

EL DINERO Y LA ESPIRITUALIDAD: ENTREVISTA CON SHAKTI GAWAIN

«Cuanta más luz haya en nosotros, más brillante será el mundo en que vivimos.» Shakti Gawain

“Cuando creamos algo, lo creamos siempre primero en forma de pensamiento. Si somos básicamente positivos en nuestra actitud, esperando y visionando placer, satisfacción y felicidad, atraeremos y crearemos personas, situaciones y eventos que concuerden con nuestras expectativas positivas”.
Shakti Gawain



EL DINERO Y LA ESPIRITUALIDAD: ENTREVISTA CON SHAKTI GAWAIN

Identificar mis necesidades parece muy simple, pero tengo cuarenta años y todavía no las tengo claras. Son demasiadas (pasar más tiempo a solas, ampliar mi círculo social, tener dinero y tiempo libre) y algunas parecen contradecirse entre sí. ¿Por dónde empiezo?

A veces resulta difícil determinar qué necesitamos y establecer prioridades. Pero lo más importante es comenzar a prestar atención.

¿Qué quiere de verdad? Piense en lo que ocurre a las personas que sufren una catástrofe y lo pierden todo. Se ven obligadas a restablecer sus prioridades. ¿Qué sería más importante para usted en esa situación? ¿Qué necesita y desea de verdad para su bienestar?

Sí; sé que las distintas voces de su interior responden cosas diferentes porque, como ya he dicho, la vida está llena de polaridades. Necesitamos pasar tiempo a solas, pero también relacionarnos con los demás. Sin embargo, quizá descubra que tener un círculo social amplio es menos importante que mantener un contacto estrecho y regular con unas pocas personas.

Podría llegar a la conclusión de que es posible descartar las formas menos gratificantes de relacionarse con los demás, buscar personas que le produzcan una mayor satisfacción y, al mismo tiempo, dedicarse más tiempo a uno mismo.

Sé que no es fácil. Pero forma parte del proceso de tomar conciencia. En el transcurso de la vida tenemos que repetirnos muchas veces la misma pregunta «¿Qué es verdaderamente

importante para mí?» e ir modificando la respuesta. Nuestras necesidades y deseos cambian. A medida que perseguimos ciertas metas que nos parecen importantes y desarrollamos ciertas facetas, es probable que nuestras prioridades cambien.

Por ejemplo, durante mucho tiempo mi trabajo fue importantísimo para encontrar satisfacción y plenitud en mi vida. Ahora eso comienza a cambiar ligeramente. He satisfecho muchas de mis necesidades y deseos en ese ámbito. Siento la necesidad de tener más tiempo para mí y el deseo de explorar otras áreas de mi creatividad. Esto también me impulsa a desarrollar nuevos métodos de trabajo.

¿Cómo es posible que siempre acierte sobre las necesidades de mi familia y amigos y no sobre las mías?

Si se ha identificado con las cualidades de la persona benefactora o complaciente, es probable que le resulte más sencillo conocer las necesidades de los demás que las suyas propias. Debe aprender a prestar menos atención a otros y concentrarse en uno mismo.

Esto requiere práctica, como cualquier otra disciplina que deseamos dominar. Casi todos estamos condicionados para negar nuestras necesidades más profundas. No hemos aprendido a ser perceptivos en este aspecto. Pero con un poco de ayuda y práctica lo conseguirá.

Dice que un elemento importante de la prosperidad consiste en equilibrar las polaridades en la vida y en nosotros mismos. ¿Eso significa que cuanto más feliz y próspera sea, más reveses debo esperar?

No, al contrario. Si se identifica con un extremo de la polaridad y vive inclinado hacia ese lado, tarde o temprano la vida la obligará a pasarse al otro extremo para que comience a explorarlo y aceptarlo.

Si ha realizado el trabajo necesario para tomar conciencia y aceptar ambos extremos de la polaridad, «contendrá» los dos opuestos. Es una posición muy estable. Cuando haya desarrollado ambos aspectos, o al menos sea consciente de ambos y los haya aceptado, se sentirá más equilibrada y habrá menos posibilidades de que caiga en un extremo negativo.

Tengo miedo de ser muy feliz, porque creo que entonces tendré momentos igualmente tristes. ¿Me ocurrirá algo verdaderamente demoledor?

