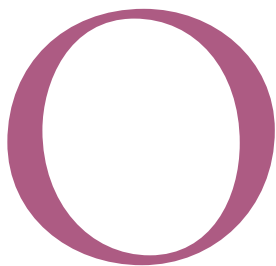


“Cuando hay silencio el dolor no existe”

LA MUERTE DE SU HIJO NO LOGRÓ APARTAR A LA PROTAGONISTA DE ESTE TESTIMONIO DE LA FUERTE, DULCE E INFINITA PRESENCIA DEL SILENCIO. SEGÚN ESTA EJECUTIVA FRANCESA, EL SILENCIO ES LO MÁS HERMOSO DE COMPARTIR Y DESCUBRIRLO SUPUSO UN PUNTO DE INFLEXIÓN EN SU VIDA. ELLA MISMA RELATA SU EXPERIENCIA...

Por Yolande Durán Serrano



Ocurrió en agosto del 2003. Este día había empezado como cualquier otro día de verano. Mi hijo había salido. Yo estaba en casa sola, con mis quehaceres. De repente, noté un silencio en mi mente. Era algo extraño... ¿a dónde habían ido mis pensamientos? Había un espacio, un intervalo entre mis pensamientos que hacía que estos parecieran estar en un segundo plano, como si ya no me pertenecieran o, al menos, como si ya no me controlaran. Sentí una ligereza, un bienestar. Sentí una sintonía y una conexión conmigo misma que nunca había sentido antes. Estaba como conectada a algo que no podía explicar, algo a lo que tampoco podía poner palabras: silencio...

Me pregunté qué me había ocurrido, y entonces empecé a darme cuenta. Sentí como si mi modo de funcionar internamente hubiese cambiado. De repente, como si me hubiese alcanzado un rayo, algo se me había venido encima y, de improvisto, se había apoderado de mí. Esta cosa que las palabras no pueden describir se había adueñado de todo sin que la hubiese visto venir. Mi cuerpo, mis gestos, mis percepciones o mis pensamientos se mantenían intactos, pero mi identidad, mi identificación con mi cuerpo, esas percepciones, esos pensamientos se habían disuelto en el silencio. Un silencio abrumador, lleno de vida, había tomado el relevo.

Las cosas son como son

Incluso eventos traumáticos de la vida, tales como la muerte de mi hijo, no pudieron sacarme de este silencio. La sensación de identidad personal nunca volvió. En su lugar estaba la toma de conciencia y la comprensión, cada vez mayor, de que nada me separaba del mundo tal como aparecía en cada momento. Yolande se había disuelto. Lo único que quedaba era el momento presente, un mundo entero que emergía sin cesar en cada instante de la realidad pura. Todo esto me llevó, después de haber observado esta metamorfosis durante meses, a admitir: “Estoy más viva que nunca, y a la vez, muerta”. Había sido invitada, yo, la buscadora eterna que estaba tan cansada de la farsa y de la supuesta espiritualidad, a acercarme a esta presencia, este silencio, este misterio... esta cosa.

En este momento fue el silencio que más me impactó, pero en los días siguientes me di cuenta de que ya no experimentaba las cosas tal como lo hacía antes. Las miles de trivialidades que solían irritarme cada día —una puerta golpeando, las llaves que desaparecen justo cuando estás a punto de salir, cualquier preocupación— ya no me molestaban. Si me daba cuenta de que la puerta no estaba bien cerrada o que mis llaves no se encontraban en mi bolsillo, iba a cerrar la puerta, empezaba a buscar mis llaves sin el más mínimo comentario, sea verbalizado o interiorizado. Las cosas eran lo que eran, sin embargo, mi manera de percibir las, de



reaccionar ante ellas, había cambiado. El silencio, la tranquilidad, me habían invadido, permitiéndome ver la situación sencillamente tal como era.

Desconocía lo que era

Al principio lo guardé para mí, lo observé desde muy adentro, preguntándome qué demonios podía ser. Ya que acababa de cumplir cuarenta años, me dije a mí misma: “¡Hala! ¡Es increíble esto de tener cuarenta! ¡Por fin me siento en sintonía conmigo misma! Me siento tan ligera, tan bien...”. Eso es lo que me dije al principio, pero cuando empecé a hablar de ello con la gente que me rodeaba, me di cuenta de que, aunque habían cumplido también los cuarenta, no se sentían así, como yo. No veían las cosas como yo las veía.

