



Mabel Katz
Una ruta hacia la
FELICIDAD

CARAS habló con esta oradora y experta en Ho'ponopono, una práctica hawaiana que ayuda a las personas a encontrar el camino hacia la paz, sobre su vida y sus enseñanzas

La historia de Mabel Katz, considerada una guía espiritual y una autoridad en el campo de la superación personal, es tan fascinante como las conferencias que ofrece en diferentes países, y que congregan a cientos de personas que, al igual que ella hace unos años, están en la búsqueda de un camino que les ayude a transitar la vida con mayor tranquilidad y alegría.

Mabel, argentina de nacimiento y contadora de profesión, está radicada en Los Ángeles desde hace muchos años. Allí ejerció su carrera como especialista en impuestos y su empresa era muy exitosa. "Estaba contenta con mi trabajo, pero cuando uno está abierto y flexible, cuando se deja guiar, cuando ya sabe que no sabe nada, la vida lo va guiando y se van abriendo puertas", dice Katz.

Sin ninguna intención de alterar su vida laboral, Mabel comenzó a asistir a conferencias y cursos de espiritualidad y superación, hasta que llegó a un seminario de Ho'ponopono, donde conoció al que fue su maestro por más de 10 años, el doctor Ihaleakalá Hew Len. Tomó el seminario tantas veces que perdió la cuenta y, sin buscarlo, cambió su destino para dedicarse de lleno a ayudar a otras personas a través del conocimiento y la experiencia que adquirió sobre esta práctica en esos años.



“La espiritualidad es algo que nos trae paz y nos une, nos devuelve el poder, entonces sabemos que somos responsables de lo que creamos y atraemos”

Explicar lo que es el Ho'ponopono en pocas palabras no es una tarea fácil. Muchos lo conocen como una especie de meditación en la que se repite mentalmente la frase 'lo siento, perdóname, gracias, te amo', pero Mabel lo resume así: "Utilizamos el 'gracias' o el 'te amo' como contraseñas, y las contraseñas nos ayudan a presionar esa tecla de 'borrar' en nuestra computadora en vez de hablarle al monitor, porque nosotros siempre le estamos hablando al monitor, queremos que este cambie, culpamos, nos quejamos, pero el monitor no puede hacer nada, entonces siempre hay que trabajar en nosotros", explica, y agrega que decir mentalmente 'gracias' o 'te amo', implica también asumir el 100% de la responsabilidad de lo que ocurre en nuestra vida y de las personas que llegan a ella. Esto quiere decir "lo siento, perdóname por aquello que está en mí que ha creado esto", agrega Mabel.

Este simple ejercicio, que la experta complementa con otras herramientas, ayuda a que la paz individual se transforme en una paz global, pues, como ella dice: "Si sanas tú, sano yo". Con base en este concepto, Mabel también se ha dedicado a hacer aportes a la paz mundial y fue reconocida con la Bandera de la paz de Mil Milenios, y en 2015 recibió el Public Peace Prize.

Por eso, aprovechando su paso por Colombia, donde la paz marca la agenda política y social, Katz estuvo en el Congreso de la República ofreciendo una conferencia optativa. "Les expliqué que la espiritualidad es la base de cualquier persona, negocio o familia exitosa, y cuando hablo de espiritualidad no hablo de religión, la espiritualidad es algo que nos trae paz y nos

MABEL, CONTADORA
de profesión, cambió su vocación y hoy se dedica a viajar por el mundo compartiendo la sabiduría que le dejaron sus años de estudio del Ho'ponopono

une, nos devuelve el poder, entonces sabemos que somos responsables de lo que creamos y atraemos, pero que también tenemos el poder de cambiarlo. Además, sugerí que invitaran a la gente joven. La paz no va a venir de un intelecto, no va a venir de pensar, no va a venir de querer tener razón o la última palabra, entonces necesitamos mentes diferentes", cuenta.

Padres felices, hijos felices

Esas mentes, más abiertas y libres son, para Mabel, lo que el mundo necesita para generar cambios. Por eso insiste en que criar hijos felices (no profesionales) es la obligación de los padres: "Para mí lo más importante es aprender desde chico que la vida es consecuencia de las decisiones que yo tomo, no de lo que me hicieron, de lo que me dijeron, de lo que me tocó... Hay que enseñarles a los chicos que ellos son 100% responsables y que ellos pueden cambiar su destino, y que no hay castigos ni recompensas, sino consecuencias".

Para lograrlo, es importante dar el ejemplo y es imperativo que los padres también trabajen por ser felices, pero "nosotros estamos muy programados, nos sacrificamos, tenemos culpa... Yo le digo a la gente: '¿Qué están esperando?', yo ahora viajo alrededor del mundo y vivo de una profesión de la cual no tengo título, escribo libros que cambian vidas y nunca tomé un curso para escribir libros', eso quiere decir que todos nacemos con talentos que son naturales, que hacemos mejor que nadie, porque son talentos, pero no somos perfectos, y eso es lo peor que aprendemos cuando somos chicos: que tenemos que ser perfectos". ●



“Hay que enseñarles a los chicos que ellos son 100% responsables y que pueden cambiar su destino”