



# LA TERAPIA DEL **PADRE** **NUESTRO**

Salvados de una espiritualidad  
que nos dejó huérfanos.

Néstor Bruno

## Elogios para

### *La Terapia del Padre Nuestro*

“Un poco de agua cristalina y aire fresco para el alma... Creo que no me alcanzará con leerlo solo una vez: ¡su estilo es tan personal y cristocéntrico!”

—Dr. Peter Bath, *vicepresidente del área de Misión y Espiritualidad en Kettering Health Network, Ohio.*

“La visión que se presenta en *La Terapia del Padre Nuestro* me ha resultado única e iluminadora, tanto a nivel pastoral como psicológico. Agradezco por estas páginas y por el liderazgo de su autor en la integración práctica y profunda de ambas disciplinas”.

—Dr. Robert Peach, *PhD, terapeuta y pastor por más de 35 años. Director emérito de Ministry Care Line.*

“*La Terapia del Padre Nuestro* es un raro hallazgo... Por fin un libro que, sin perder tiempo, nos lleva de la mano a lo importante, con claridad a lo primordial y con calidez a lo que hace bien al alma. Su mensaje es un regalo para el corazón desalentado y motivación para la libertad más importante: la interior”.

—Pr. Larry Kositsin, *director por más de 30 años de capellanías en prisiones de Canadá y Estados Unidos.*

“Admiro la forma en la que Néstor Bruno logra comunicar lo espiritual. Su entusiasmo por el evangelio sano, el cual transmite a través de estas páginas, es contagioso y motivador”.

—Dr. Daryll Ward, *PhD*, profesor de *Ética y Religión* en el *Kettering College, Ohio*.

# ÍNDICE

Antes que nada .....	15
1. ¿Por qué y para quién es este libro?.....	19
2. La luz de la oración.....	25
3. El viaje terapéutico del Padre Nuestro .....	31
4. Padre.....	41
El contraste con otras religiones .....	45
Nota terapéutica .....	48
5. ... nuestro... ..	53
6. ...que estás en los cielos.....	59
Dios como proyectil vs. proyección.....	62
Ateísmo saludable .....	67
7. ...santificado sea tu nombre... ..	71
8. ...Venga a nosotros tu Reino y hágase tu voluntad .....	77

9. ...El pan nuestro...	85
10. ...de cada día, dánoslo hoy.....	93
Una religión de mercado.....	95
¿Eres más espiritual que Jesús?.....	99
11. ...Y perdona nuestras deudas, así como nosotros.....	105
Entonces, ¿por qué nos cuesta tanto perdonar?.....	109
12. ...y no nos dejes caer en la tentación.....	113
...no nos dejes caer... y el carácter de Jesús .....	116
...líbranos del mal... y el evangelio .....	117
13. ...Porque tuyo es.....	125
...el Reino, el poder y la gloria.....	126
Agradecimientos.....	135

# ANTES QUE NADA

Este es un libro para acompañar tu meditación personal, de pareja o tal vez momentos grupales con Dios. Si, a lo largo de estas páginas, encuentras ideas que te llamen la atención o descubres momentos en que algo te gusta y te hace bien en lo profundo de tu ser, seguramente estás leyendo lo que encontré en algún lugar, leí o escuché y me hizo bien también a mí. Este libro no es producto de mi capacidad como escritor, sino más bien, creo, de ser un lector y buscador agradecido.

Lo que plasmo en estas páginas es el fruto de incontables momentos compartidos con amigos leales, con compañeros de viaje honestos, gente querida que, con un poco de pan, la mesa o una caminata de por medio, te hace sentir que la vida se puede transitar del lado de la vereda donde el sol entibia el corazón. En esos momentos de contacto de una mente con la otra –y de un corazón con otro– siento que no estoy solo. Y que, para crecer, es imprescindible compartir lo que otros traen en su mochila y me regalan, haciendo la mía, misteriosamente, más liviana.

