

# Pablo d'Ors: «El bienestar es una tentación»

PILAR GÓMEZ RODRÍGUEZ

## AVANCE

Las emociones no deben ser reprimidas. «Pero tampoco deben sacarse sin más, so pena de ir sembrando el patio de cadáveres». Es este un punto importante que normalmente no se enseña, afirma Pablo d'Ors en esta entrevista. En el proceso de aprendizaje sobre uno mismo, el más importante, ayuda la meditación, que «no arregla por sí misma la vida de nadie, al igual que la pareja tampoco arregla la vida de nadie. Meditación y pareja, por seguir con esta correlación, son medios para la consecución de un fin, pero sin amor, sin insuflar espíritu a esa meditación o a esa relación de pareja, no hay nada que hacer. La meditación no es solo una terapia, es una mística». Contribuye a reconciliar la «dimensión psicofísica», abre a «lo trascendente, al fondo sagrado que hay en cada ser humano».

El autor de *Biografía de una luz* destaca que allí donde termina el trabajo emocional o psicológico, empieza el espiritual. «Si lo psicológico no está saneado, es fácil que lo espiritual se convierta en una tapadera. Uno no medita para sentirse bien, sino para encontrarse con uno mismo, y en ese proceso se encuentran muchas cosas que no gustan».

Su punto de vista sobre las relaciones humanas llama la atención: «Somos responsables de casi todo. Si estalla la guerra en Ucrania, yo debo preguntarme: ¿en qué he fallado? Esa pregunta es siempre más interesante y necesaria que preguntarse en qué han fallado los políticos o quien quiera que sea. Si en los corazones de todo el mundo hubiera paz, sencillamente no habría guerras. Vivimos lo que nos corresponde, porque hemos de aprender esa lección. Si estuviera ya aprendida, no la viviríamos».



© Amaya Aznar

Si no salimos de nuestra zona de confort, de nuestro bienestar, «no creceremos como personas y el camino espiritual será sencillamente inviable». Abundando en lo que los filósofos llaman «vida lograda», subraya: «Más que estar bien, nuestra meta debería apuntar a ser lo que somos: eso es lo que nos hará estar realmente bien, aunque haya muchos momentos en el camino que no serán nada agradables».

En opinión de d'Ors, «nuestra resistencia al sufrimiento es resistencia a la vida. En cuanto dejamos de resistirnos, empezamos a vivir y el sufrimiento deja de tener ese veneno tan devastador que le caracteriza». Como ya señaló Pablo de Tarso para el caso de los atletas, concluye: «Cualquier camino serio, el de los atletas, el de los ascetas, el de los verdaderos artistas y escritores, comporta una disciplina que, se quiera o no, incide dolorosamente en el cuerpo. Llamamos masoquismo a lo que es, simplemente –y no parece tan simple–, capacidad de sacrificio. Hay momentos en que entregarse duele, no todo es tan *soft* como a muchos les gustaría».

Leer la entrevista

