Ho'oponopono – E-Book

www.hooponopono.com.br www.hooponopono.forumativo.com

www.crescent.com.br

Ho'oponopono - l'E-Book © 2007 Crescent Ltda. publié par Al McAllister, avec des textes et des illustrations de ce dernier, et de plusieurs autres sources :

www.hooponopono.org
Copyright © 2007 The Foundation of Inc. (Freedom of the Cosmos)
www.zerolimits.info Copyright © Joe Vitale
www.newsforthesoul.com
www.whatishooponopono.com Copyright © Saul Maraney - 2007. All Rights Reserved
www.hooponopono.com.br Al McAllister

Traduction en français: Jean Claude et Geneviève Bernigaud.

Révision : Jean et Maria Elisa Graciet et Johanne Desterel

www.eveiletsante.fr (où vous pouvez télécharger cet e-book gratuitement)

Photos : Clara et Luiza McAllister
Design Lettres Ho'oponopono : George Milek

NB : les annotations en *italique* ont été ajoutées par Jean-Claude Bernigaud pour une bonne compréhension du texte.

Tous droits réservés. Les auteurs sont propriétaires du copyright, des textes, rendez-vous, photos et illustrations contenus dans cet E-book. Ce matériel ne peut être copié, reproduit, adapté, altéré d'aucune manière. Vous POUVEZ GRATUITEMENT distribuer ce E-book sans modifications par l'intermédiaire E-mail, CD, ou l'imprimé pour votre utilisation propre ou comme pour l'offrir.

Note : les auteurs ne sont pas responsables d'aucune erreur ou omission dans les textes, et ne le sont pas non plus pour les dommages subits par l'utilisateur du système, des techniques, instruments et appareils décrits dans cet E-book. Le lecteur assume la totale responsabilité pour l'utilisation, ou non, de ce qui est présenté ici. Ce matériel est uniquement offert comme divertissement, et comme information éducationnelle. Les produits et/ou les technologies mentionnés dans cet E-book et sites Internet n'ont pas pour intention de diagnostiquer, traiter, ou prévoir aucun problème physique. Si vous souffrez d'une maladie, s'il vous plaît, consultez un médecin qualifié. Copyright © 2007 Crescent Ltda.

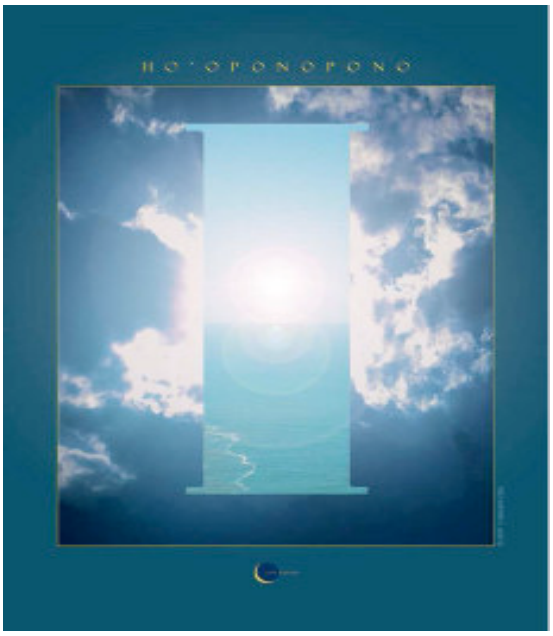
Dans cet eE-book vous allez trouver toute l'information que je compile depuis un certain temps sur le Processus **Ho'oponopono**. Certaines informations ont été écrites à partir de mon expérience personnelle pendant la pratique du système. Les autres, je les ai entendues lors d'entrevues sur Internet, ou conservées à partir de mes lectures. D'autres encore proviennent des forums de discussion sur **Ho'oponopono** auxquels je participe aussi sur Internet.

J'ai essayé de garder le plus de simplicité possible pour faciliter la compréhension. Comme vous, je suis nouveau dans **Ho'oponopono,** mais j'ai remarqué que beaucoup d'informations auxquelles on a accès sur Internet pour **Ho'oponopono**, bien qu'elles soient le résultat d'un effort remarquable, d'intérêt et de dévouement, contiennent malheureusement des erreurs de traduction qui compliquent la compréhension. A mon avis, il existe aussi sur quelques sites un syncrétisme qui nuit à la simplicité et à l'objectivité **Ho'oponopono**.

