

# HO'OPONOPONO

TRADITIONELLES HO'OPONOPONO UND UNSERE KOLLEKTIVE VERANTWORTUNG

Seminar Freiburg 22.11.2011-3

## VERGLEICH DER WELTBILDER

Naturwissenschaftliches Weltbild	Klassischer Schamanismus	Polynesischer Ursprung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Welt ist eine riesengroße Maschine.</li> <li>Ich bin getrennt von der Welt (Hautkapartes Ego).</li> <li>Gott wohnt im Himmel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kontakt mit der Geisteswelt.</li> <li>Auslösung von Kräften.</li> <li>Wissen um die Interaktion der Reiche (Krafttiere).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Legende vom alten Traumer von Lemuren.</li> <li>Wissen um die Allenheit aller Reiche der Natur (über Baum).</li> <li>Wissen um die Aldurchdrungenheit</li> </ul>

## TRADITIONELLES HO'OPONOPONO

- ho'o, machen, begründen oder bewirken
- pono, korrekt, richtig, stimmig, flexibel, im Gleichgewicht
- ponopono, in Ordnung bringen, kümmern um, auf das, was stimmig ist, bezogen sein
- ho'oponopono, etwas richtig stellen, einen Irrtum zurücknehmen, korrigieren, die Dinge untereinander und mit Gott zurecht rücken, übernatürliche Kräfte wiederherstellen und erhalten

## ENTWICKLUNG HO'OPONOPONO

- Bericht Mary Kawena Pukui, \*1895, Buch 1958: Familientreffen regelmäßig und bei besonderen Anlässen (Krankheit, Disharmonie, Streit.)
- Ende des 20. Jhd, begannen Gerichte in Hawaii Erwachsene wie Jugendliche dazu zu verurteilen, mit ihren Familien traditionelles Ho'oponopono durchzuführen, welches eine vom Gericht bestellte Person leitete.
- Entwicklung einer modernen Form durch die Kahuna-Priesterin Morrnah Simeona (1913-1992), im Jahr 1976 (individuelles Ho'oponopono).
- 1992 wurde Dr. Len Rektor der von Morrnah gegründeten Institution (Zero-Limits).
- Viele weitere Formen existieren parallel.

## WIE WURDE TRADITIONELLES HO'OPONOPONO PRAKTIZIERT?

- Ho'oponopono war eine wichtige Familienangelegenheit
- Jeder verstand sich als Bestandteil der Sippe und trägt die Verantwortung für das Ganze.
- Vergleich: Urwaldstamm in Afrika
- Chanten - Singen - sich einstimmen

## TRADITIONELLE SELBST-VERANTWORTUNG

Nicht der „Täter“ wurde verurteilt, sondern jeder suchte in sich die Ursache für das Problem das sich im anderen zeigte. Jeder Einzelne bat darum, dass der Teil in ihm, der verantwortlich war, geheilt würde.

## EINE GANZHEITLICHE WEISE MIT „TÄTERN“ UMZUGEHEN.

*Es gibt in Afrika einen Eingeborenenstamm. Wenn dort bekannt wird, dass jemand etwas Schädliches getan hat, kommt das ganze Dorf zusammen. Alle hören auf zu arbeiten. Sie setzen sich in einen Kreis und der Betroffene kommt in die Mitte des Kreises. Dann beginnt das Ritual: Jeder aus dem Dorf beginnt nun eine Geschichte zu erzählen über eine gute Sache, die dieser Mensch getan hat. Keinem ist es erlaubt, auch nur ein einziges negatives Wort über ihn zu sagen. Das Ritual dauert oft Tage und Nächte, bis alle zu Worte gekommen sind. Dann wird ein großes Fest gefeiert und alle gehen wieder ihrer Arbeit nach.*

## MORRNAH SIMEONA

- Christliche Erziehung, Edgar Cayce, indische Einflüsse
- Verbindung mit Hawaii und Gebeten (anders als die polynesischen Kultur)
- Probleme sind für sie Auswirkungen von negativem Karma; bitte um Karma-Löschung
- Es gibt einen Schöpfer, der sich um altruistische Bitten kümmert.
- Anders als egoistische Gebete erreichen altruistische Gebete durch ihre hohe Schwingung die göttliche Ebene.
- Vom Schöpfer kommt das göttliche Mana, welches die ungelöststen/schmerzhaften Memories in reines Licht umwandelt.
- Dadurch verlieren die Probleme die Kraft, sich weiter zu manifestieren.
- Göttliches Mana - vergleichbar dem Heiligen Geist - ist etwas anderes als das Mana polynesischer Tradition.

