

KRYSTYNA KWIECINSKI

HO'OPONOONO

SIŁA TWORZENIA

*Hawajska metoda
skuteczna w rozwiązywaniu
problemów życiowych*



Redakcja: Agnieszka Stankiewicz
Korekta: Dorota Stępień-Góra
Projekt okładki i skład: skladigrafika@gmail.com

Copyright © 2012 Krystyna Kwiecinski
Copyright © for Polish edition by ILLUMINATIO Łukasz Kierus 2012

Wszelkie prawa do polskiego przekładu i publikacji zastrzeżone. Powielanie i rozpowszechnianie z wykorzystaniem jakiejkolwiek techniki całości bądź fragmentów niniejszego dzieła bez uprzedniego uzyskania pisemnej zgody posiadacza tych praw jest zabronione.

Wydanie I
Białystok 2012
ISBN: 978-83-62476-81-7



Wydawnictwo ILLUMINATIO Łukasz Kierus
E-mail: wydawnictwo@illuminatio.pl
Dział handlowy: zamowienia@illuminatio.pl

Książki wydawnictwa kupisz w:



www.CzaryMary.pl

SPIS TREŚCI

Od Autora.....	7
Co to jest Ho’oponopono?	9
Dr Len i jego słynny przykład.....	15
Zasady Ho’oponopono	17
Wylecz siebie i swój świat.....	23
Klasyczne Ho’oponopono	25
Aktywna odpowiedzialność.....	27
Nasza podświadomość.....	31
Negatywne myśli szkodzą.....	33
Ho’oponopono w grupie i indywidualnie	37
Krótką historia Ho’oponopono	45
Ho’oponopono w praktyce.....	57
Klasyczne Ho’oponopono – seans jednej osoby.....	61
Nieznalezione rozwiązanie.....	65
Oczyszczanie przyszłości.....	73
Pewność siebie i poczucie własnej wartości.....	77
Problemy finansowe z „efektem jo-jo”	79
Dlaczego ludzie mają bóle pleców?	83
Duchowe rozwiązania materialnych problemów....	85

Kim jesteśmy naprawdę?	93
Dualizm.....	95
Miłość i szczęście.....	103
Negatywne energie	107
Nowy sposób myślenia	115
Nasz autoportret.....	125
Największa siła jest w samoprzebaczeniu.....	133
Literatura	143

CO TO JEST HO'OPONOONO?



o'oponoono jest prostą metodą uzdrawiania. Dzięki niej możemy uzdrowić każdą część swojego ciała emocjonalnego i fizycznego – rozwiązać swoje problemy życiowe, konflikty partnerskie, pozytywnie wpływając na otaczający nas świat. Ho'oponoono to jedna z najbardziej uznanych i popularnych metod oczyszczania duchowego znanych na świecie.

Ho'oponoono jest częścią starożytnej huny, tajemnej wiedzy kultywowanej przez Hawajczyków, jest esencją starożytnej psychologii i hawajskiej filozofii. Najpiękniejsze jest w hunie to, że nie żąda ona dla siebie wyłączności. Nie namawia do porzucenia swych przekonań, wierzeń, czy sposobu życia. Osoba stosującą metodę Ho'oponoono może być jednocześnie ateistą, buddystą, katolikiem, protestantem lub wyznawcą jakiegokolwiek innej religii. Jedy-

nym wymogiem gwarantującym skuteczność tej techniki jest to, aby dana osoba uznała ten system za swój własny i po prostu używała go. Oprócz tego, jest jeszcze jedna wielka zaleta. Ho'oponopono uznaje, że do jednego celu prowadzi wiele ścieżek, niezależnie od tego, czy idziemy drogą duchową, umysłową czy fizyczną. Techniki osiągnięcia celu, pochodzące z innych systemów, są w metodzie Ho'oponopono całkowicie dozwolone, a najważniejsze dla sprawy jest to, że działają i są skuteczne.

Ho'oponopono w tłumaczeniu oznacza: *ho'o* – zrobić, spowodować, doprowadzić do czegoś; *pono* – prawidłowo, perfekcyjnie, słusznie, w boskim porządku, w harmonii; wyraz *ponopono* – jest jakby wzmocnieniem znaczenia i oznacza – wprowadzenie rzeczy lub zdarzeń we właściwym porządku, aby zbudować harmonię. Można więc napisać, że Ho'oponopono jest duchowym procesem oczyszczającym nieharmonijne zdarzenia i wprowadzającym boski porządek. Dosłownie oznacza „poprawiać”, „naprawiać”. To jest proces, w którym oczyszczamy i uwalniamy negatywne emocje związane ze wspomnieniami i wydarzeniami z przeszłości. Oczyszczanie metodą Ho'oponopono jest prostym procesem wspomagającym uwolnienie wspomnień, które ukazują się jako problemy w naszym obecnym życiu. To jest prośba do Boskości o usunięcie wszelkich toksycznych energii ukrytych w naszej podświadomości. W miejsce negatywnych energii wprowadzana jest boska energia światła.

