

## RAFAEL DOMINGO: «ESPIRITUALIZARSE CONSISTE EN VERSE A UNO MISMO DESDE EL ALMA»



Espiritualizarse, el nuevo libro de Rafael Domingo y Gonzalo Rodríguez-Fraile, busca ayudar a las personas a resolver conflictos internos y alcanzar la paz, ofreciendo herramientas universales basadas en la espiritualidad.

Javier García · 10 de diciembre de 2024 ·

Rafael Domingo, catedrático y autor de más de 30 libros, y Gonzalo Rodríguez-Fraile, empresario afincado en Estados Unidos y MBA de Harvard, acaban de publicar el libro «Espiritualizarse» (Rialp). El libro pretende ayudar a la gente a resolver conflictos y vivir en paz en una época marcada por el sufrimiento personal y la falta de felicidad. El libro está destinado a todo tipo de personas, con independencia de su religión, creencia y cultura. Los autores piensan de modo diferente sobre cuestiones religiosas y antropológicas de cierto calado, pero sí están de acuerdo en todo cuanto dicen en este libro.

Entrevistamos a Rafael Domingo sobre el libro.

### ¿Qué motivó la escritura de «Espiritualizarse»?

El libro es resultado de diez años de conversación ininterrumpida entre el conocido empresario Gonzalo Rodríguez-Fraile y yo. Es el fruto de un diálogo sincero que fluyó de manera espontánea cuando nos conocimos en febrero de 2014, en Miami, a través de un buen amigo común. Al hecho de ser ambos españoles y haber vivido muchos años en los Estados Unidos se unía un ardiente deseo de buscar la verdad, así como de ayudar a los demás a resolver sus conflictos y hallar la paz interior. Nuestro diálogo fue muy enriquecedor para los dos. Nada más lejano a cada uno de nosotros que pretender tener la razón, y menos todavía tratar de imponerla.

## **¿Cuál es la finalidad de este libro?**

El libro aporta un marco general para alcanzar la paz interna y propone distintas herramientas para resolver con destreza los conflictos que nos generamos en nuestra mente. Unas veces es por falta de comprensión. Otras, por una gestión ineficiente del conflicto.

## **¿Póngame un ejemplo de falta de comprensión?**

No distinguir la mente del alma es una fuente de conflictos, por ejemplo, pues impide trascender el límite de lo mental, que es en todo caso contextual. Para vivir en paz, hay que aprender a vivir desde el alma, no desde la mente. Otro ejemplo es pensar que el ego puede desaparecer o debe ser controlado, cuando, en realidad, debe ser trascendido. Las implicaciones prácticas de estos ejemplos son muchas e importantes. Si una mosca se mete en tu habitación puedes perseguirla, con el estrés que genera, o sencillamente abrir la ventana. Con el ego, sucede algo parecido. Hay que aprender a gestionarlo.

## **¿En qué consiste «espiritualizarse»?**

Espiritualizarse consiste precisamente en eso: en verse a uno mismo desde el alma. El alma es la hoguera del ser humano, que calienta e ilumina los restantes centros operativos. Desde la atalaya del alma, se puede resolver cualquier conflicto generado en un centro operativo inferior por complicado que parezca. Los conflictos instintivos no se solucionan en el instinto, sino trascendiendo el instinto. Los conflictos emocionales no se pacifican con emociones, sino trascendiendo las emociones; los conflictos sentimentales no se apaciguan en el ámbito mental, sino fundamentalmente en el alma, purificando la intención. El alma debe ser la torre de control del ser humano, que irradia paz, armonía y luz a todos los cuerpos inferiores. Para no obstruir esa labor hay que trascender el ego.

## **Pero entonces, se trata de un libro a contracorriente**

Totalmente, y políticamente incorrecto: hace presente lo espiritual en un mundo centrado en la materia; habla de Dios en una sociedad posmoderna, y afirma sin tapujos que, para alcanzar la paz, el ser humano debe verse más desde la cima de su alma que desde el valle de su cuerpo.

## **Estamos en un mundo en el que se habla mucho de la espiritualidad sin religión, de la espiritualidad sin Dios, etc. ¿Vuestro libro va por ahí?**

Espiritualidad es una palabra inventada por los cristianos, en el siglo II, como necesaria para seguir a Cristo, para unirse a Dios. Parece que ahora muchos cristianos le tienen miedo, como si lo espiritual perteneciese a las religiones orientales. De la misma manera que hay una moral natural, hay también una espiritualidad natural, que nos lleva a buscar la unión con Dios y lo divino, con el universo, con los demás y nosotros mismos. Lo que tratamos de hacer en este libro es buscar puntos de encuentro de validez universal que contribuyan al crecimiento espiritual de las personas y que no requieran de la fe revelada. No se trata de contraponer la religión a la espiritualidad, sino de estudiar a fondo la espiritualidad como fenómeno único y unitivo.

## **Pero entonces ¿espiritualidad y religión no son lo mismo?**

Prueba de que no son lo mismo es que las religiones pueden y deben espiritualizarse. Es más espiritual una religión que promueve el amor que una que promueve solo la aplicación de la justicia divina, o una que fomenta el perdón incondicionalmente que otra que solo lo exige en ciertos casos y circunstancias. En mi opinión, el cristianismo es la religión más espiritual, y, en el fondo, en ella, espiritualidad y religión se funden. Pero conceptualmente la espiritualidad y la religión son diferenciables, como la moralidad y la religión o la liturgia y la religión. La espiritualidad está muy ligada a la pureza de intención; la religión, en cambio, se relaciona más con lo institucional, lo cultural.