Ho'oponopono n'est aucunement le seul chemin. Il existe d'autres processus semblables, mais **Ho'oponopono** est celui qui me touche le plus, ici et maintenant. Ce que nous avons dans ces pages est un peu de ce que le Dr. Ihaleakala Hew Len, enseignant et professeur de **Ho'oponopono**, explique et montre pour le pratiquer.

J'espère qu'avec notre pratique, et la démonstration d'intérêts et de soins, pouvoir avoir ici au Brésil un ou plusieurs ateliers sur **Ho'oponopono** avalisés par The Foundation of I du Dr. Len. Attendons.

McAllister, octobre 2007



Index

Les Préceptes 05

Les Discours 06

Introduction 07

En étudiant le Processus 12

Résultats de la recherche..... 17

100% de Responsabilité .....… 22

Personnification de ce qui est Divin 26

Outils .....…..... 28

Davantage d'Outils (Non Officiels) ....…..... 33

Entrevue avec le Dr. Len .....…..... 38

Qui tient les Commandes ? 45

Pour finir. Comment je suis arrivé à mon expérience présente 46

www.hooponopono.com.br Copyright © Aldo Luiz de Paula Fonseca

<u>J'opère dans ma vie et mes relations conformément aux préceptes suivants</u> :

1. L'univers physique est une création de mes pensées.

2. Si mes pensées sont cancérigènes, elles créent une réalité physique cancérigène.

3. Si mes pensées sont parfaites, elles créent une réalité physique débordante d'AMOUR.

4. Je suis 100% responsable de la création de mon univers physique tel qu'il est.

5. Je suis 100% responsable de la correction des pensées cancérigènes qui créent une réalité malade.

6. Rien n'existe au dehors. Tout existe en pensées dans mon esprit.

www.hooponopono.com.br Art : © Aldo Luiz de Paula Fonseca

“ Créateur Divin, père, mère, fils en un seul…
Si moi-même, ma famille, mes parents et ancêtres ont offensé,
ta famille, tes parents et tes ancêtres par des pensées, mots,
faits et actions depuis le début de notre création jusqu'à aujourd'hui,
nous demandons ton pardon…
Fait que cela soit nettoyé, purifié, libéré. Coupe toutes les mémoires, blocages,
énergies et vibrations négatives
et transmue ces énergies indésirables en lumière pure…
ET qu'il en soit ainsi “.

Morrnah Nalamaku Simeona
Créateur du Ho'oponopono Auto-Identité

www.hooponopono.com.br

Introduction

Beaucoup sont arrivés à **Ho'oponopono** à travers le texte du Dr. Joe Vitale divulgué sur internet. Pour ceux qui ne le connaissent pas, le voici retranscrit intégralement :

HO'OPONOPONO - (par Joe Vitale)

Il y a deux ans, j'ai entendu parler d'un thérapeute d'Hawaï qui a guéri une salle complète de patients aliénés criminels - sans jamais voir aucun d'eux. Le psychologue étudiait le dossier d'un interné et ensuite regardait en lui-même pour voir comment il avait créé la maladie de cette personne. A mesure qu'il s'améliorait lui-même, le patient s'améliorait.

Quand j'ai entendu cette histoire pour la première fois, j'ai pensé que c'était une légende urbaine. Comment quelqu'un pouvait-il guérir quelqu'un d'autre en se guérissant lui même ? Comment, même le meilleur maître de l'auto-guérison pouvait-il guérir l'aliéné criminel ?

Ça n'avait pas de sens. Ce n'était pas logique. J'ai donc rejeté cette histoire.

