



## EL LIDERAZGO CONSCIENTE

La empresaria y guía espiritual Preethaji asegura que la meditación influye en el éxito de un negocio.

POR: *Angélica Pineda*

**C**erca de 250 pares de ojos miran en la misma dirección. Hombres y mujeres de diferentes edades concentran su atención en una menuda figura engrandecida por la pantalla y por el estado de calma que proyecta. Es Preetha Krishna, mejor conocida como Preethaji, experta en filosofía y guía espiritual. Sus cursos, con los que ha llegado a México, comienzan con el *deeksha* (bendición de unidad), una transferencia de energía para equilibrar el funcionamiento neurobiológico. La sesión termina en aplausos de un público de pie.

Preethaji, quien nació en 1974 en Chennai, India, es también empresaria. Junto con su esposo Krishnaji, fundó dos academias de meditación y el conglomerado White Lotus, que incluye bienes raíces, desarrollo de propiedades, energía, medios y deportes. Sus enseñanzas también se dirigen a los directivos de empresas y sobre eso platicó con *Expansión*.

**EXPANSIÓN: ¿Cómo conjuga los negocios y la meditación?**

**PREETHAJI:** Se cree que los negocios y la meditación son dos cosas separadas y no lo son. La situación material y la espiritual van completamente combinadas, se trata de generar riqueza desde una manera consciente.

**E: ¿Qué buscaba a través de la meditación?**

**P:** Mis prácticas iniciaron a los 17 años. Como muchos, empecé a meditar a ver qué pasaba. Tomé ese camino cuando comencé a tener experiencias fuera del campo del tiempo y del espacio, que dejaron un impacto muy profundo en mi ser. Esas experiencias se quedaron ancladas en mi vida. En ellas no hay juicio, no hay conflicto, ves que esto es mucho más grande que tú. Somos la segunda generación de una familia dedicada a la transformación a través del crecimiento espiritual. (Preethaji es nuera de Sri Bhagavan y Sri Amma, fundadores de Oneness University, en India.)

**E: ¿Cómo puede ayudar la meditación a los líderes que lidian con altos niveles de estrés y ansiedad para tomar mejores decisiones?**



**P:** Les ayuda a tener calma. Las personas que viven en un estado de estrés están corriendo todo el tiempo, obviamente, las decisiones que toman no son las mismas cuando lo hacen desde un estado de calma, de silencio. La calma genera un impacto en su productividad y en su forma de ser. Se nos han acercado muchos empresarios que vienen desde ese estado de estrés, de miedo, de enojo, y desde ahí toman sus decisiones. Y han descubierto que, cuando comienzan a actuar desde la conciencia, tienen mucho más poder para manifestar lo que están buscando hacer.

**E: ¿Qué los convence de practicar la meditación? Seguro estarán más abiertos a hacer ejercicio o algún otro hobby.**

**P:** Ese pensamiento está cambiando mucho. Ahora están más abiertos a la meditación, porque sus niveles de estrés se han ido más allá de lo que pueden manejar y ven cómo están destruyendo su vida y la de los demás. Les mostramos que cuando están en un estado de decepción, todas sus decisiones generan destrucción, tienen un impacto negativo.

**E: ¿Existe el estrés positivo, ese que mantiene al empresario despierto y creativo?**

**P:** No hay estrés que sea bueno, todo tipo te enferma. Antes, quizá generábamos estrés por supervivencia, porque teníamos un tigre detrás (tratando de comernos). Hoy no tenemos esa situación, hoy te produce estrés estar con tu pareja o ver a tu jefe a diario. Todo eso genera enfermedad, quiebra tu cuerpo y tus relaciones.

**E: No tenemos al tigre detrás, pero tenemos un entorno que exige ser competitivo, dar resultado en menos tiempo.**

**P:** Si estás agitado internamente, no puedes tener claridad y, por lo tanto, no puedes tomar buenas decisiones. Cuando estás en calma comienzas a tener claridad en lo que tienes que hacer.

**E: ¿Con qué CEO ha trabajado? ¿Cómo ha transformado vidas dentro de las empresas?**

**P:** No puedo dar nombres, pero tuvimos un curso en Los Ángeles. Ahí estaba el sobrino del dueño de una empresa importante que nos compartió que, luego del curso –qué tomaron directivos–, los correos masivos que enviaban al personal eran diferentes. Los empleados se sentían valorados, no como si fueran robots. Ése fue un gran impacto. Los jefes venían desde un estado de enojo, buscaban logros. Y cambiaron a un estado de querer impactar vidas. Y no han dejado de generar dinero. Hemos conocido a muchos directores generales, miembros de consejos, que han preferido cambiar el propósito de su vida y de sus empresas, porque se ha vuelto un peso que deben cargar sobre sus hombros. Una vez que lo remueven tienen una nueva visión, la de querer impactar vidas.

**Largo camino.**  
Preethaji comenzó a meditar a los 17 años. Hoy es una líder espiritual y empresaria.