Al final de todos los callejones sin salida, en las horas duras de soledad en la madrugada, en el silencio que ensordece por el vacío de quienes se han ido, en la fragilidad de nuestra salud y la de los que amamos, en nuestros miedos y en el miedo a la muerte, o a la vejez, en la angustia existencial que tenemos y que ni siquiera nos explica el porqué de su presencia... En todos esos momentos, la venida de Cristo se da en su espíritu. Y aquella vez en el Pentecostés, cuando sus primeros discípulos lo recibieron con tremendo poder, fue principalmente por la oración.

Jesús nos enseñó a orar. Y estoy seguro de que seguir su enseñanza en la oración nos traerá su presencia tan real, tan tangible y tan poderosa como la sintieron aquellos primeros cristianos. De esa presencia sanadora y terapéutica trata este libro.

Precisamente, hablando de libros, escribo estas líneas en mi cumpleaños, luego de haber recibido varias obras escritas como presente. Me resulta muy halagador pensar en todas las personas que me han regalado un libro que los ha marcado. Es que un libro puede ser mucho más que un obsequio: se transforma en una compañía, tanto cuando se lo lee como en aquello que deja en nosotros luego de terminarlo. Espero que estas páginas te generen la sensación de que estuviste acompañado y que la presencia de Dios lo utilice de la manera que más necesitas en este momento.

*Néstor Bruno  
Kettering, Ohio.*

# 1. ¿POR QUÉ Y PARA QUIÉN ES ESTE LIBRO?

Este es un libro que fue escrito en la calle, en el día a día: un libro que tomó forma en el camino.

Hacía tiempo que quería escribirlo y, esperando un momento mejor, más calmo, más propicio, se me pasaban los meses y los años. Es cierto que ya había escrito un libro. Fue un texto muy técnico y redactado más para colegas y profesionales de la salud mental que para mis amigos. *La Terapia del Padre Nuestro*, en cambio, es un libro que, a lo largo del proceso que le dio forma, siempre tuvo en mente a quienes quiero y con quienes me relaciono. Los pensamientos que escribí aquí los ensayé primero en alguna charla y en contacto con otros. Este es un texto que llega a existir por la suma de muchos encuentros.



Trabajo en una red de hospitales en Ohio, el Kettering Health Network. Somos más de trece mil empleados en nueve grandes hospitales y más de treinta pequeñas clínicas. Por supuesto, no conozco a todos. Pero conozco a mis compañeros de todos los días, especialmente a quienes trabajan en el Kettering Behavioural Medical Center, nuestro hospital de bienestar mental.

Todos los días, antes de ver a nuestros pacientes internados y ambulatorios, tenemos una reunión de equipo en donde psiquiatras, trabajadores sociales, terapeutas ocupacionales, psicólogos, capellanes y enfermeros comentamos cada caso. Nos reunimos entre nosotros antes de hacerlo con el paciente y su familia, y este encuentro es clave. El buen humor, compartir el desayuno y ponernos al día con algún que otro comentario sobre nuestra vida personal hace una diferencia en nuestro día. Descubrimos que en estos encuentros siempre necesitamos ánimo, esperanza, mirar la vida con más gratitud y que, para lograrlo, nos necesitamos unos a otros. Descubrimos también que, si no estamos conectados con algo superior a nosotros y con valores que nos inspiren, la forma en la que miramos los problemas y desafíos de nuestros pacientes no tendrá el color de la salud.

En el marco de estos encuentros, a lo largo de los últimos años tuve la responsabilidad de compartir con mis compañeros algún mensaje devocional antes de comenzar nuestro trabajo. Rápidamente se corrió la voz en otras unidades del hospital sobre nuestra rutina, y sobre lo bien que nos hacía orar juntos luego de tener nuestra devoción. Todos en el equipo nos identificamos con distintas denominaciones re-

*¿Por qué y para quién es este libro?*

ligiosas. Algunos, incluso, son agnósticos y ateos. Tenemos distintas nacionalidades, culturas de origen, acentos e idiomas, formaciones profesionales y orientaciones sexuales, entre muchas diferencias. Pero todos tenemos la misma necesidad. Y eso siempre me sorprende. Todos tenemos la misma sed espiritual; y eso me anima. Todos llevamos el mismo deseo de paz y los mismos fantasmas del miedo. Luchamos con vergüenzas y con culpas. Con expectativas propias y ajenas. Y en muchas ocasiones, allá en el fondo, nos sentimos solos. Todo esto nos hermana, nos hace sentir siempre cerca.