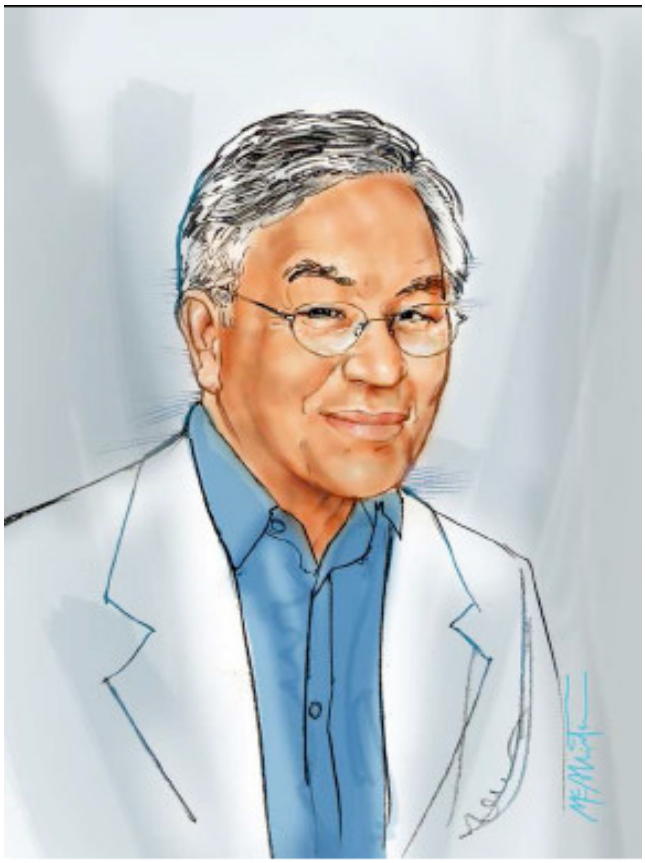
Cependant, je l'ai entendue de nouveau un an plus tard. J'ai appris que le thérapeute avait utilisé un procédé de guérison hawaïen appelé **Ho'oponopono.**

Je n'en avais jamais entendu parler, pourtant je ne pouvais laisser cela me sortir de l'esprit.

Si l'histoire était vraie, je devais en savoir davantage. J'avais toujours cru que “responsabilité totale“ signifiait que j'étais responsable de ce que je pensais et de ce que je faisais.

Au-delà de ça, je n'y étais pour rien.

Il me semble que la plupart des gens considèrent la responsabilité totale de cette façon-là. Nous sommes responsables de ce que nous faisons, pas de ce que n'importe qui d'autre fait - mais cela est faux. Le thérapeute hawaïen qui a guéri ces personnes malades mentales allait m'enseigner une nouvelle perspective avancée sur la responsabilité totale. Il s'appelle Dr Ihaleakala Hew Len.



www.hooponopono.com.br Art : © Au McAllister

Nous avons probablement passé une heure à parler lors de notre premier appel téléphonique.

Je lui ai demandé de me raconter toute l'histoire de son travail en tant que thérapeute. Il a expliqué qu'il avait travaillé quatre ans à l'hôpital de l'État d'Hawaï. Le service, où on gardait les malades mentaux criminels, était dangereux.

En général, les psychologues démissionnaient au bout d’un mois de travail. Le personnel prenait beaucoup de congés maladie ou démissionnait, tout simplement. Les gens marchaient dans cette salle en gardant le dos contre le mur, craignant d'être attaqués par les patients. Ce n'était pas un bon endroit agréable où vivre, travailler ou venir en visite.

Le Dr Len m'a dit qu'il ne voyait jamais ses patients. Il accepta d'avoir un bureau et de voir les dossiers. Pendant qu'il regardait les dossiers, il travaillait sur lui-même. A mesure qu'il travaillait sur lui-même, les patients commençaient à guérir. “Après quelques mois, des patients à qui l'on avait dû attacher avec des sangles furent autorisés à circuler librement », m'a-t-il dit.

« D'autres, à qui on avait dû prescrire médicamentés très puissants commencèrent à les réduire. Et ceux qui n'avaient aucune chance d'être relâchés furent libérés ». “J'étais stupéfait. « Pas seulement cela, poursuivit-il, le personnel commença à aimer à venir travailler. L'absentéisme et le roulement du personnel prirent fin. Nous avons fini par avoir plus de personnel que nous n'en avions besoin parce que les patients étaient relâchés et que tout le personnel se présentait pour travailler.
Aujourd'hui, ce service est fermé ».

C'est là que je devais poser la question à un million de dollars: « Qu'est-ce que vous faisiez en vous-même qui amenait ces gens à changer? »

« Tout simplement, je guérissais la partie de moi qui les avait créés », a-t-il dit.

Je ne comprenais pas. Le Dr Len m’a expliqué alors que la responsabilité totale pour votre vie signifie que tout dans votre vie - simplement parce que c'est dans votre vie - est de votre responsabilité. En un sens littéral, le monde entier est notre création.

Ouais. Cela est difficile à avaler. Etre responsable de ce que j'ai dit ou fait est une chose. Etre responsable de ce que chacun dans ma vie dit ou fait est une toute autre chose.

Pourtant, la vérité, c'est que si vous assumez la complète responsabilité de votre vie, alors tout ce que vous voyez, entendez, goûtez, touchez ou expérimentez de quelque façon est de votre responsabilité parce que c'est dans votre vie.