## Todo esto suena a sincretismo y relativismo religioso, ¿va por ahí encaminada su propuesta?

Aunque en este punto los autores discrepamos, ni mucho menos pensamos que todas las religiones sean iguales, pero sí señalamos que en muchas de ellas hay perspectivas antropológicas y cósmicas acertadas para el desarrollo humano. Una religión que no aporta, no aguanta siglos y siglos. Por otra parte, en mi opinión, decir que el cristianismo es una religión es un reduccionismo, como decir que el ser humano es un animal pensante. Para mí, y tal y como se entiende hoy en día el concepto de religión, el cristianismo es mucho más que una religión. Jesucristo fundó una Iglesia, que es ni más ni menos que su Cuerpo Místico. Ser cristiano no es pertenecer a una religión sino es vivir en el Cuerpo Místico de Cristo, en perfecta unión con el Padre por el amor del Espíritu Santo.

## ¿El hombre sigue necesitando a Dios?

Sí, claro. Todo ser humano necesita a Dios. Pero sobre todo a un Dios que es Amor, como el Dios cristiano, no a un dios montado por la mente humana a modo de idea o concepto. Menos todavía a una caricatura de dios, como tantas personas (a veces católicas) se han formado. Donde hay amor, está Dios, le gustaba repetir a Teresa de Calcuta. Por eso, una persona que ama, por más que mentalmente niegue a Dios y argumente y proclame a los cuatro vientos su inexistencia, en realidad, no es atea. Sencillamente no ha encontrado todavía a Dios con su razón o no ha recibido el don de la fe. Para esa persona, Dios es el gran Desconocido. Pero en el fondo de su alma puede estar amando, sin saberlo, a ese Dios Desconocido. Y los cristianos sabemos que ese Dios Desconocido le está amando infinitamente desde toda la eternidad.



## ¿Cómo compatibilizar la existencia de Dios con la existencia del mal?

Esa es la pregunta del millón. Me está pidiendo que resuelva el misterio de la iniquidad en unas frases. Lo que sí puedo decir es que, con gran facilidad, se cae en el dualismo de oponer el mal al bien, como si se tratase de dos principios que gobiernan el mundo, siguiendo el principio maniqueo. Sin embargo, el mal no se opone al bien, como la oscuridad no se opone a la luz. El mal es la ausencia de bien, como la oscuridad es la ausencia de luz, pero no su opuesto. Dios, como Bien Supremo que es, no ha podido crear el mal, sino tan solo el bien; como tampoco ha creado la oscuridad, sino tan solo la luz. Un Dios capaz de crear el mal no sería Dios sino un falso dios. Y si el mal no ha sido creado en sentido propio, entonces no tiene existencia por sí mismo, carece de sustantividad propia. Los clásicos decían que el mal no es sustancia, sino corrupción de sustancia, «corrupción del bien».

## Aterrice, por favor

Existe el agua, no la ausencia de agua. Pero la ausencia del agua debida en un cuerpo humano, es decir, la deshidratación, genera múltiples daños corporales o la muerte. Del mismo modo, podemos decir que existe el bien, no la ausencia de bien (que llamamos mal). Pero la carencia del bien debido produce daños, ya sean físicos, mentales o espirituales. Así, por ejemplo, la ausencia de trato con la pareja produce distanciamiento y ruptura; la ausencia de perdón en las relaciones sociales genera tensión emocional y social. El rechazo del bien es posible porque somos libres. Dios ha querido correr el riesgo de nuestra libertad. Yo suelo poner el ejemplo del matrimonio y preguntar a los esposos: ¿Qué prefieres casarte con alguien que tenga libertad para abandonarte o con una persona que no la tenga (si esto fuera posible)? Todos me suelen decir que con una que pueda abandonarles libremente. La razón es clara: si

no tuviera libertad para abandonar no podría amar libremente, es decir, con verdadero amor. Lo mismo sucede con el mal. Dios quiere que le amemos porque nos da la gana, es decir, con todas las veras de nuestro corazón. Por eso, el mal, es decir, el rechazo del Bien, es posible. A Dios le tenemos que agradecer a diario el don de la libertad, que nos permite amarle con todo nuestro ser.

### **¿Pero en este libro se habla de todo?**

Al hablar desde el alma se pueden establecer conexiones a las que no estamos acostumbrados. Nuestro libro no es de antropología, ni de psicología, ni de teología, ni de filosofía, ni de física, ni de «management», ni de autoayuda, por más que algo tenga de todo ello y que en nuestra conversación como autores hayamos debatido libros de todas esas ramas del conocimiento. La espiritualidad unifica las ciencias y, a través de la contemplación, da alas al conocimiento, que transforma en sabiduría. No sorprende que la relación entre física cuántica y espiritualidad, derecho y espiritualidad, salud y espiritualidad, empresa y espiritualidad estén siendo objeto de estudio en universidades de prestigio mundial.

### **¿Alguna sugerencia para leer el libro?**

Los capítulos centrales son el segundo, sobre la multidimensionalidad del ser humano, y el cuarto, sobre los conflictos internos. El primer capítulo es algo más arduo, pero su comprensión es necesaria porque explica la unidad de la realidad y la importancia de aceptarla. El capítulo tercero, sobre valores espirituales, es de fácil lectura y el quinto, sobre los conflictos sociales, conecta la espiritualidad con el derecho, la política, la inteligencia artificial, etc. La espiritualidad lo toca todo. Y esto queda más que probado. Una política, una empresaria, un profesor, un conductor de Uber espiritualmente elevado se comporta de una forma diferente que uno que vive a ras de suelo. Por eso se vive mucho mejor, con más paz, en una sociedad espiritualizada que en una individualista materializada.