

HO'OPONOPONO
DIE VIER FORMELN

Workshop in Fürstentfeldbruck 8. April 2012 - 3 -

Ho-op FFB April 2012 K. J. Becker -3- 1

VIER FORMELN

Ho-op Fürstentfeldbruck 8.4.2012 -3- 2

MANTRISCHES WIEDERHOLEN HILFT

Ho-op Fürstentfeldbruck 8.4.2012 -2- 3

ES TUT MIR LEID

- Ich bin bereit, meine Gefühle wirklich zu fühlen.
- Ich spreche zu dem Teil in mir, der betroffen ist.
- Ich nehme das, was ist, liebevoll an.
- Ich gehe in mein Herz.

Ho-op Fürstentfeldbruck 8.4.2012 -3- 4

ZU WEM SAGE ICH „ES TUT MIR LEID“?

- Erinnerungen, die in meinem Inneren liegen.
 - Zu mir selbst.
 - Zu dem Göttlichen in mir.
 - Zu dem Teil, in dir, der betroffen ist.
 - Zu meinem inneren Kind
 - Als das Göttliche/die Große Mutter.
- Ho-op Fürstentfeldbruck 8.4.2012 -2- 5

(SELBST)-VERGEBUNG

- Ich nehme wahr, was in meinem Leben ist.
- Ich weiß, dass es mit mir zu tun hat, sonst wäre es nicht in meinem Leben!
- Ich nehme wertfrei wahr, was an Gefühlen, Gedanken, Urteilen und Glaubenssätzen in mir aufsteigt!
- Ich sage zu all dem die vier Ho-op-Formeln.

Ho-op Fürstentfeldbruck 8.4.2012 -2- 6

LIEBE

Liebe ist die Fähigkeit,
mit einer andersartigen Energie in einem Raum zu sein.

Liebe ist
die Abwesenheit von Urteil, Bewertung und Erwartung.

Lieben bedeutet: Ich bin bereit mit dem zu sein „was ist“.

Ich lasse das, „was ist“ in meinem Herzen schmelzen.

Bedingungslose Liebe wandelt alles automatisch.

Ho-op Fliesenfeldbruck 8.4.2012-2

7

DANKE

Ich öffne mich für die Idee, dass das, was ich erlebe,
vollkommen ist.

Ich öffne mich dafür, dass das Göttliche / Vollkommene die
Arbeit der Wandlung und Reinigung tut!

Ich spüre innerlich, wie sich die Wandlung vollzieht!

Wenn ich dies spüre, sage ich innerlich „danke“!

Ich fühle und handele aus der neuen Wahrnehmung heraus.

Ho-op Fliesenfeldbruck 8.4.2012-2

8

HELFENDE ERKENNTNISSE

Ja, das habe ich kreiert („meine Bestellung“).

Ich bin verantwortlich.

Ich bin alles (der andere ist auch in mir).

Ho-op Fliesenfeldbruck 8.4.2012-2

9

WIR KÖNNEN UNS SELBST ALL DIE
LIEBE GEBEN, DIE WIR BRAUCHEN

Seminare über Ho'oponopono auf
meiner Webseite
www.klausjuergenbecker.de

Ho-op Fliesenfeldbruck 8.4.2012-2

10