Cela signifie que les activités terroristes, le président, l'économie - quoi que ce soit que vous expérimentiez et que vous n'aimiez pas -, c'est à vous qu'il revient de les guérir. Ils n'existent, pour ainsi dire, que comme des projections venant de l'intérieur de vous.

Le problème n'est pas en eux, il est en vous et pour les changer, vous avez à vous changer.

www.hooponopono.com.br Art : © Au McAllister

Je sais que cela est difficile à entendre, et encore plus à accepter et à vivre vraiment. Le blâme est beaucoup plus facile que la responsabilité totale, mais à mesure que je parlais avec le Dr Len, j'ai commencé à réaliser que la guérison pour lui et dans le Ho'oponopono signifie s'aimer soi-même. Si vous voulez améliorer votre vie, vous devez guérir votre vie. Si vous voulez guérir quelqu'un - même un criminel malade mental - vous le ferez en vous guérissant vous-même.

J'ai demandé au Dr Len comment il s'y prenait pour se guérir lui-même. Qu'est-ce qu'il faisait, exactement, quand il regardait les dossiers de ces patients ?
«Je répétais juste **“** Je m'excuse**“** et **“**Je vous aime**“,** encore et encore», a-t-il expliqué. - C'est tout ?
- C'est tout. Il se trouve que vous aimer vous-même est la plus merveilleuse façon de vous améliorer, et à mesure que vous vous améliorez, vous améliorez votre monde.

- Laissez-moi vous donner un exemple rapide de la façon dont ça marche :

Un jour, quelqu'un m'a envoyé un courriel qui m'a contrarié.
Auparavant, j'aurais traité la situation en travaillant sur mes points faibles émotionnels ou en essayant de raisonner avec la personne qui avait envoyé le message désagréable. Cette fois-là, j'ai décidé d'essayer la méthode du Dr Len.
Je répétais en silence **«Je m'excuse» et «Je vous aime».** Je ne le disais à personne en particulier. J'invoquais simplement l'esprit d'amour pour guérir en moi ce qui avait créé la circonstance extérieure.

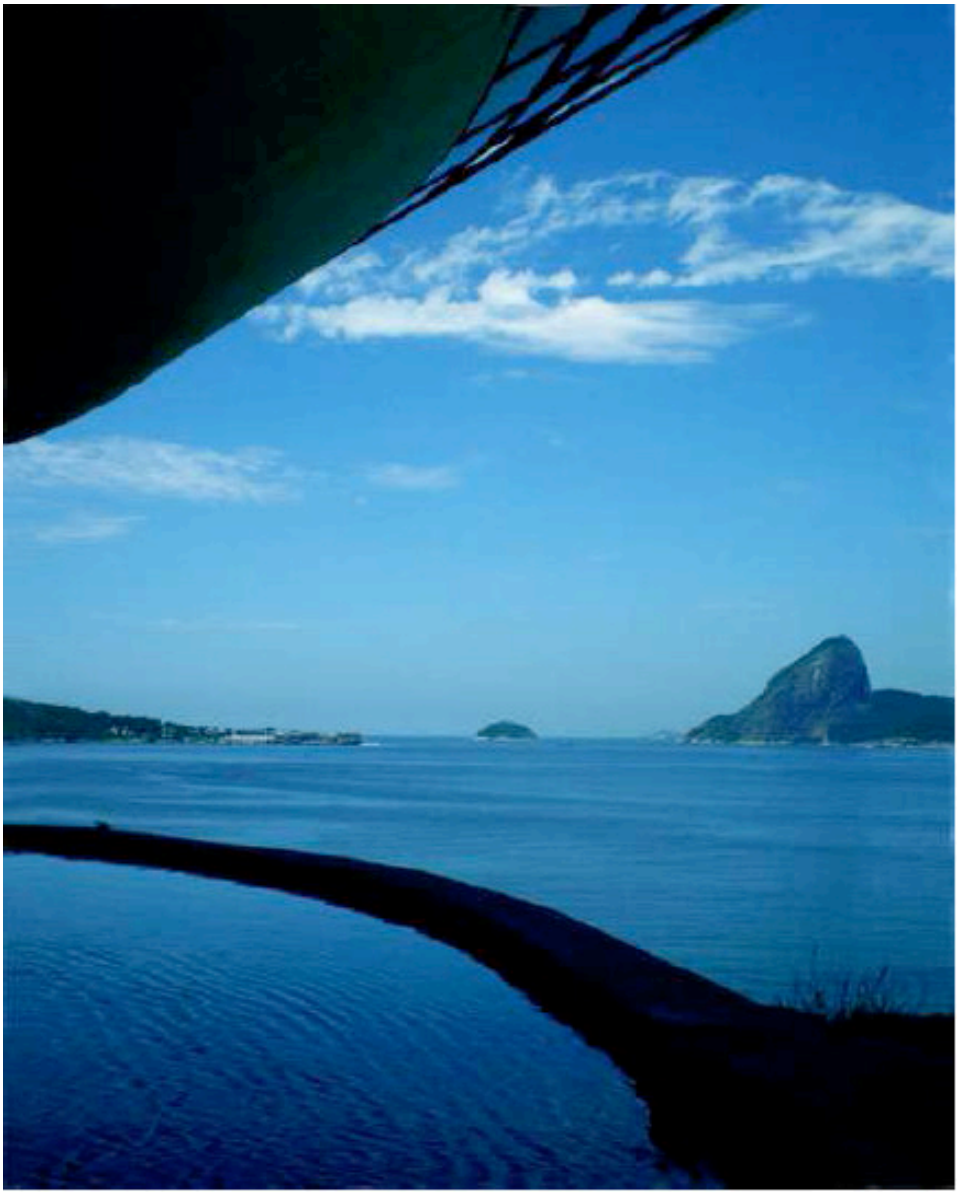
Dans l'heure qui a suivi j'ai reçu un courriel de la même personne. Elle s'excusait pour son message précédent.
Rappelez-vous que je n'avais pris aucune mesure extérieure pour obtenir ces excuses. Je ne lui avais même pas répondu. Pourtant, en repentant «Désolé, je t'aime», j'avais en quelque sorte guéri en moi ce qui l'avait créé.

