



COMPRA ONLINE  
EN **PPC-EDITORIAL.ES**

# SIGNOS DE UNA PRESENCIA

*Mística diaria*

Josep F. Mària i Serrano, SJ



PPC  


Diseño: Pablo Núñez / Estudio SM

© 2019, Josep M. Mària i Serrano  
© 2019, PPC, Editorial y Distribuidora, S.A.  
Impresores, 2  
Parque Empresarial Prado del Espino  
28660 Boadilla del Monte (Madrid)  
ppccedit@ppc-editorial.com  
www.ppc-editorial.es

ISBN 978-84-288-3429-2

Depósito legal: M 22424-2019

Impreso en la UE / *Printed in EU*

*Queda prohibida, salvo excepción prevista en la Ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de su propiedad intelectual. La infracción de los derechos de difusión de la obra puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y ss. del Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos vela por el respeto de los citados derechos.*

## INTRODUCCIÓN

A veces la vida diaria me invita a la profundidad: a acceder al interior de mí mismo y al interior de la realidad. En efecto, muchas vivencias que *me pasan* en el día a día también *se me pasan*: se me olvidan, no dejan rastro. Pero otras no se me pasan, porque dejan dentro un signo vivo: algo pequeño y cálido que resiste al olvido y se agita dentro de mí en forma de tristeza o de alegría persistentes. Esta agitación va retornando de vez en cuando, urgiéndome a *tomar cartas en el asunto*.

En el caso de algunas de estas vivencias persistentes, *tomar cartas en el asunto* se ha concretado en describirlas, conectarlas con otras vivencias, buscar palabras de otros para nombrarlas. Es así como lentamente los signos vivos crecen, renovando mis relaciones con la gente, con el mundo y con la Realidad última –el Misterio de todo lo que vivimos–.

En este proceso de crecimiento llega un momento en que presiento que el relato puede ayudar a la gente a vivir con más profundidad. Que les invitará a pacificar e iluminar sus relaciones con la comunidad humana, con el mundo, con una Presencia hacia la que apunta. La vivencia persistente se ha convertido en *signo de una Presencia* escondida en la vida. Entonces doy por terminado el relato y se lo mando a amigos y conocidos

–por correo electrónico o a través de alguna red social–. Luego pongo atención a sus ecos.

Este libro es un compendio de signos de una Presencia, instrumentos de mística diaria. Cada breve capítulo suele comenzar con la vivencia: un episodio de la vida de una persona, un lugar, un gesto, una práctica de espiritualidad, un problema práctico... Sigue una reflexión que busca conexiones con otras vivencias o con ideas provenientes de las ciencias humanas y sociales. En un tercer momento procuro conectar el núcleo de la vivencia con citas breves de tradiciones humanistas o religiosas, a fin de que ilumine varios campos de experiencia. El capítulo se cierra con preguntas: para que el signo invite a los lectores a un ejercicio de mística diaria que les inspire sus propias vivencias.

Estos relatos han sido elaborados a lo largo de los años 2014 a 2018, en diálogo con amigos y conocidos, que los han leído y comentado amablemente. Y en diálogo con una Presencia a la que insisto en ofrecerme para que haga mi vida fecunda. Por ello, espero que el libro sea útil e inspirador para toda la gente que busca la profundidad de la vida: una mística diaria, al margen de las conclusiones intelectuales a las que hayan llegado en relación con la Realidad última, el Misterio o la Presencia como raíz última de lo que vivimos.

He decidido respetar el orden cronológico de los textos enviados para no romper su hilo conductor: lo

que me ha ido pasando y no se me ha pasado durante este tiempo. Es ilustrativo notar que «Mística diaria» es el título del capítulo 19. Pero, además, el capítulo 1 («*Bereshit*») remite a los lectores a la mañana, y el capítulo 70 («Puesta de sol») al atardecer. El libro, pues, se puede leer como un día de setenta momentos. *Mística diaria* o la gozosa densidad del tiempo.

En todo caso, el orden temporal se complementa con un índice temático, a fin de que los lectores puedan profundizar en temas que abarcan más de un capítulo: amistad-bondad, atención profunda, comunicación, confianza, cultivo de la interioridad, decisiones, educación, experiencia de Dios, gratitud, inacción, justicia social, servicio, sufrimiento-muerte.

Me queda finalmente dar las gracias a tantas personas cuyas vidas han constituido signos para mí; y a las mujeres y los hombres que se han hecho eco de estos signos.

