

DESDE LA VERTICALIDAD

Yolande Durán Serrano cuenta una experiencia inefable con el Silencio



Tenia marido, hijo y un buen trabajo. Yo era una mujer de negocios. Estaba en el mundo del fútbol profesional, vendía jugadores, y también dirigía una empresa inmobiliaria. Hace diez años, en agosto de 2003, estando sola en casa, ocurrió un suceso muy raro: un silencio total, fuera y dentro de mí, un silencio absoluto". Así relata su experiencia singular Yolande Durán Serrano, autora de "Enamorada del Silencio", que acaba de publicar Trompa de Elefante y con quien dialoga TÚ MISMO.

Nacida en España pero residente desde su infancia en Francia, Yolande estuvo en Barcelona presentando este, su segundo libro. El primero, "El silencio sana" (traducido en cuatro idiomas) lo tituló así porque "en ese momento se produjo una desconexión con aquello que creía ser, y comprendí de manera espontánea que soy algo mucho más poderoso que lo que había pensado durante 40 años". Recuerda que aquel día, luego de cambiar de planes con su hijo, de 18 años, con quien había quedado para salir, se encontraba terminando la limpieza de la casa, cuando "todo pasó de prisa, fue como un rayo de silencio, poderoso, que me hizo entender espontánea, y no intelectualmente, que todo lo que creía ser no lo era". Estima que en menos de un segundo se encontró con "un

vacío lleno hasta el tope, un vacío al mismo tiempo lleno de todo, no hay límite entre tu cuerpo y todo lo demás". Concretamente, "esta desconexión duró lo que tardas en cerrar y abrir los ojos. Lo que toca en ese momento es eternidad", y aclara: "Pensamos que la eternidad es algo muy extenso, grande, pero no; es tan pequeño, un punto, que cuando lo tocas no puedes olvidarlo".

Al terminar aquello tan fugaz y eterno a la vez, surgió un "¡gauu!". "Todo estaba en mí y lo puedo ver desde este punto de vista —dice—. No tenía ya miedo, me sentí bien", y explica que "ordinariamente nos sentimos solos contra todo este mundo, y resulta que no es así. Cuando comprendes de manera espontánea y ves al mundo de forma global, te tranquilizas hasta un punto que es increíble. Ya estoy bien aquí. No hace falta cambiar nada porque todo está visto de esta modo, en orden".

Ante quien no esté pasando por un buen momento, expresa que "no deseo convencer a nadie de mi punto de vista, pero sí decirle que se tranquilice, que hay un poder mucho más poderoso que lo que podemos suponer", y agrega: "Cuento mi historia y dejo que esta posibilidad que se ha despertado en mí pueda despertar en cualquier persona, para que así encuentre la paz y la tranquilidad en un momento". ¿De qué modo? Confiesa que

no lo sabe, "pero sí sé que el Silencio sana". Más allá del sufrimiento, "te hace ver la realidad del mundo, dón-de está la libertad".

Ella misma tuvo una prueba de cómo transitar por el dolor, extremo para el común de los mortales como es la muerte de un hijo, su único hijo, quien, luego de dos meses de ese primer Silencio, falleció en un accidente de tráfico. "Me resultó imposible identificarme con los pensamientos, que se hacen más y más pequeños y débiles", recuerda, admitiendo que "estás observando cada momento desde este punto de vista, inmóvil y que ya no va con los sentidos perceptuales". Es decir, ante la fatalidad, "miré sin hacer esfuerzo, con este poder que hay en mí, y entonces he comprobado que puedo vivir en paz y tranquilidad". Ese punto de vista, o verticalidad, como lo llama en sus libros, "brota Ahora". "Cuando tú no eres este contenido del Ahora, no puedes sufrir de estas pequeñas cosas que crees ser", continúa diciendo, para afirmar que "no hay lugar para el pensamiento de que soy una madre que ha perdido su hijo. Esto no vive en mí. No es que no lo veo, ¡lo veo!, pero es como cuando observas la realidad: no vas a luchar contra ti mismo".

Yolande reitera el concepto. El sufrimiento se vive según cómo vemos lo que sucede. "Si es desde el punto de vista de los sentidos, no haces más que sufrir y querer placer. Pero si lo ves desde el punto de la claridad y lo global, no puedes sufrir con lo que sucede porque lo observas desde un lugar que te ha señalado dónde está la realidad y la libertad de lo que tú puedes hacer en este contenido del Ahora".

Del mismo modo, sostiene que "el Silencio está aquí, continuamente y para todos, no se mueve nunca. No se puede decir 'yo quiero ser este silencio' porque lo somos ya, natural-

mente. Para tener esta percepción o descubrir esta realidad mi voluntad no lo puede decidir. En mi caso, no he decidido nada, sólo he descubierto que este estado está aquí para todos".

En cuanto a diferencias entre este Silencio y la meditación, Yolande puntualiza que "el Silencio es la meditación constante, sin esfuerzo, para saber que eres más poderoso de lo que crees, de manera natural". Y afirma que ese estado, abierto, no se va nunca. Está "cuando te encuentras en un bar, en una tienda y durmiendo; es el estado natural que tenemos aquí, constantemente...".

Por lo tanto quiere dar públicamente su perspectiva testimonial de que esta posibilidad existe y que cada uno puede vivirla. "Si me ha pasado de forma espontánea, sin buscar o hacer nada, cada persona puede descubrirlo con conciencia, confianza y esperanza. Si pasa así, no hace falta inquietarse o preocuparse". Yolande comparte esta experiencia a través de talleres, cursos, conferencias. Cuenta que "los fines de semana nos encontramos, hacemos algunas meditaciones para tranquilizar la mente y dejar lo que está aquí para todo el mundo, y poder expresarse de manera más sutil y verdadera". Y enfatiza en una cuestión: "La vida cotidiana es la mayor práctica espiritual y no hace falta saber mucho para tener

este despertar a la realidad. No soy una persona religiosa o espiritual, pertenecer a una religión o estar en un camino espiritual es lo mismo. En este punto de vista no hay diferencia entre una persona y otra. No puedes hacer esta distinción porque todos somos uno, religiosos o no; es una expresión, una cuestión superficial. Lo que somos es otra cosa, como valor absoluto".

Entonces, ¿el Silencio es un estado de felicidad? Yolande finalmente responde: "Cuando ves que la única libertad que tienes es conocer lo que eres de manera verdadera, en esta profundidad, en este punto de vista inmóvil puede existir la perfección, la tranquilidad y la paz. Puedes ver todo lo que aparece y se halla en su naturaleza. Ya no hace falta querer hacer nada más para saber que te conoces, y conociéndote no vas a ir a buscar la felicidad afuera porque está aquí, esto te da una gran felicidad. Dices 'bueno, todo va bien'. Debes descubrirlo de manera auténtica, fuerte, muy fuerte. La felicidad es saber que estás libre ya y que todo está perfecto. Y no significa que los otros puntos de vista desaparezcan, no, pero tú no te vas con ellos. Estás aquí, tranquilo, mirando, ves tu cuerpo, que se llama Aurelio, y no puedes ir contra esto, es así. Es que cuando te conoces no puedes olvidarlo. Este poder está aquí". TM

www.yolande.info



Chi kung
El arte de la fuerza interna

Totart Centre d'Art Independent
Calle Palleter 81 Bajo
telf: 656950199
www.totart.info
www.valenciachikung.blogspot.com