J'ai par la suite participé à un atelier[2] de **Ho'oponopono** animé par le Dr Len.
Il a maintenant 70 ans, il est considéré comme un grand-père chaman et il est quelque peu solitaire.
Il a louangé mon livre The Attractor Factor. Il m'a dit qu'à mesure que je m'améliorerai la vibration de mon livre augmentera et que chacun le sentira quand il le lira. Bref, dans la mesure où je m'améliorerai, mes lecteurs s'amélioreront.
"Qu'en est-il des livres qui sont déjà vendus et qui se trouvent un peu partout ? ", ai-je demandé.
« Il ne sont pas "un peu partout"», a-t-il expliqué, m'étonnant encore une fois avec sa sagesse mystique. «Ils sont encore en vous »
En résumé, il n'y a rien en dehors.
Cela prendrait un livre entier pour expliquer cette technique avancée avec la profondeur qu'elle mérite.
Il suffit de dire que chaque fois que vous voulez améliorer quelque chose dans votre vie, il n'y a qu'un seul endroit où chercher : en vous. Quand vous regardez, faites-le avec amour.

*Ho'oponopono signifie rendre droit, rectifier, corriger.

Du site web www.zerolimits.info © Joe Vitale.

Traduction en français : Geneviève et Jean Claude Bernigaud.



www.hooponopono.com.br Art : © Clara McAllister

En étudiant le processus

En citant le Dr. Joe Vitale :

En toute franchise, quand vous parlez des chemins spirituels, des techniques de guérisons alternatives, de tout ce que vous avez déjà étudié, visualisé, mis en pratique, divulgué, enseigné, défendu, tel que des affirmations, de techniques variées de détermination d'objectifs, de manifestation, tout cela apporte-t-il satisfaction, et fonctionne-t-il toujours, sans exception ?

Avec certitude, NON. Vous êtes-vous jamais demandé pourquoi ?
Parce ce que ce ne sont que des passe-temps pour le mental. Ces passe-temps vous font penser que c'est vous qui tenez les commandes. Qu'il vous suffit de penser, faire et manifester. Mais la réalité c'est que vous n'avez pas les commandes ni le contrôle. Les véritables miracles arriveront quand vous laisserez de coté ces passe-temps, les connaissances accumulées dans votre tête, et que vous faites confiance non pas à ce qui fait partie du charlatanisme mental, mais au lien avec ce le Divin. Alors, comment permettre à ce lien de se révéler ?

A travers le système **Ho'oponopono**.

Ho'oponopono signifie « corriger une erreur » ou « faire ce qui est correct (juste) » dans la langue originelle des hawaïens. Bien que, jusqu'à présent, pas très connu au Brésil, le **Ho'oponopono** traditionnel part du système du guérison Huna. C'est le nom que le chef d'entreprise/investigateur américain Max Freedom Long a donné à sa version du spiritualisme des peuples antiques de Hawaï.

