la estructura psicofisiológica, sino en la experiencia de encuentro con Dios. En este sentido, podríamos decir que se pueden sostener creencias sobre la divinidad no religiosas. Este aspecto no queda del todo claro en los autores que se han ocupado de la religión desde la psicología²¹.

Así pues, retomando todo lo visto, podemos decir que si bien la religiosidad se asienta en la actividad cerebral, la actividad cerebral no explica la dimensión religiosa del hombre. Los estudios científicos revelan una correlación que no logran explicar. En todo caso, es necesario hacer notar que estos estudios tienen una visión materialista, mientras que la religión se abre a una dimensión espiritual, inmaterial, obviada por la ciencia actual. La ausencia de una verdadera metafísica impide la apertura a la comprensión de la religiosidad, mientras dure esta «gran pausa metafísica» de que habla H. Jonas, este problema quedará irresuelto²².

Por esta razón Cyrulnik explica la religiosidad no tanto desde la perspectiva cerebral cuando desde encuentro personal, desde la experiencia del apego familiar y la teoría de la mente (que trataremos después), es decir, desde coordenadas propiamente psicológicas, lo cual le honra como psicólogo. Esta importancia del apego y la teoría de la mente, amor y racionalidad, la vemos en que señala que el niño accede a Dios porque habla y porque ama a aquellos que le aman y le hablan²³. Este vínculo entre palabra y amor merece ser tomado en cuenta.

2. La teoría del apego como fundamento de la creencia religiosa

Ciertamente, se podría pensar en un análisis del encuentro personal con Dios, como han realizado otros autores desde una perspectiva católica²⁴, o desde una perspectiva atea²⁵, pero no es este el camino seguido por Cyrulnik,

²¹ Existen algunas publicaciones que bajo el título de «neuroteología» pretenden acercarse a la experiencia religiosa desde los avances neurocientíficos, no obstante, sus conclusiones no parecen mucho más iluminadoras de lo ya comentado. Cf. A. NEWBERG, *Neurotheology. How science can enlighten us about spirituality*, Columbia University Press, New York 2018.

²² H. JONAS, *El principio vida. Hacia una biología filosófica*, Trotta, Madrid 2000, 320.

²³ Cf. B. CYRULNIK, *Psicoterapia de Dios...*, 37-43.

²⁴ Cf. A. CENCINI, *Amarás al Señor, tu Dios. Psicología del encuentro con Dios*, Sígueme, Salamanca 2003; M. SZENTMÁRTONI, *Psicología de la experiencia de Dios*, Mensajero, Bilbao 2002; L. CENCILLO, *Psicología de la fe*, Sígueme, Salamanca 1997.

²⁵ Cf. M. POWER, *Adieu to God. Why psychology leads to atheism*, Wiley-Blackwell, Oxford 2012.

que se centra en la cuestión del apego como modelo de encuentro personal y transmisión de una visión del mundo:

Un niño no descubre el mundo como un objeto dado hacia el que hay que dirigirse. Su descubrimiento está guiado por la mirada de las figuras de apego. Este gobierno afectivo atribuye al mundo percibido por el niño una connotación de afecto o de odio²⁶.

Esta presentación es muy cercana a lo que Balthasar desarrolla sobre la relación madre-hijo como método de introducción en la realidad²⁷. Como es conocido, el teólogo suizo parte de la imagen de la madre que sonríe al hijo mientras lo sostiene para amamantarlo para explicar cómo la persona es introducida amablemente en la vida. Esta es también la imagen que Freud tiene como referencia del placer y a partir de la cual desarrollará la explicación del complejo de Edipo. También para Freud es fundamental la referencia mental (si bien él no habla aún de una teoría de la mente)²⁸. Esta referencia materno-filial en Cyrulnik es acorde con su formación psicoanalista, aunque hay que matizar que su línea lacaniana le aleja de la consideración más freudiana de la relación madre-hijo (que está más centrada en la satisfacción sexual).

