

MARIO PEREYRA

UNA SESIÓN CON 

# JESÚS



**TÉCNICAS DEL MEJOR TERAPEUTA**

# **Una sesión con Jesús**

## **Técnicas del mejor terapeuta**

Mario Pereyra



Gral. José de San Martín 4555, B1604CDG Florida Oeste, Buenos Aires, Rep.  
Argentina.

# Tabla de contenidos

Tapa

Introducción

Capítulo 1

Capítulo 2

Capítulo 3

Capítulo 4

Capítulo 5

Capítulo 6

Capítulo 7

Capítulo 8

Capítulo 9

Capítulo 10

Bibliografía

Una sesión con Jesús

Técnicas del mejor terapeuta

Mario Pereyra

Dirección: Pablo M. Claverie

Diseño de tapa y del interior: Nelson Espinoza

Ilustración de tapa: Shutterstock, Nelson Espinoza

IMPRESO EN LA ARGENTINA

Printed in Argentina

Primera edición; e - Book

MMXXII

Es propiedad. © 2021 Asociación Casa Editora Sudamericana.

Queda hecho el depósito que marca la ley 11.723.

ISBN 978-987-798-728-7

Pereyra, Mario

Una sesión con Jesús: Técnicas del mejor terapeuta / Mario Pereyra /  
Dirigido por Pablo M. Claverie. - 1ª ed. - Florida: Asociación Casa Editora  
Sudamericana, 2022.

Libro digital, EPUB

Archivo Digital: online

ISBN 978-987-798-728-7

1. Vida Cristiana. I. Claverie, Pablo M., dir. II. Título.

CDD 248.4

Se terminó de imprimir el 25 de octubre de 2022 en talleres propios (Gral. José de San Martín 4555, B1604CDG Florida Oeste, Buenos Aires).

Prohibida la *reproducción total o parcial* de esta publicación (texto, imágenes y diseño), su manipulación informática y transmisión ya sea

electrónica, mecánica, por fotocopia u otros medios, sin permiso previo del editor.

Todas las citas bíblicas sin otra indicación han sido extraídas de La Biblia, Nueva Reina-Valera 2000 Actualizada (RVA-2000), © 2020, Sociedad Bíblica Emanuel. [Biblia.EditorialACES.com](http://Biblia.EditorialACES.com)

# Introducción

*“Yo he venido para que tengan vida, y para que la tengan en abundancia”. Jesús (Juan 10:10).*

Después de cuarenta años de ejercer como terapeuta, de haber realizado más de treinta mil consultas y dictado durante muchos años las asignaturas de Psicología Clínica y Corrientes Fundamentales de Psicoterapia en varias universidades, he decidido publicar este libro sobre el estilo terapéutico de Jesucristo. En los últimos treinta años he venido reflexionando y escribiendo sobre la psicología de los personajes bíblicos y cómo Jesús trataba a la gente que acudía a él. Sin embargo, me ha costado mucho sentarme a escribir un libro que reproduzca el modelo terapéutico del Maestro de Galilea. Para ello, he leído y releído varias veces los 89 capítulos de los 4 evangelios, cada uno de los 3.727 versículos, reflexionando sobre sus contenidos desde la perspectiva del psicólogo clínico. Hay algunos textos que son clave para entender a Jesús como terapeuta.<sup>1</sup> He aquí uno de ellos.

Aquel sábado inaugural del ministerio de Jesús, cuando entró en la sinagoga de Nazareth y se puso a leer la Biblia, ante la expectativa de todos los presentes, declaró el sentido de su misión y definió cuáles serían los objetivos de su ministerio, al declarar:

“El Espíritu del Señor está sobre mí,  
“Por cuanto me ha ungido para dar  
buenas nuevas a los pobres;  
“Me ha enviado a sanar a los  
quebrantados de corazón;  
“A pregonar libertad a los cautivos, y  
vista a los ciegos;

“A poner en libertad a los oprimidos; A predicar el año agradable del Señor” (Luc. 4:18, 19).

Jesús vino a predicar las “buenas nuevas” y a “sanar a los quebrantados de corazón”; es decir, a todos aquellos que estaban padeciendo trastornos psicológicos o emocionales, para liberarlos de sus conflictos y dolencias o discapacidades mentales tanto como físicas, para poder vivir en forma plena y satisfactoria.