Każdy nasz problem zaczyna się zawsze od jednej myśli. Każda myśl, bez względu na to czy jest dobrą myślą, czy złą, jest energią wysyłaną przez nas w przestrzeń. Wszechświat odpowiada na nasze myśli, dając nam dokładnie to, na czym się koncentrujemy. Po wielu latach negatywnego myślenia organizm i psychika ludzka jest tak bardzo wyczerpana przyjmować tylko to co złe, że staje się to częścią naszej osobowości. Człowiek uzależnia się od negatywnych myśli i emocji.

Najtrudniejsze w tym procesie jest zrozumienie faktu, że sami tworzymy naszą rzeczywistość. To nasz umysł kreuje to, jacy jesteśmy, ile zarabiamy, gdzie mieszkamy, jakiej jakości mamy życie, jakich ludzi spotykamy, co robimy itp. Jeśli jesteś w stanie zaakceptować to, że sam stworzyłeś warunki, w jakich żyjesz, początkowo może to być dla Ciebie szokiem! Nie przejmuj się, to przeżycie jest właśnie początkiem twojego dalszego rozwoju duchowego.

Pomyśl, jeśli byłeś w stanie wykreować sobie to wszystko co masz, nieświadomie, to co jesteś w stanie stworzyć, jeśli zaczniesz świadomie kierować swoimi myślami. Zadaniem Ho'oponopono jest oczyszczanie, uwalnianie i neutralizowanie wszelkiej energii o niskich wibracjach i przekształcanie ich w energię o najwyższych wibracjach, w energię miłości.

Stosując metodę Ho'oponopono, nie potrzebujemy wiedzy o przyczynie wywołującej problem. Jedyną informacją jaka jest nam potrzebna to świadomość naszego aktualne-

go problemu. Nasza podświadomość zna przyczynę, a nasza świadomość prosi o wybaczenie. Oczyszczając siebie, oczyszczamy też wszystkich i wszystko, co mamy dookoła siebie: rodzinę, przodków, zdarzenia, miejsca, przedmioty, rośliny. Ho'oponopono zawsze działa we wszystkie strony.

Praca metodą Ho'oponopono jest bardzo przydatna w zawodach takich, jak: nauczyciel, terapeuta, uzdrowiciel, pedagog, psycholog i w wielu innych, które na co dzień wymagają kontaktu z innymi ludźmi. Dla terapeuty na przykład ważne jest, aby zrozumiał, dlaczego ta konkretna osoba pojawiła się właśnie w jego gabinecie i jego życiu.

Oczyszczenie tej sytuacji automatycznie oczyszcza stan fizyczny i psychiczny pacjenta, który przyszedł do niego po pomoc. Najśłynniejszym przykładem działania Ho'oponopono jest działalność dr. Hew Lena, który wyleczył cały oddział psychicznie chorych więźniów, nawet ich nie widząc. Stosując technikę Ho'oponopono był świadomy, że jest odpowiedzialny za to, że tacy ludzie pojawili się w jego życiu. Przez cały okres terapii, a trwała ona około czterech lat, doktor oczyszczał siebie i tylko siebie, jako bezpośrednio odpowiedzialnego za sytuację, a oczyszczając siebie podświadomie leczył pacjentów.

Ho'oponopono można posługiwać się w zasadzie zawsze i wszędzie. Można używać jej samemu i tylko dla siebie, można też stosować ją w grupie. Metoda ta umożliwia znalezienie przyczyn chorób, rozwiązywanie konfliktów międzyludzkich, indywidualnych problemów rodzinnych,

finansowych i firmowych. Jest wiele przykładów wyzdrowienia ludzi, u których zastosowano Ho'oponopono. Posługiwanie się tą metodą nie wyklucza w żadnym przypadku opieki lekarza prowadzącego.

Wyjątkowe w tej metodzie jest to, że wszystkie energie uzdrawiania konkretnego problemu, określonej osoby, przenoszone są jednocześnie na otaczający nas świat, czyli uzdrawiając siebie, uzdrawiamy automatycznie nasz świat.

Możliwości stosowania Ho'oponopono są w zasadzie nieograniczone. Problemy w miejscu pracy, poszukiwanie pracy, problemy finansowe, konflikty z klientami, kłopoty rodzinne i kłótnie partnerskie, szukanie celu życia, chęć poprawienia stanu zdrowia, są tylko malutkim wycinkiem olbrzymich możliwości terapeutycznych metody Ho'oponopono. Na Hawajach technikę tę stosuje się również w pracy socjalnej z trudną młodzieżą, narkomanami i więźniami.

SPODOBAŁ CI SIĘ FRAGMENT,
KTÓRY PRZECZYTAŁEŚ?

ZAMÓW KSIĄŻKĘ

Ho'oponopono

SIŁA TWORZENIA

na

www.CzaryMary.pl

www.TaniaKsiazka.pl



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku:

<https://www.facebook.com/illuminatiopl>

Wydawnictwo Illuminatio



www.illuminatio.pl