A partir de la exposición de Cyrulnik se puede concluir que el niño es sostenido por el amor (relación de apego), pero que al mismo tiempo necesita de la palabra para poder ordenar su mundo interior. Se pueden vincular estos dos aspectos, palabra y amor, con las facultades propiamente espirituales que apuntaba la filosofía clásica: conocimiento y voluntad²⁹. No hemos de pasar por alto que los estudios de un psicoanalista del siglo XX lleguen a una conclusión similar a la de los filósofos antiguos y hasta el siglo XIII, dado que es la posición mantenida desde Aristóteles hasta santo Tomás de Aquino, pues nos ponen en la pista de poder afirmar que esta continuidad revela la validez de los estudios que se corroboran entre sí.

La novedad que se incluye por medio de la consideración del apego es la introducción del elemento afectivo en nuestra reflexión. Mientras que la investigación neurocientífica y la teoría de la mente nos hablan del aspecto

²⁶ B. CYRULNIK, *Psicoterapia de Dios...*, 249.

²⁷ Esta idea es una de las que recorre toda la obra balthasariana, si bien, como cita referencial se puede ofrecer: H.U. von BALTHASAR, «Intento de resumir mi pensamiento», *Communio* (español) 4 (1988), 284-288.

²⁸ Cf. J. LEAR, «Freud sulla sessualità», en J. NORIEGA - R. ECOCHARD - I. ECOCHARD (eds.), *Dizionario su sesso, amore e fecondità*, Cantagalli, Siena 2019, 406-412.

²⁹ Conocimiento y voluntad son las dos facultades propias de los seres espirituales, como explica santo Tomás en *Summa Theologiae* I, qq. 14 y 19.

biológico y racional en la experiencia religiosa, ahora, por medio del estudio del apego vamos a ver cómo se asienta la creencia en el desarrollo del niño.

La afirmación central de Cyrulnik es, como ya indicamos, que el niño accede a Dios porque habla y porque ama a aquellos que le hablan:

El primer apego a la lengua materna y a un Dios familiar se adquiere mediante la impregnación durante un periodo sensible del desarrollo. [...] Según la forma de apego que ha adquirido en casa, el niño amará a Dios de forma segura si sus padres le han hablado de él de forma tranquilizadora («Dios nos protege»), pero temerá a Dios si su familia le presenta a un Dios castigador. [...] Según la estructura verbal de los relatos con los que se presenta a Dios y de acuerdo con los rituales religiosos de su familia, el niño se impregna de un estilo de apego que caracteriza su forma de amar a Dios³⁰.

La teoría del apego, desarrollada por J. Bowlby, explica la importancia de las figuras de referencia para el desarrollo integral de la persona. Una relación estable y tranquila, apego seguro, capacita al niño para un mejor desarrollo a todos los niveles. La relación de apego se convierte en el cauce por donde el niño aprende a ver el mundo, a comprender todo lo que le rodea, desde las personas más cercanas hasta incluso el misterio de la muerte. Sin unas figuras de apego convenientes, por el contrario, el niño se verá desvalido ante la realidad. De aquí se puede extrapolar que lo mismo que ocurre con la relación paterno-filial en cuanto relación que interpreta la realidad, ocurre con la religión.

La relación de apego es una relación afectiva de confianza, fiducial, y por eso tiene una estructura similar a la religiosidad. Ahora bien, si la relación de apego omite la instrucción sobre algún aspecto central para la vida del niño, esta omisión convertirá a los niños «en seres errantes, sin sueños ni proyectos, en un desierto del sentido donde acechan los gurús»³¹. He aquí la radical importancia de la relación de apego para la vida de las personas. La omisión de la instrucción sobre temas como la religión, la muerte, la sexualidad, etc., por parte de los padres va a dejar a los hijos en un vacío existencial. De hecho, este vacío generará personalidades inseguras que son pasto de creencias y formas religiosas no sanas: «Estas personalidades inseguras son producto de familias en las que han sido amados y bien educados, pero privados de elementos que les habrían ayudado a identificarse, por eso se sumergen en una religión en un intento de aventura exultante»³².

³⁰ B. CYRULNIK, *Psicoterapia de Dios...*, 38.

³¹ *Ibid.*, 39.

³² *Ibid.*, 236.

El apego tiene una función socializadora, en cuanto que por su medio el niño va a saber cómo integrarse en la sociedad. Los padres le van a abrir un camino hacia los demás mediante la enseñanza de una forma de comportamiento y una cosmovisión concretas, le van a introducir en una tradición, en una historia³³.

