

# Resumen

**T**ras haber “espigado” *Caricias* en la **Biblia Hebrea**, interesa “espigarlas” también en la **Biblia Cristiana**: ese compendio de Libros escritos sobre el Mensaje y la vida de Jesús de Nazaret al que presentan como “*muerto, resucitado y proclamado hasta el confín de la tierra*” (Hch 1,8; 1 Cor 15,3-11).

Se trata de descubrir, en esos Libros, *si acarició Jesús* en su Mensaje y en su vida; y de ser así, si lo hizo *positiva o negativamente*, y cómo. También, *si recibió caricias positivas o negativas* de otros; y, en ese caso, *si las aceptó o las rechazó*.

*Si pidió caricias o no*,  
y qué clase de caricias, y a quién o a quiénes.

*Y si se dio caricias a sí mismo*,  
es decir, si hizo conscientes y reconoció ante los demás sus propias cualidades,  
tanto en el ser como en el actuar.

Sin olvidar, antes teniendo *muy presente* la actitud del judío *Jesús de Nazaret* ante las *Caricias* de la **Biblia Hebrea**, así como las posibles repercusiones e influencia en él de dichas *Caricias*.

Tal será el objeto de este libro.

# Prólogo

María Pilar de la Figuera nos ofrece la segunda parte de su precioso libro *Acariciar, ¿prohibido por Dios?*, publicado el 2001 también en Verbo Divino.

Después de licenciarse en Psicología en la *Universidad Complutense de Madrid*, completó su formación con el *Análisis Transaccional* y en la escuela de la vida. Ha avalado empíricamente sus estudios como psicóloga clínica de alumnos de BUP y COU y sus familias.

Ha cultivado la poesía litúrgica con mucha inspiración bíblica. Ha colaborado con compositores franceses y españoles, para quienes ha compuesto textos que hoy son cantados de memoria, sin apenas recordar que fue María Pilar quien compuso los textos de estas canciones.

Nos invita, en este nuevo libro, a continuar un viaje que resultó maravilloso en la primera singladura por el ancho mundo de la Biblia (Biblia Hebrea). La autora usa como clave de lectura las caricias y como carta de navegación el *Análisis Transaccional*, siguiendo la tradición humanista del psiquiatra canadiense E. Berne. La lectura del libro resulta tan agradable como una conversación entre amigos. Destila profundidad, sencillez, respeto y calidad.

La Biblia es el gran *best-seller* del mundo entero desde hace más de 2.000 años. La Biblia es un mundo

literario que suscita curiosidad. Es un documento de una experiencia histórica, de una civilización antigua, de una religión entre otras. Es también la referencia de la fe religiosa para muchos. Vale la pena conocerla y leerla, porque la Biblia ha formado decisivamente el lenguaje y los conceptos culturales de gran parte de la humanidad: judaísmo, cristianismo e islam. Incluso el marxismo y el psicoanálisis citan la Biblia.

Psicología y Biblia han estado siempre en diálogo. Los estudios de psicología aportan a la exégesis bíblica un enriquecimiento, porque gracias a ella, los textos de la Biblia pueden ser mejor comprendidos en cuanto experiencias de vida y reglas de comportamiento individual y colectivo.

María Pilar está cautivada por la riqueza y profundidad de la Biblia.

En su primer libro, se despedía invitándonos a proseguir el viaje. Nos esperaba en Galilea, en la ribera norte del Lago Genesaret.

Durante la singladura de la primera parte del viaje, María Pilar “espigó” las *caricias* en la Biblia Hebrea (que comparten judíos y cristianos) para que comprobásemos su cualidad y calidad, y su riqueza nutricional.

A partir de su experiencia personal y tras muchos años ejerciendo de psicóloga clínica ha estudiado los fundamentos psicológicos de las *caricias*.

En este nuevo libro nos conduce, con mano maestra, a la segunda parte del viaje: una nueva singladura, ahora por los libros estrella de la Biblia Cristiana: los *Evangelios*.

Nos invita, ahora, a **recibir** una generosa lluvia de *caricias*.

A todos los autores de estos libros la autora les pregunta:

¿Acaricia Dios?

