

## ¿Es posible celebrar la tristeza?

---

### *Osho:*

No te identifiques con la tristeza. Transfórmate en su testigo y disfruta del momento de tristeza, porque la tristeza tiene su propia belleza. Nunca te has fijado en ello. Te identificas tanto, que nunca penetras en la belleza de un momento triste. Si te fijas, te sorprenderás de los tesoros que te has estado perdiendo. Fíjate: cuando eres feliz nunca eres tan profundo como cuando estás triste. La tristeza tiene profundidad; la felicidad tiene algo de superficial. Observa a la gente feliz.

Los que pretenden ser felices—los *playboys* y *playgirls* que encontrarás en los clubs, en los hoteles, en los teatros—siempre están sonriendo y burbujan felicidad. Los encontrarás insípidos, superficiales. No tienen ninguna profundidad. La felicidad es como las olas, solamente superficial; vives una vida trivial. Pero la tristeza tiene algo de profundo. Cuando estás triste no es como las olas en la superficie, es como la profundidad misma del Océano Pacífico; millas y millas.

Sumérgete en su profundidad, obsérvala. La felicidad es ruidosa; la tristeza tiene un cierto silencio. La felicidad puede ser como el día, la tristeza es como la noche. La felicidad puede ser como la luz, la tristeza es como la oscuridad. La luz va y viene; la oscuridad permanece, es eterna. La luz se presenta a veces; la oscuridad está siempre ahí. Si penetras en la tristeza sentirás todas estas cosas. De pronto te darás cuenta que la tristeza está ahí como un objeto, tú la estás observando, eres testigo de ella, y repentinamente empiezas a sentirte feliz. ¡Qué bella es la tristeza!

Una flor de la oscuridad, una flor de eterna profundidad. Como un abismo sin fondo, tan silenciosa, tan musical; no hay ruido en absoluto, ninguna perturbación. Uno puede ir cayendo en ella incesantemente y uno puede salir de ella absolutamente rejuvenecido. Es un descanso.

Depende de la actitud. Cuando te entristeces piensas que te ha sucedido algo malo. El que algo malo te ha ocurrido es sólo una interpretación y entonces tratas de escapar. Nunca meditas sobre ello. Luego quieres ir a ver a alguien; a una fiesta, al club, o enciendes la televisión o la radio, o empiezas a leer el periódico; haces algo para poder olvidar. Esta— que la tristeza es algo malo—es una actitud errónea que te ha sido transmitida: No hay nada malo en ella. Es otro polo de la vida.

La felicidad es un polo, la tristeza es el otro. La dicha suprema es un polo, la infelicidad es el otro. La vida es ambos. Una vida de pura dicha tendrá extensión, pero no tendrá profundidad. Una vida de pura tristeza tendrá profundidad, pero no tendrá extensión. Una vida de ambas, tristeza y felicidad, es multidimensional; se mueve en todas las direcciones conjuntamente. Fíjate en la estatua de Buda o, a veces, mira mis ojos y encontrarás ambas; encontrarás una felicidad que contiene también tristeza, una paz y también una tristeza. Porque esa tristeza le da profundidad. Observa la estatua de Buda: dichoso, sin embargo triste. La propia palabra "triste" te da connotaciones equivocadas de que algo está mal. Esa es tú interpretación.

Para mí, la vida es buena en su totalidad. Y cuando entiendes la vida en su totalidad, sólo entonces puedes celebrarla; de otro modo no. Celebración significa: cualquier cosa que suceda no importa, la celebraré. La celebración no está condicionada a ciertas cosas: "Cuando sea feliz lo celebraré" o "Cuando esté triste no lo celebraré". La celebración es incondicional; celebro la vida. Si trae infelicidad, bien, lo celebro. Si trae felicidad, bien, lo celebro. La celebración es mi actitud, independientemente de lo que la vida traiga.

Pero cada vez que utilizo las palabras, surge un problema. Esas palabras tienen connotaciones en tu mente. Cuando digo "celebra", tú piensas que uno tiene que estar feliz. ¿Cómo puede uno celebrar cuando está triste? No estoy diciendo que uno tenga que estar feliz para celebrar. La celebración es gratitud por cualquier cosa que la vida te dé, cualquier cosa que Dios te dé. Celebración es una gratitud, es estar lleno de agradecimiento. Os lo he contado y os lo contaré otra vez...

Un místico sufí, muy pobre, marginado, hambriento y cansado de viajar llegó a un pueblo por la noche y nadie le aceptó. Era un pueblo de gente muy ortodoxa y cuando hay musulmanes ortodoxos es muy difícil persuadirles. Ni siquiera querían alojarlo en el pueblo. La noche era fría y estaba hambriento, agotado, temblando, sin suficiente ropa. Estaba sentado en las afueras del pueblo, bajo un árbol. Sus discípulos estaban sentados allí muy deprimidos, muy tristes e incluso enojados.