Sant Cugat del Vallès,  
abril de 2019

*BERESHIT*

Cuando nos encontramos «en medio del camino de la vida» (Dante), podemos pasar por épocas en que, casi imperceptiblemente, la energía vital decae. Algunas expresiones que describen estas épocas son: «Pasan las ilusiones», «sensación cada vez más evidente de los límites de la propia energía», «la existencia adquiere el carácter de lo conocido», «en todo se hace perceptible la rutina», «cada vez aparece más la mezquindad de la vida», «cada vez se debilitan más las promesas de la juventud», «la persona sigue haciendo lo necesario solo de manera mecánica, porque tiene que vivir» (R. Guardini). Y esto ocurre tanto a quienes hacen pocas cosas como a los que hacen muchas; tanto a los que han fracasado como a los que han tenido éxito. Y es que, en el fondo, el sentido de la vida no lo concede el hacer cosas, sino «la fuerza de la experiencia perceptiva» (R. Guardini): es decir, la capacidad de percibir la vida con profundidad.

Al descubrir síntomas de debilidad de la experiencia perceptiva, de pérdida de profundidad de la vida, puede ir bien plantearse una excursión interior guiada por *Bereshit*. *Bereshit* no es una marca comercial. Es la primera palabra de la Biblia hebrea y significa «al prin-

cipio». «Al principio creó Dios el cielo y la tierra» (Gn 1,1). De hecho, el principio hacia el que nos dirigimos en nuestra excursión no se encuentra tiempo atrás, sino realidad adentro.

Y para entrar realidad adentro, lo primero que sugiere *Bereshit* es que suspendamos la palabra. En efecto, la primera palabra de la Biblia comienza por la letra *bet*: la segunda del alfabeto hebreo, detrás de *álef*. Esto sugiere que la Realidad profunda se encuentra antes de las palabras; y que, si queremos hacer una excursión hacia dicha Realidad, no podremos acceder a ella con palabras. Al principio existe la admiración silenciosa por la maravilla de la vida. Después ya vendrán las palabras: es decir, el conocimiento, las razones, los proyectos, los deseos, las estrategias y las luchas. Pero, de entrada, al principio, debería haber el quedarse boquiabierto ante el mundo tal como es, ante mí y ante los demás tal como somos. Debería haber el gozo y la gratitud fundamentales ante la vida.

*Bereshit* puede ser cada mañana. Al comenzar el día, antes de hablar, desarrollar ideas y proyectos, buscar razones y diseñar estrategias, puedo hacer silencio. Quizá he de empezar el día mirando serenamente el espacio que habito, maravillándome de la gente con quien vivo, agradeciendo el aire que respiro, la ducha que me vigoriza, el desayuno que me refuerza, la naturaleza que me rodea, el silencio de casa o el ruido de la calle... Y este principio silencioso desenmascarará des-

pués ciertos hábitos, ciertas rutinas, ciertos escepticismos, que se me han pegado. Sacudirá el agobio ante la mezquindad propia y ajena, y hará brotar la esperanza de la generosidad.

*Bereshit* puede ser también cada principio. En cada nueva situación, en cada nueva actividad, el silencio y la maravilla pueden preceder a la acción, a las palabras, a las intenciones. El silencio y la maravilla nos prepararán para apreciar la amplitud infinita de la realidad que se me presenta, para descubrir posibilidades que se me escondían, para escuchar profundamente a los demás y para construir una respuesta común enriquecida con las aportaciones de todos.

Y, finalmente, *Bereshit* no debería depender de mis estados de ánimo, de mi salud o del tiempo que hace. *Bereshit* en todo tiempo: «Tanto si me llena el gozo como si me vacía la tristeza», «en la riqueza y en la pobreza, en la salud y en la enfermedad, todos los días de la vida». Porque la admiración inefable ante la vida se nos puede manifestar en cualquier situación y estado de ánimo: incluso en los aparentemente más desesperados. Esta es la gracia.

\* \* \*

Mis palabras tienen un antepasado, mis actos tienen un soberano. Puesto que nadie comprende esto, nadie me comprende a mí. Si son pocos los que me compren-

den, son raros los que me siguen. Es que el sabio, aunque se vista de estameña, esconde jade en su interior (*Daodejing* 70).