Al poco tiempo de que nuestros encuentros se hicieran conocidos en toda la organización, comenzamos a replicarlos con los compañeros de los distintos departamentos: de limpieza, de cocina, administración, las unidades de enfermería, grupo médico, etc. Aún hoy no estoy seguro de qué denominación profesa cada uno o inclusive de si son creyentes o no. Hasta me sorprendió el caso de una compañera que, luego de meses de no solo participar sino también hacer callar a todos para poder comenzar la devoción, me confesó que era atea. Me costó creerlo: siempre estaba tan atenta, hacía comentarios y agradecía, por lo que pensé que iba a la iglesia todos los fines de semana. Su mejor amiga me contó que mi compañera nunca había creído en Dios. Y cuando supe la idea de Dios que la había llevado al ateísmo, me alegré muchísimo de que hubiera elegido no creer semejante visión vengativa y negativa de la divinidad. “Hasta encontrar un Dios mejor y que se lo merezca, mejor así”, concluimos cierta vez.

De esta manera llegó a escribirse este corto libro. Es el producto de los encuentros de seres humanos que, antes de

ir a servir a otros seres humanos, sentían la necesidad de conectarse con algo mejor que ellos mismos y llenar un poco el vacío que todos experimentamos en algún momento. Somos un grupo de mendigos con un pedazo de pan caliente en la mano, buscando otro mendigo para compartirlo.

Como esta obra surge de la búsqueda de un Dios bueno que nos hace bien y tiene en cuenta nuestras necesidades, antes de continuar, necesitamos hacer algo juntos.

Tómate un momento para mirar hacia arriba y pensar qué necesitas de Dios en este momento de tu vida, en esta situación, en esta semana, en este día. Tómate un momento para hacer consciente aquello que anhelas como persona, y anota una o, tal vez, hasta tres necesidades. No lo dejes para después, pensémoslo juntos ahora:

3

*Necesidades en las que quiero que Dios esté:*

---

---

---

A medida que avancemos a través de las líneas que continúan en cada capítulo, ten presente estas necesidades. Dios quiere encontrarse con nosotros en la situación y el lugar en

*¿Por qué y para quién es este libro?*

los que estamos, y la oración es ese encuentro. Dios quiere realmente hablarte con todas tus necesidades auestas.

Ahora, vayamos a Jesús para que él nos enseñe. Y dejemos que el efecto terapéutico del Padre Nuestro aparezca.

Dios te va a bendecir y va a cumplir sus promesas en tu vida. Lo declaramos con fe y de acuerdo con su palabra. Y, por eso, juntos decimos: ¡Amén!

Te veo en el próximo capítulo.

# 6. ...QUE ESTÁS EN LOS CIELOS...

A ver si puedes resolver este acertijo:

*Un padre y un hijo viajan en un automóvil. Tienen un accidente grave, el padre muere y al hijo se lo llevan al hospital porque necesita una compleja operación de emergencia.*

*Llaman a una eminencia médica, pero esta, cuando llega, dice: “No puedo operarlo, es mi hijo”.*

¿Confundido? ¿Confundida? ¿Todavía pensando?

Algunos de los más de 10 millones de personas expuestas a esta adivinanza ofrecieron las siguientes respuestas:

- No tengo ni idea...
- No puede ser...

- El padre que va en el automóvil es un sacerdote, un cura.
- El padre verdadero, que está en el hospital, es el cirujano.
- ¿Quizás es un hijo adoptivo?
- Es imposible porque el padre está muerto, ¿no?
- El acertijo dice “un padre” y no tiene por qué ser necesariamente el padre del hijo que estaba en el auto, dice del hijo que es simplemente “un hijo”, el hijo de alguien más, tal vez.

Lejos de todas estas opciones, la solución para este acertijo es que la eminencia médica, que dice que no puede operarlo porque es su hijo, es la **madre** del niño.