¿Es útil estudiar a Jesús como terapeuta? Se ha dicho que Jesús fue el más grande de los psicólogos que existió (Baker, 2001). La misma Biblia dice que Jesús “no tenía necesidad de que nadie le diese testimonio del hombre, pues él sabía lo que había en el hombre” (Juan 2:25). Hace unos años, Eben Scheffler (1995, p. 302) se preguntaba:

“¿Se puede considerar a Jesús (entre otras cosas) como un psicoterapeuta exitoso? En otras palabras, ¿de qué manera los principios de la psicoterapia actual (por ejemplo, empatía, calidez) pueden evidenciarse en sus aforismos, parábolas, las primeras tradiciones sobre sus exorcismos y sus curaciones, y sus acciones de comer con los marginados sociales? Sus milagros ¿pueden ser explicados psicológicamente?”

Yo diría que sí, que es posible estudiar a Jesús como psicoterapeuta exitoso, seguramente el más exitoso de todos.

Durante décadas predominaron las terapias psicoanalíticas que eran tratamientos interminables, de muchos años de

duración. Luego aparecieron las “terapias breves”, que proponían programas de entre diez y quince consultas. Comparativamente, las terapias de Jesús fueron superbrevés, de una sola consulta, y la mayoría de una o dos intervenciones. Los encuentros de Jesús con sus interlocutores fueron de una gran intensidad, con ingredientes de alto poder resolutivo. La mayoría de las veces conseguía resultados instantáneos (por ejemplo, el oficial de la guardia, la mujer samaritana o Natanael), pero en otras ocasiones sus intervenciones requirieron un proceso de asimilación lento, para permitir ver los resultados a largo plazo, como el caso de Nicodemo. En todos los casos, el modelo de Jesucristo siempre fue de gran efectividad y de inspiración para cualquier terapeuta.

Mijo Nikić (2008) afirmó que Jesús, “a través de sus palabras y de la comunicación no verbal, estableció los principios fundamentales de un tipo de psicoterapia muy eficaz que podría y debería convertirse en la tendencia predominante en estos tiempos”. Sin embargo, es llamativo que hayan sido más los poetas quienes consideraron cómo Jesús trataba a la gente que los especialistas. Por ejemplo, Khalil Gibrán (2012) escribió, en forma muy bella, que en Jesús “había tibieza en su Ser y palpitaba al compás de la vida” (*ibíd.*, p. 145), que “hablaba de amor porque había melodía en su voz y hablaba de poder porque había ejércitos en sus ademanes”. Hizo decir a un supuesto interlocutor: “Su imagen visitó mi intimidad y su voz rige la quietud de mis noches” (*ibíd.*, p. 156). Por otra parte, expertos como Jay Haley, en su libro *Las tácticas del poder de Jesucristo*; Augusto Cury, en sus varios libros sobre la inteligencia de Jesucristo; como la más reciente obra de Boris Cyrulnik, *Psicoterapia de Dios*, o algún otro autor que se ha aventurado sobre el tema (por ejemplo, Klimek, 1991), no hacen justicia al modelo, las estrategias y las

técnicas que utilizaba Jesucristo en el tratamiento de quienes demandaban su asistencia, según mi opinión.

Es de hacer notar que cuando se habla de psicoterapia se suele distinguir tres niveles: el teórico, el estratégico y el de las intervenciones específicas, o técnicas. En este libro abordamos esos tres niveles, cuál era la cosmovisión que desplegaba Jesús, cuáles eran sus estrategias y qué tipo de intervenciones realizaba. Precisamente los dos primeros capítulos se refieren al enfoque teórico y las características de su modelo. El capítulo cuatro se refiere a la estrategia; y los dos siguientes, a técnicas específicas, como fueron las metáforas y los tipos de preguntas. Los últimos cuatro capítulos están centrados en el análisis de diferentes entrevistas de Jesús para identificar la forma de abordarlas y los recursos técnicos que usó en ellas.

Esperamos que este libro sea de ayuda e inspiración. Elena de White dijo que Jesús se constituyó en modelo de cómo es Dios, tanto teórica como experimentalmente, para dejarnos un ejemplo por seguir. Lo hizo en todas las dimensiones de la vida humana, y también en el abordaje de las necesidades de quienes demandan nuestra atención, lo que significa que nos propuso un arquetipo del psicoterapeuta y de su accionar, para imitar. Hemos procurado transmitir ese prototipo sin parangón. Espero que usted juzgue si lo hemos conseguido.