Plus loin nous avons des informations sur Huna, pour ceux qui sont intéressés, mais le **Ho'oponopono** sur lequel j'écris ici est très différent du Ho'oponopono Huna. Dans le système Huna le processus de guérison Ho'oponopono est interpersonnel, il requiert la participation de tous dans le processus de réconciliation, de solution des problèmes. Avec le nouveau **Ho'oponopono**, (**Ho'oponopono Auto-Identité**) vous êtes en communication avec la Divinité. Il a été mis au point par la **Kahuna Morrnah Nalamaku Simeona** qui l'a enseigné au **Dr. Ihaleakala Hew Len**.

www.hooponopono.com.br Art : © Al McAllister •

Comment pratiquer le Ho'oponopono Auto-Identité

Vous comprendrez ici pourquoi l'intellect ne dispose pas des ressources pour résoudre les problèmes, il peut seulement les manœuvrer, les diriger. Mais manœuvrer, diriger, ne résout pas les problèmes. En faisant **Ho'oponopono** vous demandez à Dieu, à la Divinité, de nettoyer, et purifier l'origine de ces problèmes, qui sont des souvenirs, des mémoires. Vous neutralisez ainsi l'énergie associée à une certaine personne, à un lieu ou une chose.

Dans le processus, cette énergie est libérée et est transmuée en lumière pure par la Divinité. Et, en vous, l'espace libéré est rempli par la lumière de la Divinité. C'est pourquoi, dans **Ho'oponopono** il n'y a pas de faute, il n'est pas nécessaire de revivre aucune souffrance. Il importe peu de savoir le pourquoi du problème, ni d'ou vient la faute, ni son origine.

Au moment où vous remarquez en vous quelque chose d'inconfortable par rapport à une personne, un lieu, un événement ou une chose, entamez le processus de nettoyage, demandez à Dieu :

« Divinité nettoie en moi ce qui contribue à ce problème. »

Utilisez alors les phrases de cette série :
« Je suis désolé. Pardonne-moi. Je t'aime. Je te remercie ». Quelques fois, vous pouvez seulement choisir certaines d'entre elles qui vous viennent à l'esprit à ce moment-là et les répéter. Laissez-vous guider par votre intuition. Quand vous dites **« Je suis désolé »** vous reconnaissez que quelque chose (il n'importe pas de savoir quoi) a pénétré dans votre système corps/esprit. Vous demandez le pardon intérieur pour lui avoir apporté cela. EN disant **« Pardonne-moi »** vous ne demandez pas à Dieu de vous pardonner, vous demandez à Dieu de vous aider a vous pardonner (à vous-même). **« Je t'aime »** transmue l'énergie bloquée (qui est le problème) en énergie circulante, en vous unissant à nouveau à ce qui est Divin. **« Merci »** ou **« Je te remercie »** est l'expression de votre gratitude, votre foi dans le fait que tout sera résolu pour le bien de tous. A partir de ce moment ce qui arrive ensuite est déterminé par la Divinité, vous pouvez être inspiré à faire une certaine action, quelle qu'elle soit. Si vous continuez à douter, persistez dans le processus de nettoyage et, quand tout sera complètement nettoyé, vous obtiendrez la réponse.

Rappelez-vous que ce que vous voyez d'erroné dans l'autre existe aussi en vous, nous sommes tous Un, par conséquent toute guérison est auto-guérison. Dans la mesure où vous vous améliorez le monde aussi s'améliore. Assumez cette responsabilité. Personne d'autre a besoin de pratiquer ce processus, seulement vous.

www.hooponopono.com.br Photo : © McAllister Claire

Il n'existe aucune règle par rapport à l'ordre des phrases. Utilisez la série qui vous convient le mieux, celle qui est le plus en accord avec le moment. Vous pouvez en utiliser une ou deux. Généralement seulement « **Je t'aime** » apporte la solution. L'aspect principal est que nous sommes en train d'apprendre à nous mettre en rapport avec notre Subconscient, connu dans la tradition hawaïenne sous le nom d'Unihipilli. Il est responsable des mémoires, il les reçoit et les stocke, et les répète en boucle conformément à sa programmation. Il est celui que nous devons apprendre à aimer, en lui demandant pardon pour notre manque de considération et de communication. Il existe des détails sur ses caractéristiques qu'il n'est pas nécessaire d'aborder ici, mais qui sont expliqués et illustrés par la suite dans un texte du Dr. Len. L'important est de savoir que nous nous intégrons avec notre Subconscient en demandant à la Divinité de nettoyer les mémoires répétitives qui produisent les conflits, les problèmes, les blocages d'énergie, qui se deviennent des indispositions, psychiques et physiques.