La respuesta en el 86% de los casos no es la correcta. La enorme mayoría de las personas ensayan contestaciones diferentes sin pensar que la “eminencia médica” es la madre. Esto avergüenza incluso a grupos ultra feministas, que encuentran que, a pesar de sus creencias de igualdad en todos los ámbitos y a pesar de luchar totalmente convencidas de lo que afirman, siguen asociando, implícitamente, a una eminencia médica con un hombre.

Este acertijo es parte de un estudio llevado adelante por la Universidad de Harvard durante 15 años. A lo largo de ese tiempo, los responsables del estudio aplicaron un test de *puntos ciegos* en el cual analizaron la parcialidad implícita<sup>24</sup>. Así se denomina este fenómeno que encontramos a la hora de

---

24. El proyecto, el cual aún continúa, se llama *Implicit*. Pueden consultarse más detalles sobre el mismo en: <https://implicit.harvard.edu/implicit/>

responder el acertijo. Un libro fascinante se publicó también al respecto<sup>25</sup>.

Este acertijo nos muestra cuánto estamos influenciados por la cultura en la que hemos crecido, el ambiente, la religión, la familia, el país, el género, la clase social, etc. Todo juega un rol fundamental e ignorado por nuestra conciencia sobre cómo vemos la vida y sobre cómo vemos a Dios. Lo peligroso es que muchas veces somos ciegos e inconscientes de todo lo que proyectamos en Dios. Todo lo que aceptamos como una verdad sobre él y que nos hace mirar la realidad desde una perspectiva demasiado católica, o bautista, o evangélica, o adventista, o presbiteriana, etc... Y no necesariamente desde la perspectiva de la “verdad que nos hace libres”<sup>26</sup> de todos nuestros anteojos, que es Jesús. Sin embargo, hasta que no entendemos que no podemos ver, somos como el peor ciego: el que no sabe que no ve.

¿Cuál es entonces una opción más saludable a esta *parcialidad implícita* en cada uno de nosotros? En el próximo apartado hablamos justamente de la solución que Dios nos propone.

---

25. Mahzarin R Banaji, *Blindspot: hidden biases of good people* (New York: Delacorte Press, 2013). En esta obra se explora cómo la parcialidad implícita u oculta juega un papel crucial a la hora de tomar postura según la edad, grupo social, género, raza, etnia, sexualidad, religión y nacionalidad.

26. Paráfrasis de lo dicho por Jesús en Juan 8:32.

### **Dios como proyectil vs. proyección**

El teólogo John Caputo argumenta que Dios no es una proyección, sino un proyectil que destruye nuestras proyecciones para hacer lugar a algo nuevo y mejor. Cuando estamos en relación con el verdadero Dios, el que vive por los siglos de los siglos, lo que entendemos acerca de él se actualiza constantemente, se modifica, mejora y supera lo anterior. Dios, si realmente es Dios, siempre estará un paso adelante de todo lo que podamos entender sobre su naturaleza y quién realmente es. ¿O acaso no nos sucede que, luego de estar en relación con personas que amamos, familiares, amigos y compañeros, nunca terminamos completamente de conocerlos? Nosotros cambiamos y ellos cambian. Dios es el ser más interesante, longevo (eterno), inteligente, poderoso, amoroso y misterioso que existe en el universo. Él puede darse a conocer de mil maneras, y aun así nos faltarán mil maneras más que todavía no pudimos entender o percibir.

Dios, de alguna forma, es aquel del que nada puede ser dicho y del que nunca podremos dejar de hablar.

El concepto de Dios como proyectil tiene mucho de similar al de “verdad presente”, ya que las culturas religiosas que afirman poseer una verdad presente no pretenden tener “la verdad” última y única, sino un entendimiento de las buenas noticias (evangelio significa “buenas noticias” en griego) que es valioso y beneficioso, especialmente, para un pueblo o una etapa de la historia humana.