¿Acarició Jesús?

¿Acariciaron los apóstoles y los primeros cristianos?

Jesús es la caricia del Padre a los hombres y mujeres.

Su evangelio, un cúmulo de caricias positivas que extienden el amor de Dios Padre-Madre sobre la humanidad y ayudan a superar todas las caricias negativas, como la enfermedad, que nos bloquean y no nos dejan sentirnos personas.

Al acabar este segundo libro podremos deducir con María Pilar *que acariciar está* no sólo permitido, sino *mandado* por Jesús: el único mandamiento que nos ha dado es que nos amásemos los unos a los otros con la caricia-amor, con que él nos ha amado (Jn 15,12).

La autora ha leído la Biblia Cristiana (el Nuevo Testamento) tomando, otra vez, como clave hermenéutica la naturaleza de las *caricias*.

Éste es el resultado:

una apasionante aventura plasmada en este sugestivo libro, que nos estimulará a vivir unas mejores relaciones humanas al sentirnos queridos.

*Ignasi Ricart Fàbregas*

## Interludio II

Desde esta ribera norte del lago de Genesaret,  
te invito a seguir adentrándonos en esa  
historia que es más hermosa que un cuento de hadas,  
y de un mayor dramatismo que una tragedia griega.

No te estoy hablando de un relato fantástico, sino de  
todo un *Acontecer* que  
—ya te lo dije— es tan real como la vida misma,  
tan cierto como la misma muerte,  
y tan auténtico como la luz del sol.

Para ello, te propongo **abrir** ahora la **Biblia Cristiana**,  
donde vamos a encontrar la cumbre de ese drama  
y de esa belleza con la ayuda, como antes, de la sutil  
y joven luz de la *Psicología*;  
que tendrá que estar aquí bien ajustada porque,  
junto a la grandeza de las mayores cumbres de  
*Caricias Positivas*, encontraremos el vértigo  
de los más profundos abismos de *Caricias Negativas*...

Por eso, al llegar a la ribera de este lago te pregunto:

¿de dónde procedes?

¿de qué rincón de este planeta?...

¿de qué pueblo?...

¿de qué País?...

Y te lo pregunto porque, si no vienes del *País de las Caricias*, sería conveniente que lo visitaras, a fin de ir bien preparado/bien preparada:

en el primer volumen de este libro<sup>1</sup> (caps. 1 y 2) serás bienvenido/bienvenida a él.

Anda, date una vueltecilla por allí, que aquí te espero para **abrir** los **Libros** de la **Biblia Cristiana**...

Claro, que... tal vez no tengas ese libro!<sup>2</sup>

Por eso, y por si acaso, te resumiré brevísimamente lo que podrías encontrar en él:

que Eric Berne (1910-1970), psiquiatra canadiense, llamó *caricia* a todo hecho o dicho que implique el reconocimiento de la presencia de otro:

*positiva o negativamente,*  
ya que no hay cosa peor que la indiferencia.

Que podemos *dar caricias* (palabras o acciones), *aceptarlas, rechazarlas, pedir las...* Pero nunca prescindir de ellas:

porque son como un *alimento psíquico*  
(un **psicotrófico**), indispensable para el desarrollo  
y la supervivencia emocional.

Que las *caricias*, tanto físicas como psíquicas, pueden ser *positivas* si invitan a sentirse bien y son psíquicamente constructivas;

<sup>1</sup>De la Figuera López, M.P. (2001). **Acariciar, ¿prohibido por Dios?** Estella: Verbo Divino.

<sup>2</sup>**Licencia de puntuación** = libre utilización de los signos de admiración, en todo este libro.

o *negativas*, si invitan a sentirse mal, y destruyen psíquicamente.

Y tanto *positivas* como *negativas* podrán ser, a su vez, *incondicionales* o *condicionales*:

*incondicionales*, si se dan por el ser, por lo que se es, sin mediar condición alguna:

*condicionales*, por lo que se hace, bien o mal;  
puede decirse de ellas que nos proporcionan un control de calidad de nuestra conducta.