Si solo desea felicidad en la vida y se niega a aceptar otra cosa, está totalmente identificada con un extremo de la polaridad y niega el otro, tal vez a causa del miedo. Sin duda la vida continuará su curso y le producirá tristeza en alguna ocasión.

Pero si acepta los dos extremos de la polaridad, si comprende que la vida contiene momentos de felicidad y de tristeza, superará los momentos tristes con la convicción de que todo tiene un aspecto positivo. La plenitud y satisfacción de su vida no desaparecerá solo porque pase por una mala racha.

Tengo menos dinero que hace cinco años, pero me siento más próspera. ¿Por qué? ¿Porque tenemos menos miedo o porque estoy negando mis verdaderos sentimientos? ¿Es progreso o negación?

Yo diría que es progreso. Lo que dice coincide con el hecho de que la prosperidad depende menos de la situación económica que del grado de satisfacción de ciertas necesidades en la vida.

Es probable que haya evolucionado hasta un estado en el que está más en contacto consigo misma en ciertos aspectos y, en consecuencia, haya conseguido satisfacer más necesidades. Quizá no todas, pero más que antes. Si vive en mayor armonía consigo misma, más cerca de lo que es, el hecho de que su situación económica haya cambiado ligeramente es irrelevante.

¿Y si ha cambiado más que ligeramente en un sentido negativo? ¿Debo pensar que es un precio que debo pagar?

Debería pensar qué parte de usted refleja su situación económica. Quizá deba tomar otros pasos hacia el cambio y la sanación.

Hace poco asistí a una de sus charlas sobre prosperidad y noté una reacción de desencanto general cuando dijo que no todo el mundo está destinado a tener mucho dinero. ¿Cómo interpreta esa reacción?

Creo que en un nivel profundo tenemos la posibilidad de escoger. No existe un Dios que haya dicho con antelación: «Tú serás rico y tú serás pobre durante toda tu vida. Ahora saca el máximo partido de tu situación».

Creo que el alma elige el proceso de aprendizaje que desea o el que necesitamos para nuestro desarrollo como seres humanos. Tengo la impresión de que se nos presenta el reto de encontrar

la verdadera prosperidad dentro de las circunstancias concretas que hemos creado en nuestra vida.

Me resisto a creer que el viaje de mi vida puede incluir el que pase necesidades económicas durante el resto de mi existencia. ¿Acaso el hecho de que diga que me resisto, una expresión con mucha carga afectiva, significa que estoy negando alguna energía o algún aspecto de mi personalidad?

Es muy probable, porque cuando existe una carga afectiva, casi siempre subyace una energía negada. Puede que esté negando esa parte de usted que podría ser feliz con muy poco: el asceta que habita en su interior.

También es posible que le digas: «Si nunca he tenido mucho dinero, jamás conseguiré satisfacer mis necesidades».

Es como ser condenada a la infelicidad de por vida. ¿Y si pudiera ser feliz teniendo solo el dinero necesario para hacer las cosas que desea de verdad y sentirse satisfecha con esa vida? ¿Necesitaría grandes sumas de dinero?

Me he acostumbrado a usar mi tarjeta de crédito y pensar que el dinero aparecerá de un modo u otro. ¿Conoce la voz que dice: «No viviré dentro de mis posibilidades?» (Es como Scarlet O' Hara en «Lo que el viento se llevó»: «Nunca volveré a pasar hambre»). ¿Cómo domar a Scarlet O' Hara con una Mastercard?

Las tarjetas de crédito son muy peligrosas y yo aconsejo que se usen con prudencia. Si es proclive al autosabotaje, a la rebeldía o a los excesos, quizás sea mejor no usarlas. Incluso las personas más sensatas y responsables se sorprenden de la

rapidez con que acumulan gastos, y a veces tienen dificultades para pagarlos. Las tarjetas de crédito alimentan esa parte de nosotros que se niega a reconocer los límites.

Siempre he tenido la esperanza de ganarme muy bien la vida, mejor que mis padres, pero no es así, ¿sabe por qué?

Es posible que se haya identificado con esa faceta de su personalidad que dice: «Si tienes éxito deberías ganar tanto dinero; debes ganar más que tus padres, porque en teoría, tienes que avanzar en la escala social».

Quizás haya negado esa otra parte de usted que dice: «No me interesa tener mucho dinero. Ni siquiera aspiro a tener éxito completo en mi profesión. Si pudiera vivir en un sitio bonito, hacer algo que me apasione y estar rodeada de gente que me ame, sería feliz».