Ludwig Feuerbach, como filósofo, fue el primer ateo que argumentó la invalidez de la creencia en un poder superior desde su propuesta de la proyección exaltada. Otro ateo, Sigmund Freud, médico y padre de la psicología moderna, tomó sus ideas y construyó una elaborada teoría de la divinidad como la exaltación de las figuras paternas en un ser todopoderoso y superior que llevamos con nosotros hacia la adultez. En otras palabras, según esta mirada, Dios es una proyección glorificada y agrandada de la imagen paterna. Freud argumenta también que esta proyección se construye desde la necesidad del psiquismo de algo superior, puesto que aún está en un estadio inmaduro. Un estadio típico y esperable de la niñez, pero no necesariamente de la adultez. Las personas y sociedades creyentes, dice Freud, están en un estadio inmaduro de su desarrollo.

Tal vez esta crítica de Freud a las creencias sobre la divinidad nos ha hecho un gran favor a los creyentes, ya que nos recuerda que tenemos la tendencia de proyectar en Dios lo propio. Si esto no queda claro, permítanme la pregunta: ¿cómo explicamos las pinturas de Jesucristo con un aspecto escandinavo y europeo, cuando Jesús nació de padres judíos en la Palestina del primer siglo? Tenemos la tendencia y la necesidad de construir mentalmente un Dios que nos es “posible”, uno que, en cierta medida, nos refleja y no nos incomoda tanto. Además, ¿qué podemos decir de la fascinación humana con imágenes, estatuas, tótems y objetos que representan o se transforman en la divinidad misma para quienes los adoran?

Cristo vino a plantear a un Dios imposible e impensable. Puso al mundo religioso incómodo al extremo y tomó por

sorprende a los no creyentes. Cuando oramos y lo hacemos al Dios que “está en el cielo”, recordamos que nuestras ideas de quién es Dios no son Dios. Nos recordamos que nuestras creencias y doctrinas sobre Dios, por más bíblicas que sean, no son Dios mismo. El mapa no es el camino, en otras palabras. Dios está siempre más allá de nosotros, está “en los cielos”, está un paso adelante, está en lo que es aún mejor que lo mejor que hemos entendido sobre él. Y su mayor demostración de quién es se dio a través de una persona, no de creencias e ideas. Se dio a través de Jesús.

En Jesús, los religiosos de la época, los políticos, la gente de a pie, los no creyentes, los militares y las amas de casa, los niños y los ancianos, los ricos y los desposeídos, todos fueron confrontados con un Mesías que cuestionó sus ideas de lo divino para dar lugar a ideas mejores, a un conocimiento en donde había menos proyección de lo propio y más criterio de realidad, para decirlo de alguna manera.

Esa nueva realidad, ese nuevo entendimiento de quién es Dios y de cómo se relaciona con nosotros, era tan buena noticia que se llamó “evangelio”. Porque era mejor que todo lo que se había pensado anteriormente sobre Dios, era la mejor noticia que se podía recibir. Y era tan absurda para la mente humana que no podía ser fruto de una proyección de figuras exaltadas de poder paternal que nos protegen (tal como lo señalaría Freud casi dos milenios más tarde). Lo que vino a contarnos Cristo era la buena noticia de que Dios se había hecho uno de nosotros, que había venido para estar del lado de los humildes, los malditos, los despreciados, los endemoniados y enfermos; que había irrumpido en nuestra historia para

que entendiéramos que todo lo que habíamos pensado sobre Dios anteriormente, por más bueno que fuera, no alcanzaba a describir el amor poderoso y revolucionario de Jesús. La historia de un Dios que “está en el cielo”, pero “que habitó entre nosotros y vimos su gloria”<sup>27</sup> destruye toda proyección. Es una locura que solo el cristianismo decide creer. Y la lleva al extremo cuando cree en un Dios que termina desnudo, torturado y asesinado. Y que produce un grupo de seguidores que encuentran que no hay mejor momento para representar el poder de su Dios que el de su propia muerte. Esto es absolutamente insólito, ilógico y sorprendente.

Jesús enseña a orar recordando que nuestro Padre “está en el cielo”, mucho más allá de todas nuestras ideas y mejores sueños. Y que, a la vez, está tan cerca como el que va a la Cruz y muere por sus amigos<sup>28</sup>.