La conclusión de Cyrulnik explica que la vivencia religiosa o atea de las figuras de apego será transmitida y asumida por el niño. Sin embargo, se puede comprobar que no se trata solo de las figuras de apego, sino de todo el entramado social, pues, como el mismo Cyrulnik dice «se necesita todo un pueblo para criar un hijo y permitirle una elección que evite los extremos»³⁴. De aquí que hijos de padres religiosos puedan perder la fe, y que hijos de padres ateos puedan llegar a ser religiosos. Aquí se puede vislumbrar la libertad de los hijos frente a las creencias de los padres.

Pero, desde nuestra perspectiva, a la influencia de los padres y de la sociedad y a la libertad de la persona es necesario añadirle una tercera influencia posible, se trata de la influencia de la gracia, de la posibilidad de que Dios atraiga a sí a la persona. En todo caso, no deja de tratarse de una influencia personal, aunque sea una persona divina, por lo que sigue el mismo proceso. Dios puede salir al encuentro del hombre, puede tener un encuentro personal con él.

En la experiencia religiosa, y en particular en la religiosidad bíblica judeo-cristiana, podemos corroborar estos dos aspectos que hemos apuntado: la experiencia religiosa parte del encuentro con Dios que se dirige a los hombres para mostrarles su amor. El Dios bíblico, al revelarse, al dirigir su palabra a los hombres, les muestra su amor por ellos mediante obras salvíficas concretas, como el Éxodo o la Resurrección. En este sentido, el encuentro con Dios puede desarrollar igualmente una relación que se puede valorar bajo la perspectiva del apego.

3. La teoría de la mente como explicación de la creencia

Revisada la cuestión neuronal y la teoría del apego, pasamos ahora a la teoría de la mente y su relación con la creencia. La teoría de la mente hace referencia a la capacidad de inferir, advertir o suponer el estado interior, mental o afectivo, de otra persona. Dicho más brevemente, sería la capaci-

³³ Se podría poner en relación estos aspectos con la propuesta de A. MacIntyre acerca de la recuperación del paradigma de las virtudes, en donde integra tradición y narratividad como elementos fundamentales. Cf. A. MACINTYRE, *Tras la virtud*, Crítica, Barcelona 2004.

³⁴ B. CYRULNIK, *Psicoterapia de Dios...*, 131.

dad de «leer el alma de otro». La teoría de la mente se extiende también a la capacidad de los animales para tener una «imagen mental» de la realidad de otro individuo. Sin embargo, como bien argumenta Cyrulnik, mientras el «estado mental» animal es inmanente, biológico, el «estado mental» humano está transido por la palabra, es verbal, trascendente³⁵. De modo que, aunque los animales tienen una cierta capacidad de representación interior de la realidad, no tiene nada que ver con la capacidad humana:

Nosotros, seres humanos, gracias a nuestro cerebro descontextualizador y gracias al poder extra-vagante de nuestras palabras, llenamos nuestra vida psíquica con representaciones y nos preocupamos de la metafísica. Ahí emerge la religiosidad, como una consecuencia de nuestras facultades cognitivas³⁶.

Cyrulnik equipara creencia y religiosidad. La razón es que no contempla la posibilidad de la existencia de la divinidad, sino que se acoge exclusivamente al proceso mental, tal como se deriva de que considere la religiosidad como «consecuencia de nuestras facultades cognitivas». Esta expresión puede llevar a considerar la religión como una mera proyección mental, por eso, resultaría más conveniente decir que la capacidad para percibir la existencia de la divinidad radica en nuestra facultad cognitiva. Aunque no es esto lo que dice Cyrulnik, que se expresa en otros términos, como hemos visto. De hecho asimila la estructura de la creencia o religiosidad a la estructura de los amigos invisibles de la niñez:

Los niños que han tenido amigos invisibles durante el período en que empiezan a hablar, aceptan sin dificultad la presencia de una fuerza sobrenatural invisible. No confunden lo real con lo imaginario, saben desde muy temprano distinguir la ficción de la realidad de un Dios invisible. También saben, como buenos pequeños dualistas que son, aceptar la muerte biológica y la supervivencia del alma, podrían pues convertirse a la vez en científicos y religiosos sin incurrir en ninguna contradicción. Podrán estudiar la biología perecedera del cuerpo y atribuir a Dios su poder terapéutico («me siento bien en la iglesia»), su proximidad («hablo con él cuando quiero»), y su omnipresencia («siempre está ahí»)³⁷.

