BIENESTAR

COMPARTE LO QUE TE EMOCIONA

LOLA MAYENCO
Autora de *Algo que celebrar* (Urano).

La vida, ya lo escribió Borges, es un jardín de senderos que se bifurcan. Se suelen recorrer en soledad, pero, a veces, cuando menos te lo esperas, te topas con alguien que te coge de la mano y te acompaña en los primeros pasos de un nuevo camino. Para mí ese alguien en realidad fueron dos: Homero y el señor Chavan, el propietario de un restaurante hindú que conocí en un viaje a Trinidad. Del poeta griego aprendí la necesidad de cuidar mis relaciones con los demás y a saborear el tiempo que pasamos juntos como lo que es: un regalo. El señor Chavan, por su parte, me enseñó que celebrar la vida no es una cuestión optativa, sino una necesidad esencial. Fiestas y rituales son la mecha que reaviva el fuego de la existencia: sin ellos, esta va perdiendo intensidad. También me permitió descubrir el poder que tienen las celebraciones tradicionales para incluir en nuestra apretada agenda momentos en los que disfrutar de la vida a nivel individual, familiar y social. Pero su lección más importante fue demostrarme que, si quería que me enriqueciese de verdad la belleza que me rodeaba, debía dejar de relacionarme con ella de forma pasiva y solitaria, y empezar a crear ocasiones para compartir mis placeres. Hasta que no me decidiese a actuar además de mirar, a celebrar además de apreciar, la belleza seguiría emocionándome solo a un nivel superficial. Si queremos que las celebraciones nos ayuden en nuestro proceso de crecimiento personal y de construcción de nuestro bienestar, no podemos limitarnos a repetir estrategias que han funcionado a otros: necesitamos adaptar e innovar. Antes de lanzarte a explorar las más bellas formas de celebrar los milagros de la existencia, quiero recordarte que, si lo haces, no es solo para enriquecer tu vida. Las celebraciones nos permiten entender hasta qué punto la vida se vuelve más intensa al compartirla con los demás. Disfrútala.