Yo estaba allí el primer día,  
antes de que nada tuviera nombre.  
Ese día no había «yo» ni «nosotros».  
Todos los nombres y todo lo que es llamado  
llegaron después de mí.

(RUMI, *El primer día*)

El silencio es solo el marco o el contexto que posibilita todo lo demás. ¿Y qué es todo lo demás? Lo sorprendente es que no es nada, nada en absoluto: la vida misma que transcurre, nada en especial. Está claro que digo «nada», pero podría perfectamente decir «todo» (PABLO D'ORS, *Biografía del silencio*, p. 4).

\* \* \*

- ¿Cuáles de las expresiones de R. Guardini definen mejor mis momentos de decaimiento de la energía vital?
- ¿Qué reacciones espontáneas tengo ante estos síntomas de pérdida de profundidad: comprar cosas, renovar el mobiliario o el vestuario, hacer deporte compulsivo, buscar promociones en el trabajo, rejuvenecer mi aspecto físico...?

- ¿Qué lugares del comienzo de mi día pueden ser escenario de excursiones silenciosas realidad adentro?
- ¿Qué actos de autoconciencia puedo realizar para que *Bereshit* sea cada principio?

## LA BURBUJA

En los últimos meses he entrado en contacto con ejecutivos de grandes empresas, como profesor de Responsabilidad Social Corporativa. La relación me ha hecho viajar... con gastos pagados por las empresas y en clase *Business* («la empresa quiere a sus empleados e invitados bien despiertos al llegar a una reunión»). La clase *Business* te permite esperar el embarque en zonas con *buffet* libre, buenos sofás y conexión a Internet y prensa gratuitos. También reduce las colas para sacar la tarjeta de embarque, para atravesar los controles de seguridad y para el embarque. Y permite acomodarte en unos asientos extensibles que te hacen pasar noches de vuelo como si estuvieras en una cama de hotel. Los hoteles donde me he alojado tenían todas las comodidades y mucha gente a mi servicio. Por la ciudad me he desplazado en coches de empresa o taxis; entre ciudades africanas, en avioneta. He sido invitado a buenos restaurantes, donde he comido excelentemente... Mi amigo William dice que esta gente vive en una burbuja.

La gente de la burbuja cobra sueldos altos, que les permiten enviar a sus hijos a buenas escuelas y universidades, cuidar su salud en hospitales privados y vivir

en barrios altos. Como usan muy poco la sanidad, la educación o el transporte públicos, son, a veces, reacios a pagar impuestos o a valorar la importancia del sector público. Trabajan mucho y soportan altos niveles de estrés: por eso, a veces olvidan que viven en la burbuja, en parte debido a que han nacido en un ambiente que les ha facilitado estar donde están. Y este olvido lleva a algunos a considerar a los que están fuera de la burbuja como gente simplemente menos esforzada que ellos...

La mayoría de los directivos con los que he tratado son inteligentes y buenas personas: tienen la conciencia de que hay que construir un mundo mejor y de que las empresas tienen una seria responsabilidad en esta tarea.

Ojalá todo el mundo pudiera vivir dignamente y de manera sostenible para el medio ambiente. Pero, hoy por hoy, esto no es así. Hay millones de personas que viven y mueren en condiciones infrahumanas, y que además son fuertemente perjudicadas por un sistema económico y social que concede a una pequeñísima parte de la humanidad las condiciones para entrar y mantenerse en la burbuja.

¿Qué podemos hacer para que los gobiernos, las empresas, las escuelas y universidades, los hospitales, las ONG, las leyes y los líderes vayan eliminando las condiciones infrahumanas y reduciendo las desigualdades de manera ambientalmente sostenible? Para ir logrando estos objetivos, la gente de la burbuja tiene

un papel importante. No son los únicos actores clave, pero son actores clave. Y, sin embargo, si toman ciertas decisiones, pueden acabar perdiendo la confortabilidad de la burbuja.

En este punto la pregunta es: ¿qué puede motivar a la gente de la burbuja a tomar decisiones personalmente sacrificadas hacia un mundo más justo y humano? Seguramente les pueden motivar los valores y las creencias que han recibido y quieren poner en práctica. Pero, para activar estos valores y creencias, hay algo que me parece especialmente importante: conseguir que entren en contacto cercano y cordial con las víctimas del sistema económico y social que construimos entre todos. Para descubrir que entre las víctimas hay dolor, muerte y desesperanza; pero también vida, solidaridad y esperanza. Y para cambiar la forma en que las empresas y los poderosos operan: para eliminar las condiciones que causan este dolor, esta muerte y esta desesperanza.