Dr. Mario Pereyra

Desde la Colina de la Esperanza,

Libertador San Martín, Entre Ríos, Argentina

Mayo de 2020

<sup>1</sup> Estrictamente hablando, Jesús no hacía “terapia” en el sentido formal y técnico del proceso que realiza un terapeuta actual con un paciente (o consultante). Pero, en su trato salvador con la gente, exhibía grandes principios de psicología, que son los que se presentan en esta obra. (*Nota de los editores.*)

\* A menos que se especifique de otro modo, las citas bíblicas se han tomado de la versión Reina-Valera Revisada de 1960.

## **Otras versiones de la Biblia utilizadas:**

BJ: *Biblia de Jerusalén*

BLP: *La Palabra* (España)

DHH: *Dios habla hoy*

NVI: *Nueva Versión Internacional*

RVA 2015: Reina-Valera Actualizada 2015

RVR 1977: Reina-Valera 1977

TLA: *Traducción en lenguaje actual*

# Capítulo 1

## La cosmovisión de Jesús

***“Una cosmovisión es un conjunto de ideas acerca de la realidad que, como consecuencia de su naturaleza general y su amplio espectro, condiciona toda la gama del pensamiento y la acción de los hombres”.***  
**Fernando Canale (1999, p. 102).**

Cada cosmovisión tiene una metanarración que hilvana múltiples disciplinas filosóficas en un ordenamiento singular que es único y característico. Para entender la cosmovisión bíblico-cristiana, forzosamente hay que describir su original enfoque de la realidad, de cómo entiende la producción del conocimiento, de qué manera concibe la naturaleza humana y cuáles son los ejes de significados que organizan el entramado principal de esa visión particular del mundo. Nos interesa abordar estos temas en sus aplicaciones a la psicología, buscando los postulados básicos que fundamenten una psicología de inspiración cristiana.

Para estudiar la cosmovisión bíblica de Jesucristo, recurrimos a una narración del Evangelio, donde se relata la historia de una mujer curada del peso abrumador de una enfermedad cruel por la intervención de Jesucristo, quien encarna la figura del terapeuta. Se trata de una metáfora de la libertad, una enseñanza que conserva la frescura original por su notable capacidad para conservar la espontaneidad y el dinamismo de los hechos. La narración de Lucas 13:10 al 21 (DHH) reza de la siguiente manera:

“Una vez, en el día de sábado, Jesús se había puesto a enseñar en una sinagoga; y había allí una mujer que estaba enferma desde hacía dieciocho años. Un espíritu maligno la había dejado jorobada, y no podía enderezarse para nada. Cuando Jesús la vio, la llamó y le dijo:

“-Mujer, ya estás libre de tu enfermedad.

“Entonces puso las manos sobre ella, y al momento la mujer se enderezó y comenzó a alabar a Dios. Pero el jefe de la sinagoga se enojó, porque Jesús la había sanado en el día de reposo, y dijo a la gente:

“-Hay seis días para trabajar; vengan en esos días a ser sanados, y no en el día de reposo.

“El Señor le contestó:

“-Hipócritas, ¿no desata cualquiera de ustedes su buey o su burro en día de reposo, para llevarlo a tomar agua? Pues a esta mujer, que es descendiente de Abraham y que Satanás tenía atada con esta enfermedad desde hace dieciocho años, ¿acaso no se la debía desatar en el día de reposo?

“Cuando Jesús dijo esto, sus enemigos quedaron avergonzados; pero toda la gente se alegraba al ver las grandes cosas que él hacía.

“Jesús dijo también ‘¿A qué se parece el reino de Dios y con qué puedo compararlo? Es como una semilla de mostaza que un hombre siembra en su campo, y que crece hasta llegar a ser como un árbol, tan grande que las aves

hacen nidos en sus ramas'. También dijo Jesús: '¿Con qué puedo comparar el reino de Dios? Es como la levadura que una mujer mezcla con tres medidas de harina para hacer fermentar toda la masa' ”.