Todos mis amigos eran racionales, incluso materialistas. Al igual que yo, estaban ocupados en su

“El funeral, las condolencias, la ausencia... todo lo experimenté desde una tranquilidad interna, algo que me permitía pasar por todo aquello en paz”

vida diaria. Nunca se habían planteado cuestiones metafísicas ni habían abierto un libro espiritual o leído acerca de desarrollo personal. Yo tampoco. Me conocían como a una persona inquieta. Apenas había llegado a un sitio, ya tenía ganas de estar en otro. Sin embargo, ahora me veían relajada, tranquila, serena, pero no sabían nada más acerca de lo que estaba experimentando, al igual que yo también lo desconocía.

Eso fue cuando empecé a preguntarme acerca de lo que ocurre en el mundo invisible, acerca de lo que ocurre dentro de uno mismo. Comencé a investigar, a ir a librerías, buscando libros que pudieran explicar, aunque fuera una pincelada, lo que estaba experimentando. Al principio pretendía entender. A medida que fue pasando el tiempo, dejé de intentar entender.

Algo vivo, claro

Cuanto más tiempo pasaba, más permitía que esta cosa se apoderase de mí, contenta de observar y descubrir todo lo que estaba sucediendo, algo cada vez más intenso, más vivo, más claro. Al cabo de dos meses, el accidente tuvo lugar. Era a finales de octubre, cuando estaba fuera en un viaje de negocios en el norte de Francia. Mi móvil se había quedado sin cobertura. Entonces, de repente estaba conectada a una red y vi todos los mensajes que me esperaban. “Vaya –pensé–, seguro que algo ha pasado”. Marqué un número y, al otro lado de la línea, mi mejor amiga, con voz temblorosa, me

Yolande Durán Serrano

Nació en España en 1963 y, cuando cumplió tres años, su familia se trasladó a Francia. Creció en Annecy, cerca de Ginebra, donde desarrolló una carrera como agente inmobiliario. Desde su despertar espontáneo en 2003, se comunica con grupos de buscadores en Europa, América del Norte y Nueva Caledonia, compartiendo la transmisión del silencio infinito y hablando del valor espiritual de la atención personal. Su descubrimiento del silencio y de sus virtudes lo refleja en sendos libros de los que es coautora: *El silencio cura* y *Enamorada del silencio*.

dijo: “Tu hijo... en la carretera... un accidente... se ha ido”.

En un primer momento no me lo creí. “Un accidente” era lo único que podía entender. “Es imposible –me dije a mí misma–. ¡Se ha equivocado!” Y conduje, conduje hasta el lugar donde habíamos quedado: la casa de mi hermana. No pensé, solo conduje. En un momento dado, vino el pensamiento: “Si es cierto, mi vida está acabada”. Pero este pensamiento no duró mucho; se derrumbó dentro de la misma tranquilidad en la que había estado viviendo estas últimas semanas.

Cuando llegué a casa de mi hermana, todos estaban allí esperándome, mi familia, mis amigos, todos, así que supe que era verdad. Todo el mundo se me acercó para contarme la tragedia. Sentí como un alivio y me dejé ir. La situación era la que era. Nada de lágrimas, nada de crisis. Subí a mi habitación donde había tranquilidad. Vi cómo mis amigos y mi familia, preocupados, venían a ver cómo estaba. Vi cómo intentaban hablar conmigo, cómo intentaban descubrir cómo lo llevaba. De hecho, estaba totalmente tranquila.

Ni agitación ni rebelión

Las horas pasaron. Todo seguía igual. Vi que la gente se atareaba con cosas, pero en lo más profundo de mí no había ni agitación ni rebelión. Ni el más mínimo estallido, ningún grito agonizante de: “¡No es posible, no tenía que haber pasado! Yo no sentía el dolor, ese dolor que todo el mundo pensaba que debería sentir. Vi que el dolor no es causado por la situación. Al menos, no en mi caso, no cuando hay este silencio; la situación no me puede causar ningún dolor, porque el dolor no puede coexistir con el silencio.

No podía ponerme en el papel, así que me quedé tal cual: tranquila. No saltaba de alegría, obviamente, pero tampoco me derrumbé. Estaba en una especie de espacio neutro. Mis amigos cercanos, pensando que estaba devastada, dijeron: “No le ha llegado todavía”. Pero no era eso. Había entendido perfectamente lo que había pasado, pero la percepción que

predominaba era todavía el silencio en mi mente, y esto me permitía permanecer tranquila.

