



Traducido por Shabad Dev Kaur en servicio para APKY

Estar en Gracia Permite que Tu Vida Transcurra

27 de noviembre de 2007

Por Guru Kaur

Al mirar a las mujeres a mi alrededor, con las que tuve contacto a través de mi energético trabajo, muchas de ellas me dieron la impresión de que, como me ocurría a mí, se sentían muy íntimamente insatisfechas. Es que estaban trabajando en un mundo orientado a lo masculino, y habían adaptado valores y actitudes masculinas para ello. Ellas negaban y suprimían su femineidad innata, eliminando lo más precioso que poseían. Lo peor era que habían perdido no sólo el respeto a sí mismas, sino también el de aquellas con quienes estaban trabajando.

Comprendí que la respuesta no estaba en que las mujeres abandonaran su lugar de trabajo. En lugar de ello necesitábamos recuperar aquellas cualidades que nos hacían femeninas, e integrarlas en nuestra vida diaria, doméstica y laboral. Era todo lo contrario.

Por aquel tiempo conocí a una mujer con mucha influencia política en la India. Inspiraba respeto de una manera que no había visto en ninguna otra mujer que hubiera conocido. Era exitosa en sus propios términos, y nunca comprometía, usaba ni abusaba de su femineidad. Cada vez que estaba con ella me contaba cómo lograba éxito en sus cosas.

Una de sus historias transcurría más o menos así: como joven política se le asignó la nada envidiable tarea de canalizar agua a una ciudad muy remota en los Himalayas. Todos sus antecesores (hombres) habían fracasado. Algunos habían intentado el soborno, otros el acoso, y algunos ni siquiera se habían molestado en iniciar el gigantesco proyecto. Cuando ella visitó la ciudad, se dio cuenta de cuán difícil era la vida para las mujeres que debían acarrear el agua a través del valle. Ella entonces comprometió su palabra de que les proveería una tubería para aprovisionarlas de agua. No podía decepcionarlas y no tenía idea de cómo podría lograrlo. Pensó en ello durante varios días y finalmente se le ocurrió un plan. A pesar de lo

aparentemente imposible de la tarea, lo logró. La forma de hacerlo fue por medio de una solución con tal gracia, que yo la he utilizado una y otra vez a lo largo de los años. Ella telefoneó al Primer Ministro (hombre) y lo invitó a ir a la ciudad para inaugurar oficialmente la puesta en marcha de la nueva tubería de agua, y logró que el político fijara una fecha en su agenda para tal propósito. Lo demás fue fácil. Los miembros del gabinete del Primer Ministro se entusiasmaron tanto con los efectos de relaciones públicas detrás del proyecto, que se ocuparon de que se aprobara el presupuesto, se asignaran los fondos, se pagara a los contratistas, y así sucesivamente. Hasta el día de hoy las mujeres del valle la llaman “la dama del agua”.

Lo que amo de esta historia es que ella halló la fórmula para trabajar la idea, que era creativa y honraba a los que se involucraron. Eso es lo que yo llamo gracia.

En mi propia vida, sin embargo, yo no sabía por dónde empezar. Decidí ir día por día. Comenzó a brotar en mí la idea de que la gracia es un estado del ser que surgía al abrirme a todas las maravillas de la vida. Era cuando me sentía en paz conmigo misma y en mi interior con tal intensidad que no estaba consciente de lo que ocurría a mi alrededor. Era cuando incluía a todos en el cuadro.

Tener gracia tampoco era un concepto esotérico. Era altamente práctico y afectaba mi conducta en un nivel muy profundo. Noté que se transformaba en un círculo virtuoso. Cuando dejaba de actuar de manera plañidera o exigente, la gente me respondía de forma distinta, de modo que pasé a ser su referente de calma. La atmósfera cambiaba para transformarse en una situación en que la gente quería estar. Las personas se volvían más relajadas. La insistencia plañidera y los ruegos se volvieron cosas del pasado. Teníamos una nueva manera de lograr objetivos.

Tener gracia abría oportunidades y mi vida adquirió una cualidad mágica por ello. Descubrí que Yogi Bhanan tenía razón cuando decía que “cuando una mujer se mantiene en la gracia, todo es posible”.

Si quieres ver cuánto más puedes lograr en tu vida cuando tienes la gracia, aquí hay cuatro áreas para comenzar:

1. Modales:

No seas cortés sólo por serlo. Sonríe con sonrisa genuina. Presta toda tu atención a lo que la otra persona está diciéndote, sin interferir con tu propia versión. Un aspecto clave para trabajar es darte cuenta de cuánto de tu conducta obedece a las inseguridades que tenías

cuando niña. El punto de referencia es: “¿Hice hoy todo lo posible para que este día fuera maravilloso para esa persona?”