Es la historia de una mujer víctima de una enfermedad despiadada, que la sometía brutalmente cada hora de su existencia. Su columna vertebral había perdido la verticalidad, doblada de tal manera que la obligaba a mirar hacia abajo y tener el polvo de la tierra como horizonte natural y necesitada de hacer grandes esfuerzos para comunicarse con la gente. Estaba sometida a condiciones infrahumanas; como un cuadrúpedo, vivía en una situación vergonzosa y humillante. Le resultaba casi imposible establecer contacto visual con otro adulto. Hacía 18 años que venía sufriendo esa implacable enfermedad, hasta que apareció Jesús, el Sanador. Conmovido por su dolor, realizó el milagro de la restauración.

Las mujeres estaban en una sección aparte del Templo. Cuando Jesús le pidió a la mujer encorvada que se acercara, estaba transgrediendo la norma que discriminaba a las mujeres, que eran consideradas indignas de ocupar el lugar de santidad de los hombres. Jesús rechazó ese reglamento segregador, atacándolo al quebrantarlo ex profeso; era una forma de decir que la mujer tiene los mismos derechos que el hombre, concediéndole dignidad e interés especial. De la misma manera lo hace cuando predica acerca del hombre que plantó la semilla de mostaza y la mujer que puso la levadura en la masa. Trata ambos géneros en pie de igualdad.

Annice Callahan, en su libro *Spiritual Guides for Today* (1992), comenta el episodio en estos términos:

“Hablarle en público representaba dejar a un lado las restricciones impuestas sobre la libertad de las mujeres. Situarla en medio de la sinagoga fue desafiar el monopolio de los varones sobre la gracia y el acceso a Dios. Afirmar que su enfermedad no era un castigo divino a causa del pecado fue declararle la guerra a todo el sistema de dominación. Tocarla fue revocar el código de santidad, con sus escrúpulos masculinos sobre la impureza de las mujeres. Llamarla ‘hija de Abraham’ fue hacerla un miembro pleno del Pacto en igualdad de condiciones con los hombres ante Dios. Además, al sanarla en el día de reposo, libera el sábado para que sea un jubileo de libertad y restauración”.

Entonces, el Maestro procedió a la liberación. Poniendo su mano sobre ella, le dijo: “Mujer, ya estás libre”. Al producirse el milagro, estalló espontáneamente en el público una expresión de alabanza y reconocimiento por la intervención divina. En aquel sábado, la sinagoga experimentó un momento de alabanza y glorificación de Dios, como probablemente no había ocurrido antes.

Pero sucedió que, cuando aspiraban el perfume de la libertad, en ese ámbito de emancipación inesperadamente conquistado, una voz severa y recriminadora alteró la atmósfera bendita de culto que todos vivían. El sumo sacerdote desautorizó la sanidad, y declaró ilegal el acto, ya que según él transgredía la norma sabática. La reacción de Jesús no se hizo esperar. Respondió con inusitada fuerza e indignación. El Maestro raramente se enojaba; fueron muy pocas las ocasiones en que se enfadó. Esta fue una de ellas.

No pudo reprimir la irritación ante este supuesto representante de Dios, tan insensible a la necesidad y el dolor ajenos, estrecho de miras, practicante de una doble moral, que desconocía el auténtico sentido y los alcances de la religión.

Era un dirigente religioso embotado por una ortodoxia rigurosa y compulsiva, dominado por los imperativos del deber, que lo incapacitaba para ver la alegría de la salvación. También él era un “jorobado”, que vivía encorvado por el peso de las obligaciones. Solo sabía de rituales y cumplimiento estricto de las normas. Vivía bajo los mandatos del “deberías ser” o “deberías hacer”. Lo único que comprendía era la rigidez y la dureza de los estatutos y las normas. Más que custodio de la legalidad, era un súbdito del deber, una víctima del formalismo fundamentalista. Por eso Jesús, en aquel día, explicó en qué consistía la soberanía del “Reino de los cielos”, la auténtica cosmovisión cristiana, quiénes son los verdaderos hijos de Dios; en definitiva, expuso las lecciones que hacen posible la salud del cuerpo y el alma. El mensaje de emancipación, aunque aplicado a la mujer sanada (fue como decirle que ahora podía crecer, tener hijos, que se abría un nuevo mundo de oportunidades), transmite un mensaje de esperanza para todo aquel que sufre, víctima de la enfermedad o de ideas rígidas y opresivas.