## DR. LEN

- Selbstidentität bedeutet der Nullzustand, keine festgelegte Identität.
- Hauptziel von Ho'oponopono besteht darin, den Menschen in den Nullzustand zu bringen
- Entwicklung der vier Formeln.

## TRADITIONELLE GEMEINSAME ANRUFUNG

**ALLGEMEIN** - Gottlicher Schöpfer, Vater, Mutter und Kind in einem.  
 Wenn meine Familie, meine Verwandten oder meine Vorfahren  
 jemanden beleidigt, verletzt  
 oder in sonstiger Weise behauptet haben,  
 oder dessen Familie, dessen Verwandten oder dessen Vorfahren  
 in Worten, Verhalten oder Taten  
 vom Anfang der Schöpfung bis zum heutigen Tag  
 dann bitten wir hiermit um Vergebung.  
 Lass dieses Gebet Reinigung und Auflösung sein  
 von allen schlechtesten Gedanken, Empfindungen,  
 Blockaden, Energien und Vibrationen  
 Und verwandle all diese unerwünschten Energien in reines  
 Licht.  
 So ist es und so soll es sein, heute und für immer.  
 Amalal (Aman)

Herzpfadung 3

10

## VERGERBUNGS-GESETZ FÜR SICH UND DIE AHNEN

- Das eigene Herz fühlen, mit ihm Kontakt aufnehmen.
- In der Zeitlinie immer jünger werden, bis man im Herzen der Eltern verschwindet.
- Die Eltern immer jünger werden lassen, bis sie in den Herzen der Großeltern verschwinden.
- Die Großeltern immer jünger werden lassen, bis sie im Herzen der Urgroßeltern verschwinden.
- Die Urgroßeltern immer jünger werden lassen, bis sie im Herzen der Ahnen verschwinden.
- Die ahnen immer jünger werden lassen, bis sie im Herzen der Welt verschwinden.
- Vergebungsgebet (traditionelle Anrufungen sprechen für die Welt - Ahnen Urgroßeltern - Großeltern - Eltern. Dabei in der eigenen Zeitlinie wieder Stufe für Stufe in Richtung Gegenwart zurück reisen (größer werden).
- Sich selbst erleben, wie man geboren wird, älter wird, bis man im heutigen Alter angekommen ist und für sich selbst das Vergebungsgebet sprechen.
- Das eigene Herz fühlen. Spüren, wie man alles - gereinigt - in sich trägt.
- Danken
- **Meditations-CD:** Vergebens-Meditation (live), Freiburg 27.11.11, 25 min.

Herzpfadung 3

11

## VERGEBENS-MEDITATION FÜR DIE AHNEN (ALTERNATIVE)

- Wie oben, allerdings die Formeln gemeinsam im Chor mantrisch wiederholend sprechen.

Herzpfadung 3

12

## DIE GESCHICHTE VON LES MISERABLES (MUSIK ABSPIELEN)

- Zur Zeit der französischen Revolution: Der ehemalige Sträfling Jean Valjean ist nach 19 Jahren Haft, die er für den Diebstahl eines Stückes Brot durch Einbruch sowie Fluchtversuche erhalten hat, ein von der Gesellschaft gebrandmarkter und innerlich verhärteter Mensch.
- Er kauft Hausrat von dem Bischof von Digne, M. Myriel, einem gutherzigen Seelsorger. Als ihn die Polizei mit dem Hausrat ertappt und ihn verhaften will, stellt sich der Bischof vor den Dieb und behauptet, er habe Jean Valjean den Hausrat geschenkt. Daraufhin lässt ihn die Polizei laufen.
- Der Bischof ruft ihm noch nach: „Mit diesem Hausrat habe ich deine Seele gekauft!“ Und tatsächlich: Die erfahrene Güte wandelt Jean Valjean von innen heraus, so dass er beginnt, sein Leben nach höheren Prinzipien zu leben.

Herzpfadung 3

13

## GÜTE UND GEBETE

können dazu beitragen, dass unsere Ahnenlinien und wir selbst gereinigt und von innen heraus gewandelt werden.

Herzpfadung 3

14