

MABEL KATZ

Aplicando amor en la vida

● POR MARU ALVARADO

Hace 40 años que decidió dejar de poner "peros", obstáculos y miedos en su vida y encontró un camino a la felicidad como ella le llama.

Es mejor bendecir que maldecir, otorgar un gracias desde el interior abre más posibilidades que seguir pensando "no puedo".

Mabel Katz tuvo que aprender que no siempre el razonamiento lógico y puntual de todos los problemas que ocurrían a su alrededor y en su vida personal era la mejor manera de abordar las cosas.

"La gente a veces piensa tanto las cosas que se olvida de la fe", dijo.

La fe es lo que cada quien lleva dentro, creyendo en sí mismo y en un ser supremo, sin tener que analizar las cosas tanto y sólo soltar y dejar que ocurra lo mejor", mencionó.

El secreto es aplicar amor y soltar las cosas sin engancharse, esa es la filosofía que Mabel Katz, motivadora internacional, comparte en cada seminario, conferencia, y charla que ofrece donde sea invitada.

Ella le llama un arte, el arte del Ho'oponopono que va más allá de decir qué hacer para ser feliz primero tú, te dice cómo hacerlo en verdad, un modo de vida que aplicándolo siempre a través de hábitos luego se efectuará de manera cotidiana y se volverá un estado permanente en tu vida, explicó.

YO TARDE 40 AÑOS, TÚ PUEDES HACERLO AHORA

Mabel aplica desde hace 40 años las técnicas de Ho'oponopono. Ésta pareciera una palabra extraña para muchos pero de fondo sólo trata de amor. Es la forma de responder con amor a las cosas que ocurren a nuestro alrededor, basados en la fe interior que todos tenemos pero, a la cual pocos recurrimos y nos dejamos sumergir en los problemas.

"Yo me tardé 40 años, ustedes pueden hacerlo ahora si quieren, es cuestión de cambiar la mentalidad y la actitud de percibir sus vidas", enfatizó.

Dentro de nosotros está lo auténtico, lo real, no el exterior donde hay un sinnúmero de historias que no son

nuestras pero hay que perdonar y borrar.

LAS MEMORIAS NOS DETIENEN

¿Por qué hay ocasiones en las que no conseguimos las cosas que pensábamos que podíamos conseguir cuando éramos niños?, enfatiza Mabel.

La respuesta está en nosotros mismos, lo que pensamos, lo que atraemos con ello y más cuando nos enganamos con una situación, con un obstáculo mental, físico, material o financiero, cualquiera que sea, refirió.

"Los obstáculos en nuestro camino, sean espirituales, mentales, físicos, financieros o materiales, están solo basados en memorias que se repiten en la mente subconsciente, solo es eso", apuntó.

BORRANDO MEMORIAS

Las memorias son muy poderosas incluso se llegan a repetir una y otra vez en nuestras vidas, haciéndonos repetir el mismo comportamiento y producir los mismos resultados.

Pero ante esto se pueden aprender técnicas para tener el control borrando estas poderosas memorias y permitiendo que la inspiración se convierta en tu guía, mencionó.

EL PODER DE UN 'GRACIAS'

Tal vez no te hayas dado cuenta pero cuando a alguien le dices gracias sin más fin que el agradecimiento mismo, realmente se están borrando memorias y abres camino a algo mejor tanto para esa persona como para ti misma.

Un "gracias" tiene tanto poder, así lo define Ho'oponopono, al igual que "te amo", son palabras poderosas que borran cosas y limpian no sólo la vida de quien las dice sino de muchos más vinculados espiritualmente, sin saberlo.

"Ho'oponopono es tanto, pero en sí sólo es amor, es soltar con amor las cosas, no cuestionar algo, no pelear dentro de nosotros mismos con nuestro intelecto y dejar todo en manos del universo, es tener fe, eso es", subrayó.

La belleza y simplicidad de lo que Katz llama "El



LOS OBSTÁCULOS EN NUESTRO CAMINO, sean espirituales, mentales, físicos, financieros o materiales, están solo basados en memorias que se repiten en la mente subconsciente".

camino más fácil a la felicidad" es simplemente eso, borrar memorias y reemplazarlas por la inspiración, para una mejor forma de vida.

"Los problemas, ya sean espirituales, mentales, físicos o materiales, son simplemente memorias que vuelven a tocar en la mente subconsciente, ante lo cual lo que se debe desarrollar la habilidad para borrar las memorias", concluyó.

LA PRÁCTICA HACE AL MAESTRO Como dice la frase "La práctica hace al maestro", las habilidades se adquieren en la práctica y el borrar memorias puede hacerse un hábito saludable para el alma, como el alimentarse sanamente para el cuerpo.

Soltar las cosas y borrar los episodios no gratos en la vida con un GRACIAS o un TE AMO, procurará una vida en que la gratitud y el perdón le hacen más bien a quien lo dice pero tendrán un efecto sorprendente en el exterior y alrededor.

"El perdón y la gratitud, te ayudan a llegar a una frecuencia cero libre de memorias restrictivas y de reflexiones limitadoras, donde todo surgirá desde la divinidad, soluciones maravillosas", puntualizó.

Esta filosofía se convierte en un modo de vida para quien así desea tomarla, los efectos serán acorde a cada persona, a su realidad, a su forma de ser, en el tiempo preciso para su aprendizaje interior, no antes ni después y con sólo comenzar con unas palabras.

Por cierto empezando con ello... gracias por leer esto. ●