Pensez les phrases à tous moments, jour après jour, maintiendra une attitude vibrante de bien-être et de compréhension, par rapport à toute chose que vous rencontrerez. Avant de sortir de la maison, demandez à Dieu: « qu'il nettoie en vous ce qui peut être la cause d'un conflit ou d'un problème au travail », (par exemple).

Au cours de la journée, si vous ressentez un quelconque malaise, ou un sentiment d'inconfort que vous apporte une certaine mémoire, ou non, ne vous unissez pas à ce sentiment « malheureux » et demandez à Dieu de nettoyer les mémoires qui le produisent. Une phrase très utile peut être pensée :

« Mes mémoires je vous Aime !
Je vous remercie de l'opportunité que vous me donnez de vous libérer, et de me libérer! ».

Continuez avec les phrases (ou phrase) pendant le temps que vous voulez. Le changement est remarquable. Dans des situations difficiles, où vous pouvez vous sentir désemparé, quand les émotions sont en déséquilibre et que les pensées arrivent de façon désordonnée en produisant davantage de peine, dites la prière de Morrnah. Prière qui couvre tout et tout le monde, comme un véritable baume spirituel :

« Créateur divin, père, mère, fils tous en un…
Si moi, ma famille, mes parents et ancêtres
ont offensé, ta famille, tes parents et tes ancêtres avec
des pensées, des mots, faits et actions
depuis le début de notre création jusqu'à aujourd'hui,
nous demandons ton pardon…
Fais que soit nettoyé, purifié, libéré, coupe toutes les
mémoires, blocages, énergies et vibrations négatives
et transmute ces énergies indésirables en lumière pure…
Et qu'il soit ainsi fait ».

www.hooponopono.com.br Photo : © McAllister Claire

En cherchant des résultats

Ici nous entrons dans ce qui est pour beaucoup une controverse : le besoin qu'a l'intellect, l'ego, de croire qu'il possède le contrôle des situations. Qu'il est en mesure de contrôler, diriger et obtenir des résultats à partir de situations grâce à la planification d'objectifs spécifiques. Ici nous entrons dans la question du mérite (ou non), du pouvoir du mental, des affirmations, de la pensée positive. C'est le diviseur des eaux par rapport à la tradition originelle. La différence entre *Ho'oponopono Huna* et **Ho'oponopono Auto-Identité**.

Dans une entrevue à Saul Maraney, de l'Afrique du Sud, le Dr. Len a fait ces observations :

Le Dr. Len affirme que **nettoyer en visualisant un résultat ne fonctionne pas**. Mais quand vous nettoyez pour nettoyer, vous pouvez être agréablement surpris du résultat que la Divinité a choisi pour vous. Cela libère à l'Esprit Conscient de devoir prendre la décision de ce qui doit, ou pas, être nettoyé.

Rappelez-vous que toutes les mémoires sont partagées par tous. Dans la mesure où nous faisons appel au Divin pour nettoyer les mémoires qui se répètent en nous (souvenirs d'événements désagréables, de désaccords, conflits…), ces mémoires une fois neutralisées en nous, sont aussi neutralisées chez les autres. Par conséquent, la nécessité d'arranger notre prochain, d'essayer de lui faire comprendre notre point de vue, de justifier, convertir, guérir, sont des jeux de l'Esprit Conscient qui veut contrôler les résultats.

Le Dr. Len dit : « ***Un des plus grands problèmes des thérapeutes, c'est qu'ils pensent qu'ils sont là pour sauver des personnes, quand en réalité ils sont là pour être nettoyés eux-Mêmes*** »“.