Pues bien, todas estas caricias suelen regirse por unas Leyes no escritas, una especie de acuerdos tácitos anclados en la base de nuestra conducta, y que un buen día identificó Claude Steiner (1980, pág. 393):

- *Da las caricias positivas que quieras.*
- *Acepta las caricias positivas que te gusten.*
- *No aceptes las caricias que te desagraden.*
- *Pide las caricias positivas que quieras.*
- *Date a ti mismo, a ti misma, caricias positivas.*

Estas Leyes son lo natural, lo sano. Son las *Leyes de Abundancia de Caricias*, con ellas nacemos y pueden observarse, espontáneamente, en los niños de cero a cinco años.

Son las que rigen en el *País de las Caricias*, pero no fuera de ese País, ya que existen otros acuerdos sociales tácitos: las *Leyes de Restricción de Caricias*, o *Leyes Restrictivas*

identificadas también por Steiner (pág. 179) y fácilmente comprobables en el comportamiento de cualquier persona:

- *No des caricias positivas a los demás.*
- *No aceptes caricias positivas de nadie.*
- *No rechaces las caricias que no te gusten.*
- *No pidas caricias positivas.*
- *No te des caricias positivas a ti mismo, a ti misma.*

Seguro que estas *Leyes* nos parecen más lógicas a todos.

Y sin embargo, son antinaturales.

*Son tóxicas, y nunca son inofensivas.*

Como ya expliqué hace unos años (De la Figuera, 1990) apelando a la condición de alimento psíquico de las caricias, “*si formulamos estas Leyes en términos de nutrición, mostrarán claramente la gravedad de sus consecuencias:*

- **No invites a comer a nadie,**  
*aunque lo veas con hambre.*
- **No aceptes invitaciones para comer,**  
*por mucho que lo necesites.*
- **Come lo que te pongan:**  
**no digas nunca ‘no quiero esto’,**  
*aunque te repugne y te siente mal.*
- **No pidas nunca de comer,**  
**ni digas que tienes hambre.**
- **No comas si otro no te da de comer,**  
*no te alimentes por ti mismo, por ti misma”* (pág. 30).

Por causa de estas Leyes, padecemos socialmente el **tabú de la ternura**.

Y se destroza la convivencia.

Pero no sólo eso:

lo más serio es que, además, estas Leyes pueden llegar a ser malignas y escalar la violencia, llegando a la amenaza, la crueldad e incluso el asesinato.

**Motivo:**

***sentir como una amenaza las caricias positivas.***

Según qué o quiénes se sientan amenazados por ellas, las considerarán socialmente peligrosas ya que según cómo, y dónde, *pueden hacer tambalearse los cimientos de toda una sociedad.*

Te sugiero que mantengas muy firme en tu mente esta afirmación.

Ahora bien,

aunque nos hayan educado así, no podemos decir que estemos indefensos ante esas Leyes: porque nunca han podido anular a la naturaleza humana, que es fundamentalmente cálida y afectuosa.

Y todos podemos reaccionar contra ellas:

con mayor o menor esfuerzo, no te lo niego.

Pero poder, se puede.

De hecho,

**en el País de las Caricias**

**no se aceptan estas Leyes Restrictivas!!...**

Y ya sólo querría resumirte en qué consiste la *cumbre de las caricias*, las máximas caricias –indirectas y directas– que pueden existir, tanto *positivas* como *negativas*.

### Máxima Caricia Indirecta

- *Positiva:*  
acariciar/cuidar de las personas más amadas por otro.
- *Negativa:*  
no aceptar este encargo, amenazar o hacer daño a esas personas, o permitir que alguien se lo haga.

### Máxima Caricia Directa

- *Negativa:* quitar la vida.  
De golpe: matar.  
O poco a poco: torturar, martirizar...
- *Positiva:* dar la vida por otro.

Y cabe preguntarse:

*¿qué es dar la vida?*

Pues abarca todo un abanico de posibilidades:

desde la inefable magnitud de *dejarse matar en favor de otros*,  
hasta la cotidianidad de *poner al servicio de otro u otros la vida que a cada uno le toca vivir*.

Y ya no te explico más!

Si quieres saber más cosas sobre este tema,  
hazme caso, date una vueltecilla por el  
*País de las Caricias...*