La importancia de la palabra y el lenguaje para la elaboración de la teoría de la mente se ve también en su contrario, es decir, en la incapacidad para elaborar una teoría de la mente que tienen las personas con autismo: «Los

³⁵ Cf. *Ibid.*, 59-65.

³⁶ *Ibid.*, 70.

³⁷ *Ibid.*, 71.

autistas no pueden creer en Dios porque su problema de neurodesarrollo les obliga a vivir en un mundo contextual, en el que están encerrados. [...] Para acceder a Dios se necesita una habilidad de mentalización que se articule con una estructura familiar o cultural»³⁸.

Lo que resulta fundamental respecto de la teoría de la mente es que es un tipo de creencia en cuanto que es una elaboración personal propia del estado mental de otra persona. La teoría de la mente es una inferencia, no una certeza de algo. Si la persona nos dice lo que piensa no es necesario que nos lo representemos nosotros³⁹. La teoría de la mente permite explicar la creencia de lo que pudiera pensar, decir o sentir Dios, u otra persona, desde la perspectiva del proceso psicológico de la representación mental, pero no contempla la posibilidad real de la comunicación de la gracia.

4. Dos aspectos controvertidos: el sufrimiento y el castigo

La relación familiar, como hemos dicho, introduce al niño en un ámbito de sentido. En este proceso, Cyrulnik analiza dos aspectos complejos como son el sufrimiento y el castigo y los pone en relación con la religión.

En cuanto al sufrimiento, comienza afirmando que «al recibir la vida aceptamos el sufrimiento»⁴⁰. El sufrimiento forma parte de la vida. Si bien el origen y la forma del sufrimiento son múltiples, Cyrulnik se centra aquí en el sufrimiento físico, la enfermedad y la muerte. La misma medicina supuso un reto para la moral cuando fue capaz de abolir el sufrimiento (lo que con la eutanasia llega a su culmen). Parece que el objetivo fundamental de la sociedad sea eliminar todo tipo de sufrimiento en la vida humana. El sufrimiento de la enfermedad llega a su culmen con la muerte.

En todo caso, la muerte supone la separación definitiva de una persona, y es necesario dar razón de esta situación. La creencia religiosa, al abrir al hombre a una vida después de la muerte, permite una comprensión de la vida actual mucho más amplia de modo que el sufrimiento y la muerte no son algo que haya que eliminar, sino simplemente que integrar en un recorrido con distinto horizonte. Es aquí donde encontramos uno de los puntos centrales de la propuesta de Cyrulnik para sostener el papel de la fe como resiliencia. La fe se asienta, a juicio de nuestro autor, en el cuerpo y en la cultura⁴¹. Si bien hemos hablado de la función del cerebro en el desarrollo

³⁸ *Ibid.*, 147-148.

³⁹ Cf. *Ibid.*, 190.

⁴⁰ *Ibid.*, 95.

⁴¹ *Ibid.*, 139.

de la creencia, es justamente la limitación del cerebro, y de todo el cuerpo humano, es decir, la enfermedad y la muerte, lo que llevaría al hombre a elaborar culturalmente una respuesta: «Lo que lleva hasta la espiritualidad es el misterio de la existencia»⁴².

La espiritualidad da a la existencia un horizonte más amplio, como hemos dicho, y a esto ayuda nuestra capacidad racional:

Cuando se vive con la urgencia de no morir, hacemos sociedad con el cuerpo, construimos refugios, comemos fruta y carroña, protegemos a los pequeños. Pero cuando se toma distancia para dar sentido a la vida, cuando se representan los acontecimientos pasados, descubrimos el origen metafísico de nuestra existencia. Escapamos de la realidad para elevarnos hacia Dios⁴³.

De este modo conseguimos tranquilizar nuestra existencia. Sin embargo, cuando no nos encontramos con la capacidad de integrar el sufrimiento, hemos de intentar eliminarlo. Así pues, la fe religiosa permite afrontar el sufrimiento e integrarlo, mientras que la ausencia de fe nos empuja a eliminarlo. Un ejemplo de este proceso es el avance de la eutanasia en nuestra sociedad.