2. Moral:

Desde las antiguas escrituras yoguis hasta todas las religiones del mundo existen códigos de conducta que dan respaldo moral a nuestras vidas. No es cuestión de “puedo hacer esto sin que me descubran”, o “cuánto puedo propasar los límites”. El código moral está dentro de ti. El referente es “¿Puedo dormir tranquilo esta noche?”.

3. Estándares:

¿Cuál es tu estándar? ¿Qué es lo que representas para el mundo? Los estándares crean la estructura de tu vida y se construyen sobre la base de aquello con lo cual tú estás comprometida. La base es la integridad. La referencia es: “¿Cuánto se puede confiar en mí?”.

4. Estilo:

Cada una de nosotras tiene su propia manera de expresar su identidad en este mundo. Nuestro estilo es un discreto lenguaje que impacta sobre nuestro entorno de una manera subliminal. La belleza de tu propio estilo refleja cuán cómoda te sientes contigo misma. ¿Cómo describes tu estilo? ¿Es ruidoso, desprolijo, de pacotilla, crudo? Corrígelo y comienza a actuar con gracia.

ORIGINAL EN INGLÉS

Being Graceful Makes Your Life Happen

November 27th, 2007

by Guru Kaur

Looking around me at the women whom I came into contact with through my high-powered work, so many of them seemed, like me, to feel dissatisfied deep down within. They were working in a male orientated world and had adapted male values and attitudes to make it. They denied and suppress their innate femininity, killing off what was most precious in them. Worst of all, they had lost not only their self-respect but also that of those they worked with. I realised the answer was not for women to leave the work place. Instead we needed to regain those qualities that made us womanly and integrate them into our daily, domestic and working lives. It was all upside.

Around this time I met a very powerful woman in Indian politics. She commanded respect in a way no other woman whom I had met did. She was successful on her terms and never compromised, used or abused her femininity. Each time I met her she would tell me stories about how she got things done. The first one went like this.

As a young woman in politics she was given the unenviable role of arranging water to be piped to a very remote village in the Himalayas. Each of the previous (male) incumbents of her post had failed. Some had tried bribery, some had tried bullying, and some had not even bothered to start this mammoth project. When she visited the village she saw how hard the life was for the women who had to carry the water across the valley. She gave her word that the piped water would come. She would not let them down and she had absolutely no idea what to do to make it happen. She thought about it for many days and then came up with a plan. Despite the impossibility of the task, she succeeded.

The way she did it was such a graceful solution and one that I have varied again and again over the years. She telephoned the (male) Chief Minister to invite him to come and officially open the new water pipe and got a date set in his diary for it. After that, it was plain sailing. The Chief Minister's staff were so enthused by all the positive PR that he would get for this project that they saw to it that the budget was approved, the money sent, the contractors paid and so on. To this day, the women in that valley call her "the lady of the water."

What I love about this story is that she found a way to work which was creative and honoured all the people involved. Now, that's what I call grace.

In my own life though, I just didn't know where to start. I decided to take it one day at a time. It began to dawn on me that grace was a state of being which came when I opened up to all the wonders in life. It was when I felt at peace with, and within, myself so much so that I didn't react to what was going on around me. It was when I included everybody in the picture. Being graceful was not an esoteric concept either. It was highly practical and affected my behaviour at a very deep level. I noticed that it became a virtuous circle. When I wasn't needy or pushy, people responded to me differently so that I became their calm reference point. The atmosphere changed to one which people wanted to be in. They became more relaxed; I became more relaxed. Nagging and begging became a thing of the past. We now had a win:win situation.

Being graceful opened up opportunities and my life took on a magical quality to it. I discovered that it was true what Yogi Bhanan had said: "when a woman maintains her grace everything is possible."

If you want to see how much more is possible in your life when you are graceful here are four areas of your life to start with.

1. Manners:

Don't just be polite for the sake of it. Please, say it with a genuine smile. Listen with your full attention to what the other person is saying, without putting your own story into the picture. A key aspect to work on is how much your behaviour is based on your insecurities you felt as a child. The benchmark is "did I just make today more wonderful for that person?"

2. Morals:

From the ancient yogic scriptures to all the world's religions, there are codes of conduct which give a moral backdrop to our lives. It is not a question of can I do this and not get caught, or how far can I push the boundary. The moral code is within you. The benchmark is "can I sleep peacefully tonight?"

3. Standards:

What do you stand for? What do you represent to the outside world? Standards create the structure of your life and standards are built on what you are committed to. Integrity is the foundation. The benchmark is: "how much can I be trusted?"

4. Style:

We each have our own way to express our identity in this world. Our style is a discreet language which impacts our surroundings subliminally. The beauty of your own style reflects how comfortable you are within yourself.

How do you describe your style? Is your style noisy, untidy, trashy or crude? Straighten this up and start being graceful.