La gente de la burbuja, ¿son «ellos»? Yo también vivo en unas cuantas burbujas, aunque he hecho voto de pobreza. Parafraseando a Jesús: «Quien esté libre de burbujas, que tire la primera piedra».

\* \* \*

Un niño de seis años de familia muy rica pregunta a su hermana de ocho años:

–¿Qué es un pobre?

Ella le contesta:

–Un pobre es una persona que vive en un castillo pobre, tiene sirvientes pobres, un chófer pobre, un coche pobre, un jardín pobre y una piscina pobre.

Este mundo está ciego. Solo unos pocos aquí pueden ver con claridad. Solo unos pocos, un reino divino, como pájaros liberados de las redes (*Dhammapada* 174).

El dinero convierte en verdad lo que es erróneo,  
y al juez le convierte en abogado;  
sabio hace parecer al hombre necio,  
solo que tenga dinero.

El dinero hace bien, el dinero hace mal,  
el dinero hace al hombre infernal  
y le hace santo celestial,  
según cómo lo usa.

(A. TURMEDA, *Elogi dels diners* [Elogio del dinero])

Entonces él, alzando los ojos en dirección a los discípulos, dijo:

–Bienaventurados los pobres, porque vuestro es el reino de Dios [...]

¡Ay de vosotros, los ricos, porque ya tenéis vuestro consuelo! (Lc 6,20.25).

\* \* \*

- ¿En qué burbujas vivo?
- ¿Qué puedo hacer para conectar con gente de fuera de las burbujas, y más concretamente con las víctimas?
- ¿Qué satisfacciones produce estar fuera de la burbuja?
- ¿Cómo puedo estimular a la gente de la burbuja a vivir y decidir en favor de la justicia?

## ÍNDICE TEMÁTICO

### **Amistad-bondad**

- 4. Vampirismo emocional
- 5. Ternura
- 22. Cuando solo nos queda el amor
- 43. Compararse
- 48. Comunicación
- 57. La hora del talante
- 60. Posverdad y niveles de verdad
- 65. Cuando alguien me sobra

### **Atención profunda**

- 6. Echar a correr o bailar
- 7. El chivo expiatorio
- 19. Mística diaria
- 29. Tramas corruptas
- 36. Ayúdame a mirar
- 38. Soy yo
- 42. Mientras dormías
- 45. Ofrecerse al presente
- 49. Amistades chinas
- 50. Rastros

54. Burlar la censura

70. Puesta de sol

## **Comunicación**

30. «Discreto artificio»

39. Silencios

48. Comunicación

60. Posverdad y niveles de verdad

67. Maldita escritura

## **Confianza**

9. El ilusionista y la médium

17. *Still Alice*

22. Cuando solo nos queda el amor

23. Más allá de la conciencia

25. El ritual de la escoba

26. *Gin tonic*

33. Soltarse

36. Ayúdame a mirar

40. Reírse de uno mismo

44. Esperar

63. Inoportunidad infantil

## **Cultivo de la interioridad**

1. *Bereshit*

11. ¿Podremos?

19. Mística diaria

25. El ritual de la escoba

31. Bautismo de vuelo

55. Celebrar los orígenes

58. Sentir, discernir, confirmar

62. Conflicto de valores

## **Decisiones**

8. El dinero

24. Sabiduría profesional

26. *Gin tonic*

29. Tramas corruptas

31. Bautismo de vuelo

32. Compromiso

43. Compararse

50. Rastros

53. Pulsiones

58. Sentir, discernir, confirmar

62. Conflicto de valores

## **Educación**

- 3. Tal como eres
- 10. Pasar por el tubo
- 14. Las trampas de los monitores
- 16. Permitir que existan
- 20. Sueños
- 30. «Discreto artificio»
- 32. Compromiso
- 35. Kibera
- 52. Buenos o malos
- 61. ¿Héroes o comunitarios?
- 64. Provisional
- 66. Éxito
- 68. Biografías

## **Experiencia de Dios**

- 12. Culpa de las estrellas
- 18. Seguir naciendo
- 21. Opción por defecto
- 23. Más allá de la conciencia
- 28. Mosén Ballarín
- 33. Soltarse
- 36. Ayúdame a mirar
- 37. El violinista en el tejado
- 39. Silencios