Dejé pasar las semanas, una tras otra, rodeada de agitación y malestar. Hubo el funeral, las condolicencias, la ausencia; pero lo experimenté todo desde una tranquilidad interna que nunca cesó. Tenía que admitir lo que era obvio, que algo muy dentro de mí me permitía pasar por todo aquello en paz. Era increíble y, sin embargo, era cierto. Después, una sensación intensa de asombro me sobrecogió en lo más profundo, y me dejé llevar por ella, cada vez más profundo. Era tan placentera que dejé que se apoderase totalmente de mí. Y cuanto más tiempo pasaba, más la sentía en lo más profundo de mí, como fuerte, suave y cariñosa y todo lo que uno puede imaginar sobre lo inimaginable.

Nada que ver con la falta de sensibilidad

Los que me rodeaban pensaban que era insensible. Estaban esperando el momento en el que, por fin, me iba a dar cuenta de lo que había pasado e iba a entrar en un duelo manifiesto. ¡Pero estaba totalmente consciente, sabía lo que había pasado! Vi cómo venían momentos de tristeza y cómo se iban. Las emociones estaban presentes a veces, pero no me podía agarrar a ninguna de ellas, así que seguían con su camino.

Viéndome desde fuera, alguien podía pensar que estaba paralizada, que no sentía nada; pero desde dentro todo lo que iba experimentando era muy intenso. No estaba muerta en absoluto. Había momentos de tristeza, momentos de agotamiento, pero fluían a través de mí. El silencio, este espacio desconocido, estaba siempre presente, y cuanto más iba pasando el tiempo, más me abandonaba a esta cosa que se había despertado dentro de mí y que se había apoderado de todo. Me enamoré locamente de ello. Todo lo demás se quedó en un segundo plano.

¿Qué es eso invisible, esta cosa inefable, que se revela como la fuente del silencio? No es fácil expresarlo con palabras. Se manifiesta como una



intensidad, una fuerza, una dulzura y, sin embargo, al mismo tiempo, toda esta manifestación ya está en un segundo plano. Es algo anterior a la manifestación, anterior a todo lo que pensaba que era, anterior a todo lo que creía que era la realidad, tanto fuera como dentro de mí. Hubo una época en que la realidad que vivía consistía en un estado de vigilia, un estado de sueño y un estado de sueño profundo; así como para un individuo que experimentaba estos tres estados. De repente, esta cosa dio un paso por delante de todo eso. Es lo que ilumina estos tres mundos que son: la vigilia, el sueño y el dormir.

Se apoderó de estos tres estados y sus contenidos. Existe antes de todo lo que veo, siento y pienso en el momento presente. Es como si un vidente estuviera dentro de mí. Esta mirada interna observa que esta cosa es, a la vez, mucho más fuerte y mucho más dulce que cualquier otra cosa que pudiera existir, que se pudiera pensar o imaginar.

Solo existe el ahora

Una vez la reconocí, vi lo cómoda que estaba con ello, me abandoné totalmente a ello.

Ahora ya no existo como un individuo como antes. Esta persona llegó a su final. Ahora esta cosa, este silencio, me guía. Es como si el individuo, el ego, hubiera dejado de reconstruirse en cada momento. La experiencia es tan fuerte que ocupa el lugar de lo que mis ojos y mis otros sentidos

“El silencio me hace vivir de una manera tranquila y dulce”

intentan decirme. Los ojos que ven, los oídos que oyen, la piel que siente ya no se usan para definir la realidad, puesto que a nivel profundo esta cosa aparece antes de cualquier otra cosa en cada momento, antes de cualquier fenómeno y antes de cualquier experiencia que fabricaba mi existencia en el pasado. Todos los fenómenos están vistos ahora desde esta cosa porque ahora está en un primer plano y, todo lo que veo, oigo o siento, sea lo que sea, está en un segundo plano.

No hay nada más que el ahora. El momento anterior, el momento después, no son más que ideas abstractas. Este silencio, esta presencia constante, me impide permanecer en la mente, en el pasado o en el futuro; me lleva simultáneamente a vivir el momento presente. Hace que este momento tan intenso me haga sentir constantemente, profundamente viva, como nunca antes, incluso si estoy enferma, cansada o incómoda, lo cual refuerza la idea de que no hay nada aparte de este momento, porque, sencillamente, no hay sitio para nada más.

Me he enamorado de este silencio, del momento presente o, más precisamente, de lo que precede el momento presente. Me he enamorado de esta cosa que hace posible vivir de una manera tranquila y dulce. Esta presencia que me permite ver sin la necesidad de que haya un yo. ¿Cómo uno podría no enamorarse locamente de eso?



+ INFO

ENAMORADA DEL SILENCIO

Yolande Durán Serrano y Chantal Rémus.

Editorial: Trompa de Elefante.

Páginas: 168.

Precio: 16 €.