## **Dos cosmovisiones contrapuestas**

La historia del Evangelio recién transcrita dibuja senderos que se bifurcan, mundos contrapuestos. Nos confronta con dos tipos de religiones antagónicas, dos morales y dos cosmovisiones antinómicas de la existencia. Para aquel guardián de la Ley, el “jefe de la sinagoga”, el cuarto Mandamiento prescribe: “Seis días trabajarás y harás toda tu obra; mas el séptimo día es reposo para Jehová tu Dios;

no hagas en él obra alguna” (Éxo.20: 9, 10). Su respuesta se ajustó exactamente a la letra de la Ley, no a su espíritu. Concebía una religión del cumplimiento, del sometimiento a un orden superior, pero no comprendía el sentido del amor y la libertad que tiene esa orden. No había descubierto que “el sábado ha sido instituido para el hombre y no el hombre para el sábado” (Mar. 2:27, NVI). Solo reconocía las fórmulas de los rituales y las ceremonias litúrgicas, no los signos milagrosos de la gracia divina. Era feligrés de un Dios severo e implacable; desconocía al Dios del crecimiento de la semilla que se convierte en árbol, el Dios de la libertad, que es “el infinito torbellino de las posibilidades” (Eco, 1985, p. 575).

La concepción del jefe de la sinagoga era el fundamento de una moral de apariencias. Todas las leyes tienen excepciones, especialmente las destinadas a regular la conducta humana. Pero las excepciones estaban al servicio del intérprete; solo proporcionaba beneficios a su guardián, no a los presos del sistema. Era, por lo tanto, una moral egoísta, que estaba a contramano de la benevolencia. Jesús denunció esa doble moral y puso en evidencia sus contradicciones. Trató de “hipócrita” a su mentor, descalificándolo públicamente por enseñar valores distorsionados y malsanos. Entonces, el Maestro confrontó la moral de la obligación con la moral de la libertad. En su discurso, habló de la semilla fecunda, que desprende el olor de las flores y las frutas, donde vuelan las aves con un sentido de la plenitud. Su palabra suelta y franca manifestó una ligereza caudalosa que superó todas las inhibiciones. Del sermón de Jesús de aquel sábado en la sinagoga emerge la fuerza expansiva del desarrollo que alcanza a toda mujer y hombre con el signo misterioso y dichoso de una gracia gratificante y multiplicadora.

El intransigente jefe parecía concebir el mundo bajo un sistema de necesidad, movido por la sucesión implacable de un orden riguroso que determina los días y los actos, como el reloj que dispone cada segundo, sin dejar fisuras ni espacios libres. Todo está fijado por un orden en el que todo está previsto. No hay azar ni casualidad, solo la estricta necesidad. Es el dominio de la racionalidad fría y reglamentada; un mundo de leyes y obediencia, bajo la hegemonía de la inercia, sin sorpresas ni novedad. La religión que de allí se desprendía recitaba mecánicamente las fórmulas del deber, obedeciendo los imperativos que dictaminaban los representantes del sistema. Jesús enseñó otra religión y una cosmovisión muy diferente. Su breve homilía es altamente significativa y sugestiva:

“ ‘¿A qué se parece el reino de Dios y con qué puedo compararlo? Es como una semilla de mostaza que un hombre siembra en su campo, y que crece hasta llegar a ser como un árbol, tan grande que las aves hacen nidos en sus ramas’. También dijo Jesús: ‘¿Con qué puedo comparar el reino de Dios? Es como la levadura que una mujer mezcla con tres medidas de harina para hacer fermentar toda la masa’ ” (Luc. 13:19-21, DHH).

Un discurso que habla de expansión, crecimiento y prodigalidad. De cosas pequeñas que se abren, dilatan y multiplican por todo el espacio, para fructificar y alimentar. Enseña del árbol que ofrece generosamente sus ramas a las aves para que estas hagan sus nidos y procreen, llenando de vida y movimiento el cielo. Predica la fecundidad, las maravillas de la gestación, la abundancia exuberante de las cosas creadas; libera nuevas vivencias de prosperidad y grandeza. Es todo lo opuesto a la sobria parsimonia del