Es evidente que las personas tendemos a evitar el sufrimiento y buscar nuestra satisfacción. A este respecto, Cyrulnik hace una observación interesante: «Cuando la felicidad constante llega al adormecimiento de la conciencia, o cuando la infelicidad es tan grande que el cerebro se desconecta de toda sensibilidad, se observa una anestesia del cuerpo y del alma»⁴⁴. Tanto la felicidad como la infelicidad pueden ocasionar este adormecimiento de la conciencia como desconexión (utilizamos «conciencia», no «consciencia» como recoge la traducción original, pues es más claro que el texto se refiere al juicio sobre el modo de vida, y no al estado de vigilia, es decir, estar conscientes). Esta desconexión provoca siempre un cierto aislamiento, que a su vez es fuente de tristeza. La religión, al mostrar una vida después de la muerte, ayuda a mantener una adecuada tensión tanto respecto de la felicidad como de la tristeza en cuanto a la vida terrena.

La pérdida de esta perspectiva supone reducir la vida a la experiencia actual que tenemos de la misma. Esta experiencia conduce a una pérdida del sentido de la vida. Este vacío existencial provoca una forma de actividad

⁴² *Ibid.*, 141.

⁴³ *Ibid.*, 142.

⁴⁴ *Ibid.*, 98.

intensiva, un activismo para aprovechar el tiempo⁴⁵. La sociedad actual pone de manifiesto de múltiples modos cómo la pérdida de la referencia de la trascendencia acaba ahogando al hombre en la inmanencia. Las tasas de suicidio, la difusión de la eutanasia, el aumento de casos de depresión, la misma teoría de género y el transhumanismo muestran el anhelo del hombre por un más allá de esta vida y su sufrimiento que no encuentra⁴⁶.

5. Religión y vida social

Sin embargo, a pesar de las ventajas de la religión, al menos en Occidente se lucha desde hace siglos por establecer una sociedad atea. La sociedad atea parece factible cuando existe un nivel de tranquilidad elevado, como el caso de Dinamarca que cita Cyrulnik. Pero la cuestión es que este es un caso extraño. Más bien parece que las sociedades humanas son siempre convulsas. En esta convulsión, los hijos bien educados por padres que no han querido introducir a sus hijos en una creencia religiosa se han encontrado con que sus hijos la han acabado buscando. La inestabilidad cultural lleva a buscar a Dios como estabilizador, o al menos tranquilizador personal, cuando no como garante y alentador de «cruzadas» contra los no religiosos.

Podríamos comparar esto con lo que ocurre también en la esfera política. Cuando se adolece de una «educación política familiar moderada» se deriva hacia extremos, habitualmente en el sentido opuesto al familiar. Así se explicarían los totalitarismos políticos y los radicalismos religiosos.

De aquí podríamos aventurar que la educación familiar debe ser integral, y en este sentido incluir también una formación religiosa. Solo así se alcanzaría una estabilidad social. Esta es la línea de una «religiosidad espiritual no ritualista», que solventaría la situación de inestabilidad cultural actual. Cyrulnik aboga por una religiosidad así, espiritual, fraterna, personal⁴⁷. En esta línea, en los últimos años podemos encontrar un cierto desarrollo de lo que se ha llamado «espiritualidad atea», que más bien parece un cierto *re-*

⁴⁵ Cf. BYUNG-CHUL HAN, *El aroma del tiempo*, Herder, Barcelona 2014. Sobre el mismo tema, desde una perspectiva católica, nos permitimos remitir a nuestro estudio: R. SACRISTÁN, «El tiempo del amor», *Revista Española de Teología*, 81 (2021), 137-161

⁴⁶ Una presentación sobre el transhumanismo: A. CORTINA, *Humanismo avanzado para una sociedad tecnológica*, Ediciones Teconté, Madrid 2017; Id., ¡Despertad! Transhumanismo y Nuevo Orden Mundial, EUNSA, Pamplona 2021.

⁴⁷ B. CYRULNIK, *Psicoterapia de Dios...*, 251-253.

vival del paganismo precristiano. Una especie de espiritualidad sin religión institucional, aunque con sus propios dogmas, ritos y costumbres⁴⁸.