- 41. Querido Robert
- 42. Mientras dormías
- 46. Desenterrar el recuerdo
- 69. Exclusivo o inclusivo
- 70. Puesta de sol

## **Gratitud**

- 13. La bisabuela
- 38. Soy yo
- 42. Mientras dormías
- 46. Desenterrar el recuerdo
- 54. Burlar la censura
- 55. Celebrar los orígenes
- 70. Puesta de sol

## **Inacción**

- 16. Permitir que existan
- 17. *Still Alice*
- 33. Soltarse
- 39. Silencios
- 44. Esperar
- 56. El arte de no hacer

## **Justicia social**

- 2. La burbuja
- 7. El chivo expiatorio
- 8. El dinero
- 10. Pasar por el tubo
- 11. ¿Podremos?
- 34. La costilla de Adán
- 35. Kibera
- 47. Europa
- 51. Juzgar
- 59. Reacciones al terremoto
- 61. ¿Héroes o comunitarios?

## **Servicio**

- 4. Vampirismo emocional
- 14. Las trampas de los monitores
- 18. Seguir naciendo
- 22. Cuando solo nos queda el amor
- 24. Sabiduría profesional
- 43. Compararse
- 48. Comunicación
- 51. Juzgar
- 53. Pulsiones
- 64. Provisional
- 69. Exclusivo o inclusivo

## **Sufrimiento-muerte**

- 12. Culpa de las estrellas
- 15. Patologías mentales
- 17. *Still Alice*
- 27. El duelo de Amos Oz
- 37. El violinista en el tejado
- 41. Querido Robert
- 45. Ofrecerse al presente
- 46. Desenterrar el recuerdo

## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN .....	5
1. <i>Bereshit</i> .....	9
2. La burbuja .....	14
3. Tal como eres .....	19
4. Vampirismo emocional .....	23
5. Ternura .....	27
6. Echar a correr o bailar .....	31
7. El chivo expiatorio .....	35
8. Es dinero .....	40
9. El ilusionista y la médium .....	44
10. Pasar por el tubo .....	48
11. ¿Podremos? .....	52
12. Culpa de las estrellas .....	56
13. La bisabuela .....	61
14. Las trampas de los monitores .....	65
15. Patologías mentales .....	69
16. Permitir que existan .....	73
17. <i>Still Alice</i> .....	77
18. Seguir naciendo .....	81
19. Mística diaria .....	85
20. Sueños .....	89
21. Opción por defecto .....	93
22. Cuando solo nos queda el amor .....	97

23. Más allá de la conciencia .....	102
24. Sabiduría profesional .....	106
25. El ritual de la escoba .....	110
26. <i>Gin tonic</i> .....	114
27. El duelo de Amos Oz .....	117
28. Mosén Ballarín .....	121
29. Tramas corruptas .....	124
30. «Discreto artificio» .....	129
31. Bautismo de vuelo .....	133
32. Compromiso .....	136
33. Soltarse .....	140
34. La costilla de Adán .....	143
35. Kibera .....	146
36. Ayúdame a mirar .....	151
37. El violinista en el tejado .....	155
38. Soy yo .....	159
39. Silencios .....	163
40. Reírse de uno mismo .....	167
41. Querido Robert .....	170
42. Mientras dormías .....	174
43. Compararse .....	178
44. Esperar .....	182
45. Ofrecerse al presente .....	185
46. Desenterrar el recuerdo .....	189
47. Europa .....	193
48. Comunicación .....	197
49. Amistades chinas .....	200
50. Rastros .....	204

51. Juzgar .....	208
52. Buenos o malos .....	211
53. Pulsiones .....	214
54. Burlar la censura .....	218
55. Celebrar los orígenes .....	222
56. El arte de no hacer .....	226
57. La hora del talante .....	230
58. Sentir, discernir, confirmar .....	234
59. Reacciones al terremoto .....	238
60. Posverdad y niveles de verdad .....	242
61. ¿Héroes o comunitarios? .....	246
62. Conflicto de valores .....	249
63. Inoportunidad infantil .....	253
64. Provisional .....	257
65. Cuando alguien me sobra .....	261
66. Éxito .....	264
67. Maldita escritura .....	268
68. Biografías .....	272
69. ¿Exclusivo o inclusivo? .....	277
70. Puesta de sol .....	280
Índice temático .....	283