Desde luego, otra posibilidad es que esté bloqueando inconscientemente su capacidad para ganar más dinero por temor al éxito o por rebeldía.

¿Cómo puedo hacerme un presupuesto si mis ingresos son tan irregulares?

Mis ingresos también son irregulares y siempre lo han sido. Hago lo posible para prever lo que sucederá. Planifico mis gastos unos meses o un año antes, basándome en la cantidad de seminarios que coordino, los posibles derechos de autor de mis libros y otras fuentes de ingresos. Procuro calcular a la baja, para no encontrarme con sorpresas desagradables. Con un

poco de práctica aprenderá a hacer conjeturas bastante realistas.

Después tiene que revisar el presupuesto con regularidad. Es importante saber cuánto gasta. Yo he descubierto que cuando uno tiene una idea clara de lo que necesita, de una forma u otra se las arregla para ganar lo suficiente para cubrir esas necesidades. En mi caso ha sido así, y he visto que a muchas personas les ocurre lo mismo.

¿Hacer un presupuesto no limita la idea de prosperidad? ¿No aprovecharíamos mejor el tiempo visualizando nuevos ingresos?

No; porque cuando uno hace un presupuesto crea un plan de lo que necesita. Esto permite que el universo lo ponga en marcha. He descubierto que es mejor controlar el proceso de manera consciente, descubrir lo que uno necesita y luego visualizar los ingresos que se desean. Después puede comenzar a ampliar su visión de manera paulatina.

La mayoría de la gente piensa que un presupuesto determina lo que no deben gastar. Pero un buen presupuesto es equilibrado; deja lugar para algunas de las cosas que se quieren, además de aquellas que necesita. Es probable que no pueda gastar tanto como le gustaría de inmediato, pero con un poco de paciencia su prosperidad económica crecerá.

El principal obstáculo en mi experiencia de prosperidad es el miedo. ¿Es verdad que el miedo nos atormentará hasta que hagamos las cosas que más nos asustan? He pensado en saltar en paracaídas para superar mi miedo a las alturas.

Tiene que admitir su miedo y trabajar con él. No me parece buena idea desestimar su miedo y obligarse a hacer aquello que la aterroriza. Creo que es más conveniente observar ese miedo, experimentarlo, honrarlo y respetarlo y luego pensar en los pequeños pasos que puede dar para superarlo.

Yo concibo mi miedo como si fuera un niño asustado. ¿Cuál es la mejor manera de tratar a un niño asustado? Si usted tuviera un hijo que teme a las alturas, ¿lo obligaría a saltar en paracaídas? No; no es la mejor manera de resolver el problema. Sería mejor sentarse a hablar con ese niño con tranquilidad y afecto, permitirle expresar todo lo que le ocurre.

Es posible que una voz fuerte y autoritaria le diga: «Vamos, eso es lo que debes hacer». Pero esa clase de energía de poder prácticamente garantiza que salga a la superficie el extremo opuesto de la polaridad, la energía vulnerable del niño: «Pero tengo miedo, no quiero hacerlo».

Pruebe a decirle al niño: «Veamos, si quisiéramos hacer esto, ¿qué medidas podríamos tomar para que te diera menos miedo»? Mediante este proceso, comience a usar su poder y su fuerza para apoyar a su faceta asustada y vulnerable. No la abrume ni la niegue diciéndose «Soy una tonta por tener miedo», o «Ve y hazlo de una vez».

Muchas personas usan su fuerza para negar, suprimir o castigar su vulnerabilidad. Tenemos que aprender a usar nuestra fuerza para apoyar nuestra vulnerabilidad. Un niño que se siente comprendido, apoyado, protegido y alentado supera su miedo poco a poco.

Podemos dar pequeños pasos para que el miedo no sea un obstáculo en nuestra vida. Si estos pasos no son mayores de lo que nuestro miedo puede tolerar, progresaremos.

¿Cree que podemos emprender este proceso solos, o necesitamos un consejero o un psicoterapeuta?

Creo que un buen consejero o un psicoterapeuta puede resultar muy útil. Casi todos nos tratamos a nosotros mismos como nos trataron nuestros padres u otras figuras de autoridad en la infancia. En cierto sentido, una psicoterapia es una nueva forma de paternidad. Es estar con alguien que le enseña a hacer las cosas de otra manera. Una vez que adquiera experiencia en el trabajo con un consejero (con alguien que esté a su disposición) le resultará más sencillo continuar sola.