Y entonces empezó a rezar diciendo a Dios: "¡Eres maravilloso! Siempre me das todo lo que necesito". Esto fue demasiado. Un discípulo le dijo: "Espera, ahora estás yendo demasiado lejos, especialmente esta noche. Estas palabras son falsas. Estamos hambrientos, cansados, sin abrigo y nos espera una fría noche. Hay animales salvajes por todos lados, hemos sido rechazados por la gente del pueblo, estamos sin refugio. ¿Por qué le estás dando gracias a Dios? ¿Qué quieres decir cuando dices: "Siempre me has dado lo que necesito"?"

El místico dijo: "Sí, y lo repito otra vez: Dios me da todo lo que necesito. Esta noche necesito pobreza, esta noche necesito ser rechazado, esta noche necesito tener hambre, estar en peligro. De otra manera ¿por qué me estaría dando? Debe de ser que lo necesito. Es lo que necesito y tengo que estar agradecido. ¡El cuida tan bien de mis necesidades! ¡Es realmente maravilloso!"

Esta es una actitud que no depende de la situación. La situación no es importante. Celebra, ante cualquier suceso. Si estás triste, celebra por estar triste. Haz la prueba. Haz solamente la prueba y te sorprenderás; sucede. ¿Estás triste? Empieza a bailar, porque la tristeza es muy bella, ¡Silenciosa flor del ser! Baila, disfruta, y de pronto sentirás que la tristeza está desapareciendo; se crea una distancia. Poco a poco olvidarás la tristeza y estarás celebrando. Habrás transformado tu energía.

Esto es alquimia: transformar los metales comunes en el oro más puro. La tristeza, la ira, los celos; metales bajos que pueden ser transformados en oro porque están constituidos por los mismos elementos que el oro. No hay

diferencia entre el oro y el hierro, porque tienen los mismos elementos, los mismos electrones. ¿Has pensado alguna vez que un trozo de carbón y el máspreciado de los brillantes del mundo son la misma cosa? No hay ninguna diferencia. En efecto, el carbón comprimido por la tierra durante millones de años se convierte en diamante. Sólo una diferencia de presión, pero ambos son carbón, ambos están constituidos por los mismos elementos.

Lo más bajo puede ser transformado en lo más alto. A lo bajo no le falta nada.

Sólo se necesita una redistribución, una recomposición. La alquimia no es más que esto. Cuando estés triste, celebra y le estarás dando una nueva composición a la tristeza. Le estás aportando algo que la transformará. Le estás aportando celebración. ¿Está enojado? Entrégate a una hermosa danza. Al principio el baile será agresivo, violento. Poco a poco, se hará más suave y más suave y más suave; entonces de pronto, te habrás olvidado del enojo. La energía habrá cambiado, se habrá convertido en danza.

Pero cuando estás enojado, no eres capaz de pensar en bailar. Cuando estés triste no eres capaz de pensar en cantar. ¿Por qué no hacer de tu tristeza una canción? Canta, toca tu flauta. Al principio las notas serán tristes, pero no hay nada malo en una nota triste. ¿Has oído? A veces, en la tarde, cuando todo está caliente, todo quema, cuando todo es fuego a tu alrededor, de pronto, desde un huerto de mangos, puedes oír un pajarito que empieza a cantar. Al principio la nota es triste. Está llamando a su amada, a su amor, en una tarde muy calurosa. Todo es fuego alrededor, está ansioso de amor. Una nota muy triste, pero bella. Poco a poco, la nota triste se convierte en una nota alegre. La amante empieza a responderle desde otro bosquecillo. Ahora ya no es una tarde calurosa; todo se refresca en el corazón. Ahora la nota es diferente. Cuando la amante responde, todo ha cambiado. Es un cambio alquímico.

¿Estás triste? Empieza a cantar, a rezar, a bailar. Lo que puedas hacer, hazlo, y poco a poco, el metal más bajo se transformará en el más alto, en oro.

Una vez que conozcas la llave, tu vida no volverá a ser nunca la misma. Podrás abrir cualquier puerta. Y ésta es la llave maestra: celebrarlo todo.

