



Ho'oponopono

Das **Ho'oponopono** ist ein hawaiianisch-schamanisches Heilungs- und Vergebungsritual. Diese Kurzform ist von Dr. Hew Len entwickelt und verbreitet worden. Es besteht aus 4 Sätzen und dient der Lösung von alten längst überholten negativen, emotionalen, mentalen Glaubenssätzen und negativen Mustern.

Ho'o bedeutet etwas tun.
Pono soviel wie, das Gleichgewicht herstellen oder ausgleichen.
Ho'oponopono bedeutet somit etwas richtig stellen oder zurecht rücken oder...



Ho'omanu

Die Antwort ist Frieden.
Die universelle Liebe, die alles transformiert fließt und verstärkt sich immer mehr.
Wunder geschehen jetzt!

Als Vergebungsgebet wirkt es durch Bereinigung und Transformation der Energien heilend auf das Herz und die Seele eines Menschen.

Kurzanleitung:
Du kannst je nach Ereignis und Versiertheit die Sätze denken oder laut sprechen. Du kannst sie direkt in einer Situation anwenden oder nachträglich mit den Vorkommnissen arbeiten.

Hilfreich ist auch sich die Situation noch einmal zu visualisieren oder das Gefühl noch einmal zu erfüllen.



Ich danke dir!

Das ist der Dank vom Herzen, dass jetzt die Dinge ihren Lauf nehmen und beteiligten Energien Vergabung lösen reinigen und wandeln

4. Satz

1. Satz

Es tut mir leid!

Damit wird das sich zeigende Problem anerkannt und bestätigt



Bitte vergieh mir!

Es wird für die, im Unterbewusstsein noch ungeklärten Energien um Vergabung gebeten, die die belastende Situation hervorruft. Sie werden der höheren Weisheit zur Transformation übergeben.

3. Satz

2. Satz

Ich liebe dich!

Mit der transformierenden Energie der göttlichen, allumfassenden Liebe und Weisheit des Hohen Selbst wird die Situation vorbehaltlos und wertfrei angenommen.



© Christina Lara Ana Ellerbrock
Keinerlei Vervielfältigung ohne meine Zustimmung.
Danke.

Christina Lara Ana Ellerbrock