Si pienso en «equilibrar las polaridades» tengo la impresión de que debo obligarme a hacer cosas que no deseo hacer. ¿Lo he entendido mal?

Sí. No tiene que obligarse a hacer cosas que no desee. En ocasiones tendrá que darle un empujoncito en una dirección que le parece penosa o amenazadora, pero no debería sentirlo como una obligación. Si es así, no lo haga. Debería verlo como una exploración, como algo que desea hacer aunque le produzca inseguridad. No es una obligación sino una forma de expansión. La vida siempre tiene los medios para guiarnos en la dirección que debemos tomar.

¿Por qué debería yo ser rica cuando otros son tan pobres? ¿Por qué iba a merecer más que los demás?

En primer lugar parece dar por sentado que hay una suma limitada de dinero. Piensa que si toma una porción más grande del pastel, otros se quedarán con una más pequeña. Pero el dinero es un reflejo de la energía y hay suficiente energía vital para todos. Es posible aprender a vivir de modo que la energía fluya a través de nosotros y de nuestra vida.

Por otra parte, en el mundo, hay una cantidad limitada de recursos materiales, de modo que tenemos que ser conscientes de cómo usamos dichos recursos. Hemos creado una situación desequilibrada, en las que unos pocos consumimos una parte demasiado importante de los recursos del mundo.

Podemos conseguir que en nuestra vida fluya tanta cantidad de energía, en forma de dinero, como el universo considere conveniente. Pero creo que deberíamos ser conscientes de cómo vivimos en la Tierra y no agotar sus recursos limitados.

Si tiene más dinero del que cree merecer, puede usarlo para hacer una contribución al mundo. Emplee esa energía, esos recursos, para hacer lo que se sienta inclinada a hacer. Servirá para demostrar a otros que está bien tener energía y poder. He escrito extensamente sobre este tema en mis libros Visualización creativa y Vivir en la luz.

Todo se reduce al hecho de que si sigue los dictados de su corazón, de su alma y de sus verdaderos deseos, el dinero llegará de una forma que no es dañina para usted ni para ninguna otra persona.

Los últimos libros sobre prosperidad hablan de buscar la dicha y encontrar un empleo divertido y estimulante todo el tiempo, ¿verdad?

No cada instante; por supuesto. Todo tiene sus momentos difíciles, sus retos, sus problemas y frustraciones. Pero si hace algo que le apasiona o que es apropiado para usted, la experiencia es satisfactoria y enriquecedora.

«Buscar la dicha» es una frase preciosa, pero sugiere que uno debe permanecer en estado de dicha constantemente. Y yo no creo que sea así. No conozco a nadie que viva de ese modo. Por mucho que amen lo que hacen, no siempre se sienten dichosos.

Creo que cuando hacemos lo que realmente nos estimula, aquello para lo que tenemos energía, nos sentimos más involucrados en la tarea, experimentamos fascinación, plenitud y sí... ¡también nos divertimos!

Me inculcaron la idea de que si algo es divertido no es trabajo y que se nos paga de acuerdo con la dificultad de lo que hacemos.

No creo que ningún trabajo sea divertido todo el tiempo. Pero es posible ganar mucho dinero haciendo algo que proporcione verdadero disfrute. Es mi caso. Y aunque mi trabajo es divertido, a veces también me plantea problemas. Sin embargo, casi todo lo que hago surge directamente de mi corazón y de mi alma, y me resulta muy gratificante.

¿Por qué los budistas creen que el deseo es la fuente de todo sufrimiento y que la libertad consiste en liberarnos de nuestros apegos, mientras usted dice que debemos confiar en nuestros deseos y guiarnos por sus dictados?

He oído muchas traducciones e interpretaciones distintas de esta enseñanza. No estoy segura de qué pensaba Buda, pero me inclino a pensar que se refería a las falsas ansias que experimentamos cuando perdemos contacto con el corazón y el alma. Sin embargo, he observado que la forma en que muchas personas ponen en práctica este principio conduce a la negación de las necesidades y sentimientos humanos y desata una batalla constante en nuestro interior. En lugar de intentar liberarnos de la experiencia humana, creo que es más fructífero reconocer que, como seres humanos, hemos escogido esa experiencia. Mi objetivo es aceptarla, aprender y disfrutar de ella todo lo posible.

Fuente:<http://tallerladosa.blogspot.com/2011/10/el-dinero-y-la-espiritualidad.html>