Pero la religiosidad no puede ser buscada por lograr una estabilidad social, sino por ser real. De otro modo nos encontraríamos en la tesitura de afirmar con Marx que la religión es el opio del pueblo, la anestesia que los poderosos ejercen sobre los pobres. Es necesario aquí volver al lema de san John H. Newman: «veritas prius pacem».

La fe religiosa no puede ser objeto de investigación psicológica, no puede ser válida por generar una gran resiliencia, sino que es cuestión de vida o muerte, nunca mejor dicho. La fe religiosa nos habla de la vida *postmortem* como verdad. Aquí aparecen juntas la fe y la verdad. La fe religiosa permanece siempre como fe, no es evidente (no puede serlo, sería una contradicción, no creemos lo evidente).

La inestabilidad social como fenómeno constante en la historia de la humanidad nos induce a la pregunta por el origen de la misma. ¿Por qué el hombre después de, al menos, 40.000 años de desarrollo, no ha logrado una sociedad estable? No se trata de la inestabilidad natural, a la que se ven igualmente sujetos los animales, se trata de una «inestabilidad de especie». ¿Dónde se origina el mal en el hombre? Solo las religiones han dado respuesta a esta pregunta. Ninguna teoría filosófica, psicológica, científica, biológica, neurológica... lo ha hecho, es decir, ningún intento meramente humano de explicación del mal ha logrado resolver este problema. ¿Qué significa este empeño del hombre en querer ser el centro de la existencia de todo, cuando hoy mejor que nunca sabemos de nuestra pequeñez en el universo?

La solución buenista de una religiosidad espiritual, no ritual ni dogmática, fraterna sin padre, es la solución que avanza con cierta fuerza en nuestra sociedad⁴⁹. Se trata de una religiosidad atea, sin referencia alguna a la divinidad. Con lo cual se trata de una religiosidad inventada por el hombre, una religiosidad contractual. La pregunta es si este tipo de religiosidad atea no resulta una nueva forma de totalitarismo. Un intento como este no es nuevo en la historia. Tanto durante el gobierno del emperador Juliano (+363), como tras la Revolución Francesa (especialmente entre 1792 y 1805), se intentaron abolir todas las referencias a la religión en la sociedad, proponiendo un nuevo estilo de vida no cristiano (hay que matizar que Juliano propuso la

⁴⁸ Cf. A.J. BOEHME, «Spirituality of Atheism», *Lutheran Mission Matters*, 25 (2017) 1, 105-122. El autor presenta desde una visión cristiana protestante la realidad de una espiritualidad atea.

⁴⁹ Cf. L. CORTOIS - S. AUPERS - D. HOUTMAN, «The naked truth: mindfulness and the purification of religion », *Journal of Contemporary Religion*, 33 (2018-2), 303-317.

vuelta a la religión romana antigua, que por otra parte estaba absolutamente perdida incluso antes de la llegada del cristianismo). La religión se considera como fuente de violencia que ha de ser erradicada, sin embargo, esto parece más bien un mito que una realidad, dado que la fuente de la violencia no se halla principalmente en las creencias religiosas, al menos en el cristianismo, sino en el corazón del hombre. No obstante, como ya hemos apuntado, a este aspecto del origen del mal en el hombre no se han dedicado muchos estudios psicológicos.

6. Una psicología de la gracia

Los estudios de psicología de la religión en la actualidad resultan partir, en su mayoría, de una disposición arreligiosa, en el sentido de no partir de la asunción tranquila de la existencia de la divinidad. Bajo la excusa de una cierta asepsia científica se ha eliminado la consideración de la relación del hombre con la divinidad. Bajo esta perspectiva subyace una ciencia atea que promueve una antropología atea. El problema, no obstante, no es que psicólogos ateos publiquen textos en esta línea, lo cual podría ser admisible, sino que dentro del mismo ámbito católico, a pesar del elevado número de publicaciones relacionadas con la psicología, en ocasiones se sostiene una antropología no claramente católica, es decir, no se contiene un análisis de la acción de la gracia en la psicología humana.

