

TELEVISION



MABEL KATZ

Enseña a vivir
mejor
por televisión

Ha publicado "El camino más fácil", un libro de autoayuda que sirve para resolver problemas y encontrar el camino hacia el amor, la felicidad y la riqueza. Pero además tuvo un programa de radio en KTNQ todos los sábados por la noche que se mantuvo en el aire durante tres años. Y ahora, tras un breve paso por Televisión Azteca, que básicamente hacía una televisación del programa de radio a lo "Howard Stern", Mabel Katz ha llegado a la televisión en un formato que aprovecha al máximo las posibilidades del medio. El programa se llama "Despertar" y en él Mabel le enseña a los televidentes los códigos y caminos para cambiar sus vidas sin depender de nada ni de nadie. Con información, educación, dirección y consejos para tener una vida feliz y exitosa, en "Despertar" nunca faltan los invitados especiales, ni tampoco la presencia de Graciela Reynaga Field, la gurú de la dieta bioenergética y molecular, quien desde su experiencia y reconocida trayectoria le enseña a la audiencia cómo vivir mejor. "Despertar" se emite todos los días a las seis de la mañana por el canal 22.

Entrevista exclusiva de Gabriel de Lerma

- ¿Cuándo fue que te diste cuenta de que podías ayudar a los demás?
 — Desde chica nunca me contaban los secretos en mi casa porque no me los podía guardar. Considero que tengo un secreto, hay algo que descubrí y tengo necesidad de compartirlo con la gente, me parece muy importante compartir todo esto y despertarlos, por eso mi programa se llama "Despertar".

— **¿Qué es lo que va a encontrar la gente cuando sintonice tu programa?**

Van a encontrar esperanza, paz, se van a dar cuenta del poder que tienen de cambiar su vida sin depender de nada ni de nadie, para mí descubrir eso fue muy importante, me cambió la vida y la idea es poder cambiar otras vidas a través de este programa.

— **Vas a tener invitados especiales en este programa.**

Siempre tengo, porque la idea es mostrarle a la gente a través de otros latinos que están triunfando, como ejemplo para nuestra comunidad, mostrarles de dónde viene esta gente, cómo han empezado, por más triunfadores que somos todos la hemos pasado mal, mostrarles que sí se puede, que la gente se vea identificada a través de invitados especiales que tienen información muy importante para la comunidad, muy útil, que no se publicitan, no se promocionan, y la gente no se entera.

— **¿A veces te parece que triunfar en este país es más fácil de lo que pensamos, pero el problema es que no tenemos los elementos como para poder destrabar cosas?**

Claro, yo pienso que no importa donde estemos, lo importante es darnos cuenta de que nosotros somos los que creamos las cosas, aquí, en México, en Argentina, en Colombia, en donde sea, pero lo que necesitamos aprender es a tomar cien por ciento responsabilidad, y una vez que hacemos eso y cambiamos nosotros, todo cambia alrededor nuestro, a veces estamos esperando que las cosas cambien afuera, pero no, los que tenemos que cambiar somos nosotros.

— **¿Por qué elegiste hacer el programa de televisión para la comunidad latina, y no para la anglosajona, cuando hablas perfectamente inglés?**

A veces me lo pregunto yo misma, empecé enseñando todo esto a través de seminarios en inglés, aprendí todo esto que enseñé en inglés, pero un día fui a Argentina, lo presenté allí y les gustó tanto que dije si los argentinos que son tan intelectuales pudieron abrirse a esto, ¿por qué no puede pasar lo mismo en Los Angeles que hay tanta población latina? Las puertas se empezaron a abrir, y se abrieron realmente demasiado rápido, los anglosajones tienen mucho de autoayuda, para nosotros los latinos es un poco nuevo, libros todavía hay alguno que otro pero programación de televisión no hay nada, porque en general a través de la televisión lo único que buscan es sacarle dinero a la población o mantenerlos en la ignorancia porque de esa forma los tienen más controlados.

— **Parte de tus enseñanzas vienen de la cultura hawaiana, ¿no es así?**

Así es. Yo llegué a ella a través de mucho trabajo personal, pero siempre decía tiene que haber un camino más corto y más fácil, y lo encontré en una técnica muy antigua hawaiana que se llama "ho'oponopono", que sirve justamente para la resolución de problemas, y explica que en realidad no hay nada afuera nuestro, es muy importante saber que hay algo adentro nuestro que lo está creando, simplemente le enseñé a la gente cómo soltarse, porque cuando aparece un problema enseguida reaccionamos, enseguida tenemos opiniones y juicios. Una de las cosas que les enseñé es dar las gracias, a repetir "gracias" en la mente nuestra porque esa es una forma de soltarse, es una forma de darle permiso a una parte nuestra que tiene todas las soluciones a nuestros problemas.

— **¿Empezaste como contadora?**

Empecé y sigo trabajando de contadora.

— **¿Cómo fue este paso a la radio primero y la televisión después? ¿Alguna vez se te cruzó por la cabeza que ibas a terminar parándote delante de una cámara?**

No, jamás, tampoco se me ocurrió que iba a escribir un libro. Mi trabajo como contadora me encanta y lo hago todavía porque veo que puedo ayudar a mucha gente con la parte financiera, algo a lo que todos le tenemos tanto miedo. Me especialicé en impuestos en este país, yo era una de esas personas que pensaba que la felicidad estaba en las cosas materiales, y a pesar de haberlas conseguido no era feliz, tenía muchas reacciones de ira, de resentimiento con mi hijo mayor. Una vez él me habló de la misma forma, con ese mismo enojo, entonces ese día me despertó, el primer seminario que tomé fue para saber de dónde venía el enojo. Una cosa me llevó a la otra, pero lo que noté es que somos muy adictos al drama, al sufrimiento, por eso seguía en la búsqueda de un camino más fácil, y lo encontré a través de esta técnica hawaiana.

— **Tienes algunos columnistas fijos en el programa, como Graciela Reynaga Field.**

Graciela nos trae la parte de nutrición, nos enseña a aprender a comer. Yo estoy aprendiendo con ella, me parece una parte muy importante para el programa porque tenemos que cuidar la parte física.

— **¿Qué es lo que aprendiste hasta ahora sobre alimentación con Graciela?, ¿qué cambiaste en tu propia alimentación a partir de sus enseñanzas?**

Confirmé el asunto del agua. Yo siempre les hablo de la importancia de tomar agua, pero también de la comida y los condimentos, porque a través del estrés y demás, vamos perdiendo las cosas que el cuerpo debería estar produciendo y tenemos que complementarlo, la importancia de los vegetales y de determinadas comidas que nos dan ciertas vitaminas que el cuerpo necesita.

— **¿Qué te parece más importante, alcanzar el éxito o ser feliz?**

Ser feliz, cuando uno es feliz el éxito viene, ése es el secreto, cuando uno hace las cosas por amor y pone la pasión, lo demás viene solo.