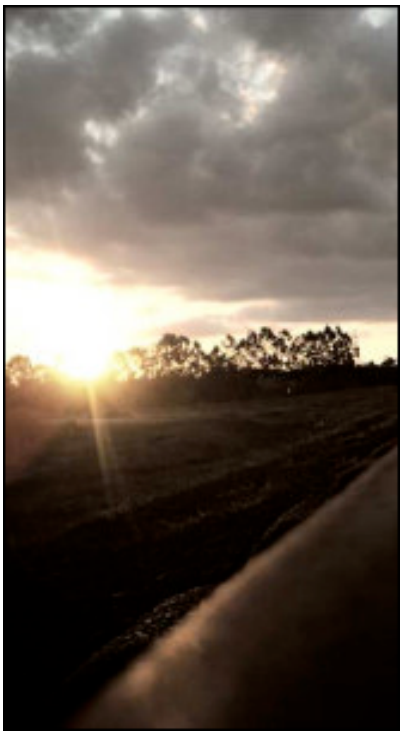


Photo : © Luiza McAllister

Avec **Ho'oponopono** nous assumons la responsabilité des mémoires que nous partageons avec les autres personnes. L'intellect n'a pas la capacité d'assimiler et d'évaluer toute l'information qui se présente par rapport à tout problème. Par conséquent nous ne savons pas ce qui arrive réellement, à aucun moment.
Quand nous disons à la Divinité « S'il y a quelque chose en moi qui fait que les autres vivent sur ce mode problématique, je veux libérer ces choses ». En libérant ces choses, nous changeons notre monde intérieur, et en contrepartie le monde entier change.

Dr. Len : « Être 100% responsable est un chemin difficile à suivre, parce que l'intellect est très insistant. Quand un problème nous apparaît, l'intellect cherche toujours quelqu'un ou quelque chose à accuser. Nous continuons à chercher en dehors de nous l'origine de nos problèmes. Nous ne percevons pas que l'origine est toujours en nous ».

Le professeur du Dr. Len, Morrnah Simeona, enseignait que « Nous sommes ici seulement pour apporter de la paix à notre propre vie, et si nous apportons de la paix à notre propre vie, tout, autour de nous, trouve son propre lieu, son propre rythme et paix », c'est tout cela qu'est **Ho'oponopono.**

Le Dr. Len dit que **Ho'oponopono** nous enseigne à ne pas être envahissant dans la vie des autres et à ne pas donner de conseils, mais quand nous expérimentons les autres personnes comme problèmes, nous devons nous demander « Qu'est-ce qui, en moi, fait que j'expérimente cela ? »

Le Dr. Len souligne que le mental ne comprend jamais les choses comme elles sont, ce qu'il reçoit est une reproduction. Le mental a une idée de comment fonctionnent les choses, mais cela n'est pas ce qui arrive réellement, parce que si le mental savait réellement ce qui arrive, nous vivrions sans problèmes.

Dr. Len : « Les décisions sont prises pour nous avant que nous décidions de les avoir, et ceci parce qu'il existe des millions de mémoires inconscientes dans nos Subconscients, et ce sont ces mémoires qui prennent les décisions pour nous. Et comme nous ne sommes pas conscients de ces mémoires, nous avons besoin de parler avec la Divinité, qui est consciente de ces mémoires, et c'est seulement la Divinité qui peut les annuler ».

Alors, d'instant en instant, en pratiquant le processus **Ho'oponopono**, nous annulons les mémoires dans notre Subconscient en disant au Divin : « Je ne sais pas pourquoi je vis cela, mais si j'ai un problème en commun avec ces personnes, j'aimerais le réparer ».

En accord avec le Dr. Len ; « **Ho'oponopono** c'est s'offrir et avoir confiance, parce que les attentes sont des travaux de l'intellect. Les attentes sont seulement des mémoires qui se répètent, et rien dans la vie n'arrive accidentellement. C'est la Divinité qui orchestre les événements, et notre travail est d'être en paix ».

« Si nous insistons pour déterminer des objectifs nous avons besoin d'être toujours en train de nettoyer afin d'accepter de lâcher et de permettre à notre vie de continuer sur le bon chemin que nous avons à suivre».

« Si nous sommes intransigeants, et avons dans notre tête un seul objectif, nous perdrons de nombreuses occasions (inspirations) qui proviennent du Divin ».

Dr. Len : « Il est impératif de comprendre que la personne qui pratique le processus **Ho'oponopono** ne guérit rien, et par contre , que **Ho'oponopono** est le procédé qui permet à la Divinité, qui a tout créé et qui sait tout sur tout, d'annuler les mémoires que nous vivons comme problèmes ».

« Ce que nous faisons avec le nettoyage **Ho'oponopono** est de remettre tout ce qui est autour de nous dans son ordre naturel. Si nous sommes prêts à être 100% responsables d'abord, et arrivons à 100 % de paix avec nous-mêmes, tout s'aligne parfaitement avec nous-mêmes et avec le Divin ».

www.hooponopono.com.br Photo : © Luiza McAllister