La posibilidad de una psicología de la gracia, es decir, de la incidencia de la gracia en los procesos psicológicos, no es un aspecto novedoso. Los escritos de san Agustín o de santo Tomás contienen una doctrina psicológica. Igualmente, santos no teólogos han mostrado una consideración especial hacia el psiquismo humano, como san Ignacio de Loyola, santa Teresa de Jesús, san Juan de la Cruz o santa Teresa Benedicta de la Cruz. También ha habido acercamientos desde el ámbito ortodoxo y luterano⁵⁰. En los años '60 y '70 del siglo XX, P. Fransen intentó fijar los planteamientos de una «psicología de la gracia»⁵¹. También nos encontramos con la *Psicología de la fe* de Luis Cencillo⁵², que retoma la importancia de la fundamentación filosófica de la psicología y, por tanto, nos devuelve a una antropología conveniente. No se pueden olvidar aquí los estudios de L. Rulla y la escuela de

⁵⁰ Cf. J.R. SÁNCHEZ, «Antropología cristiana y psicología. Principios para una integración», en M. RODRÍGUEZ (dir.), *Integrando la espiritualidad en la psicología*, Monte Carmelo, Burgos, 2011, 29-54.

⁵¹ Cf. P. FRANSEN, «Hacia una psicología de la gracia», en A. GODIN (dir.), *La incógnita religiosa del hombre*, Sígueme, Salamanca 1969.

⁵² Cf. L. CENCILLO, *Psicología de la fe*, Sígueme, Salamanca 1997.

la Universidad Gregoriana sobre la «Antropología de la vocación cristiana», en los que se integra la psicología moderna, el personalismo de K. Wojtyła y la fenomenología⁵³. Desde una perspectiva tomista nos encontramos con la aportación de I. Andereggen, que ha dialogado especialmente con el psicoanálisis⁵⁴. Igualmente, podemos encontrar buenos análisis del encuentro con Dios, como los de Cencini y Szentmártoni⁵⁵.

Así pues, vemos que no falta una propuesta cristiana seria que nos permita acercarnos al tema del encuentro entre Dios y el hombre desde la perspectiva de la psique humana. No obstante, la dificultad del tema es evidente. La forma de esta relación nos lleva al ámbito mismo del misterio de Dios. No todas las propuestas han sido igualmente válidas. Tanto entre las antiguas como entre las modernas, encontramos dificultades que implican una corrección constante⁵⁶.

Concluyendo, una adecuada psicología de la religión, desde una perspectiva cristiana, ha de partir de una fundamentación claramente cristiana, es decir, desde el misterio del Dios Trinitario que nos ha sido revelado por Jesucristo. Esto supone no solo una consideración de la creación y de la antropología en la que el elemento espiritual es insoslayable, sino que implica un modo concreto de relación con la divinidad, según la teología de la gracia. En segundo lugar, una adecuada psicología de la religión ha de incluir la realidad del pecado humano, dado que sin atender al mal producido libremente por el hombre no se puede explicar la realidad de la vida humana. La teología del pecado original permite entender, dentro de los límites propios, la situación en que se halla el hombre poslapsario y las consecuencias de esta situación especialmente en el mundo afectivo. Es innegable la relevancia que la afectividad tiene no ya en la conducta humana en general, sino en la psicología moderna. Desde estas dos premisas es posible desarrollar una psicología cristiana, y una ayuda también para el desarrollo de un provechoso diálogo con el ámbito de la psicopatología. Además, no se ha de olvidar que ya desde el principio, la psicología fue una ayuda valiosa para el estudio ético, como lo demuestra que Aristóteles escribiese su *De anima* en relación a la Ética a Nicómaco⁵⁷.

⁵³ Cf. L. RULLA – F. IMODA, *Antropología de la vocación cristiana*. 2 vols., Atenas, Salamanca 1994.

⁵⁴ Cf. I. ANDEREGGEN, *Antropología profunda. El hombre y Dios según santo Tomás y el pensamiento moderno*, Pont. Univ. Católica de Argentina, Buenos Aires 2008.

⁵⁵ Cf. A. CENCINI, *Amarás al Señor...*; M. SZENTMÁRTONI, *Psicología de la experiencia de Dios*.

⁵⁶ Así ocurre, por ejemplo, con la propuesta de Franssen. Cf. R. SACRISTÁN, *Psicología de la religión*, 64-68.

⁵⁷ Cf. C. VÍCOL IONESCU, *La filosofía moral de Aristóteles*, 2 vols., Instituto de Filosofía «Luis Vives», Madrid 1973.