He oído la historia de tres místicos chinos. Nadie conoce sus nombres. Se les conocía solamente como "Los Tres Santos que ríen" , porque nunca hicieron otra cosa, simplemente se reían... Iban de un pueblo a otro, riéndose. Se paraban en la plaza donde estaba el mercado y se reían a carcajadas: Todo el pueblo les rodeaba. La gente acudía a verlos, cerraban las tiendas y los clientes se olvidaban de para qué habían venido. Estos tres hombres eran realmente hermosos, riendo y con sus vientres estremeciéndose. Esto se volvía contagioso y pronto los demás empezaban también a reír. Entonces todo el mercado reía. Habían cambiado la atmósfera del mercado. Y si alguien decía: "Decidnos algo". Ellos contestaban: "No tenemos nada que decir. Simplemente reímos y la atmósfera cambia". Hace sólo unos momentos éste era un lugar desagradable donde todos pensaban únicamente en el dinero; ansiosos de dinero, ambiciosos. El dinero lo era todo. De pronto estos tres locos llegaron y empezaron a reír y así cambiaron el ambiente mismo de todo el mercado.

Ahora nadie era un cliente. Se habían olvidado de que habían ido a comprar y a vender. Nadie se preocupaba de obtener un beneficio. Reían y bailaban alrededor de aquellos tres locos. Durante unos segundos se abrió un nuevo mundo.

Viajaban por toda la China, de un lugar a otro, de aldea en aldea, solamente ayudando a la gente a reír. Gente triste, enojada, gente codiciosa, celosa; todos empezaban a reír con ellos. Y muchos comprendieron la clave: te puedes transformar.

Entonces, ocurrió que en una de las aldeas uno de los tres murió. La gente del pueblo se reunió y dijo: "Ahora sí que habrá problemas. ¡Ahora veremos si se ríen! Su amigo ha muerto; seguro que llorarán". Pero cuando llegaron, los dos estaban bailando, riendo y celebrando la muerte. La gente del pueblo decía: "Esto es demasiado. Es de mala educación. Cuando un hombre muere es una irreverencia reír y bailar".

Y ellos dijeron: "¡No sabéis lo que ha pasado! Los tres siempre pensábamos cuál de nosotros moriría primero. Este hombre ha ganado; hemos sido derrotados. Toda la vida hemos reído con él. ¿Cómo podríamos darle el último adiós de otra manera? Tenemos que reír, tenemos que disfrutar, tenemos que celebrar. Esta es la única despedida posible para un hombre que ha reído toda su vida. Y si no reímos, él se reirá de nosotros y pensará:" ¡Qué tontos! ¿Así que otra vez han caído en la trampa?" Para nosotros no ha muerto. ¿Cómo puede la risa morir, cómo puede la vida morir?" La risa es eterna, la vida es eterna, la celebración continúa. Los actores cambian, pero el drama continúa. Las olas cambian, pero el océano continúa. Ríes, cambias y algún otro ríe, pero la risa continúa. Celebras, algún otro celebra, pero la celebración continúa. La existencia es continua, es un *continuum*. No hay ni siquiera un solo momento de vacío en ella. Pero la gente del pueblo no podía entenderlo y aquel día no podían participar de la risa.

El cuerpo estaba a punto de ser incinerado y la gente del pueblo decía: "Le bañaremos, tal como establece el ritual". Pero los dos amigos dijeron: "No, nuestro amigo ha dicho: "o llevéis a cabo ningún ritual, no me cambiéis de ropas y no me bañéis Tal y como estoy, ponedme en la pira crematoria". Estas son sus instrucciones".

Y entonces, de repente, sucedió algo extraordinario; aquel viejo les había gastado su última broma. Había escondido bajo su ropa fuegos artificiales y cuando colocaron el cuerpo sobre el fuego, de pronto hubo *¡Diwall!* (\*) Entonces todo el pueblo empezó a reír. Los dos locos, sus amigos, se pusieron a bailar y todo el pueblo empezó a bailar también. No era una muerte, era una nueva vida Ninguna muerte es muerte, porque cada muerte abre una nueva puerta; es un principio. La vida no tiene fin, siempre hay un nuevo principio, una resurrección.

Si cambias tu tristeza por celebración, también serás capaz de transformar tu muerte en una resurrección. Así que aprende el arte mientras todavía hay tiempo. No dejes que la muerte llegue antes de que hayas aprendido la secreta alquimia de cambiar los metales inferiores en metales

superiores. Porque si puedes cambiar la tristeza, puedes cambiar la muerte. Si puedes celebrar incondicionalmente, cuando la muerte llegue, serás capaz de celebrar, partirás feliz. Y cuando te vas celebrando, la muerte no te puede matar. Al contrario, tú has matado a la muerte. Pero empieza, haz una prueba. No hay nada que perder. Pero la gente es tan tonta que incluso cuando no hay nada que perder, no quieren hacer la prueba. ¿Qué puedes perder?

---

**Vida, amor, risa**

---