Jesús es un proyectil atómico dirigido a todas las proyecciones exaltadas de la divinidad que nuestro psiquismo gusta de producir para crearnos cierta falsa seguridad. Jesús es un terremoto a la lógica. Es el Señor de los que buscan un salvador, un amigo, un Dios que sea mucho mejor que sus más espectaculares sueños. Jesús demuele la grandeza de los césares al mostrar el poder que tiene el Reino que él crea en esta tierra, con un grupo de doce hombres comunes y desarmados. El poder romano pasaría a ser parte de la historia, el amor de Cristo sobreviviría a todos los embates, ataques y batallas. Se

---

27. Juan 1:14.

28. Ver Juan 15:13-17.

volvería invencible, resucitando una y otra vez como en aquel domingo luego de la terrible crucifixión. La Cruz propone un completo sinsentido. Quien es abusado, maltratado y muerto sobre una cruz no es el niño, el inmigrante, la menor de edad o el pobre, sino el ser más poderoso del universo: es el mismo Dios. No hay lógica que pueda sostener que un grupo que cree en semejante cosa tenga algún futuro.

Tal vez algo de esto entendió un pequeño movimiento dentro de la Iglesia Ortodoxa Rusa del Este, llamado *Dyrniki* (que en ruso significa “iglesia del vacío”). En sus iglesias no tienen imágenes o iconos, sino que adoran a través del hueco que dejaron los ataques que, durante la guerra, sufrieron sus templos. A través de esos huecos, miran hacia el este mientras hacen sus oraciones, porque entienden que a Dios no hay cómo representarlo, que siempre está más allá de cualquier representación que podamos concebir o proyectar. Que es mejor mirar al espacio vacío que al lleno de nuestras creaciones, porque estas últimas nunca le hacen justicia.

Tal vez hayan entendido que misterio no significa ausencia de sentido, sino la presencia de un sentido que todavía no alcanzamos a comprender<sup>29</sup>. Un sentido que por ahora está más allá de nuestra lógica. Felizmente, más allá de los mejores sueños que podamos tener. Está “en los cielos”.

---

29. Esta es la definición de misterio que da Eugene Peterson, fallecido el 22 de octubre de 2018. Peterson fue traductor y escritor de la Biblia en su versión parafraseada *The Message*.

## **Ateísmo saludable**

Hay ideas tan negativas sobre la divinidad que encontrar en el consultorio personas que han decidido ir apasionadamente en contra de todas ellas me resulta alentador. Creo que las personas que, ante tanto negativo sobre la divinidad, han decidido rechazar esos conceptos por completo, han elegido un camino positivo.

Si por alguna razón estás leyendo este libro y te denominas agnóstico o ateo, la oración del Padre Nuestro tiene una línea especialmente direccionada a los que encuentran muy difícil creer en Dios. Ese Dios del que habla la gente con la que sientes que no puedes tener absolutamente nada en común cuando de lo espiritual se trata. Y que, sin embargo, todavía te interesa buscar. Ese del que otros dicen que ama incondicionalmente, pero al que luego le obedecen por miedo. Ese que parece haber creado nuestra capacidad para pensar, pero que no quiere que la utilicemos (quienes defienden esta idea, a esa supresión de toda inteligencia llaman fe). Ese que parece que no aparece cuando abunda el sufrimiento mientras se dice que tiene todo el poder en el universo para hacer lo que quiera. Ese que es famoso por castigar y por estar muy interesado en reprimir y suspender todo intento de alcanzar el placer.

La lista es larga, pero “ese” no es el Dios del Padre Nuestro. Dios está “en los cielos”, muy lejos y muy por encima de todas estas ideas. Y la única forma de conocerlo es teniendo una relación personal con quien siempre está a favor nuestro y un paso adelante de nuestros mejores sueños.

Quiero darle un abrazo a todos los que están leyendo y, en algún lugar del corazón, son ateos parciales y no aceptan todo lo que su religión, iglesia o líder dice sobre Dios. Aquellos rebeldes con causa, quienes lejos de querer hacer ruido con su rebeldía, siguen rebelándose y siguen buscando a un Dios que siempre es mejor de lo que hasta ahora entendieron.

Avancemos desconfiando de todo lo que nos hace ruido y con fe absoluta en que Dios es inmensamente mejor. Tiene que haber algo mejor. Te espero en el próximo capítulo para, juntos, seguir adelante con la búsqueda.