

SAYA

Ho'OPONOPONO


La paix commence par vous

Comment remettre chaque chose
à sa place pour vivre heureux

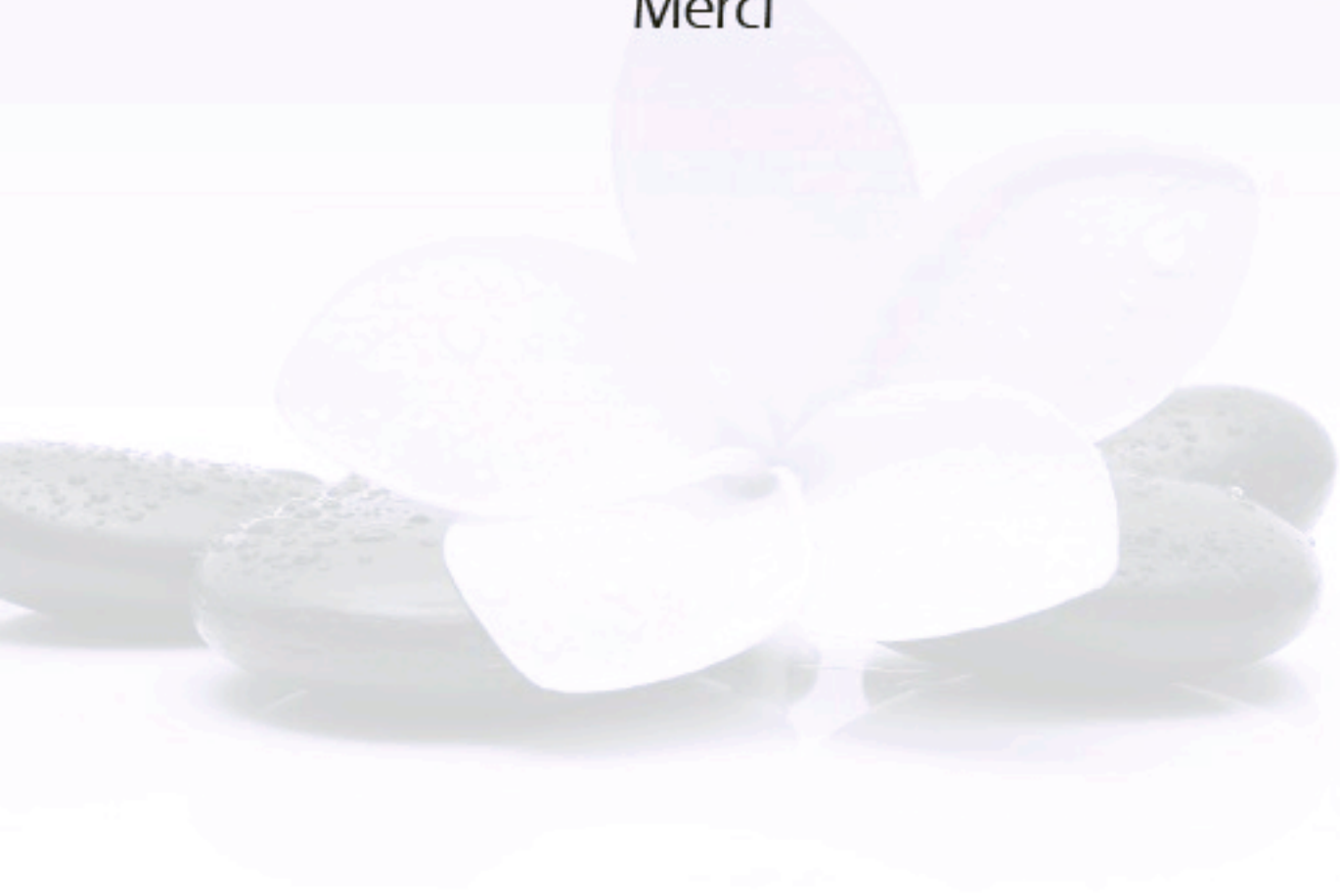


Développement Personnel





Je t'aime
Je suis désolé
Pardonne-moi
Merci



Effacez les mémoires avec Ho'oponopono.

Toujours en attente...

... dans l'espoir de résoudre nos problèmes en intervenant sur ce qui nous est extérieur pour changer le cours des choses...

Tout changer, tout, sauf nous-mêmes.

Or la seule et unique façon de trouver la paix,
c'est de la chercher en nous.

Oui, et alors la paix se répandra
sur notre environnement et même au-delà.
Le tout n'est autre que mémoires et mémoires.
Nous tous, nous ne sommes rien d'autre
que mémoires et mémoires.

Parfois nous vivons des expériences bouleversantes,
nous sommes la proie de peurs, d'anxiétés...
... lavons-nous de ces mémoires-là, nous pouvons le faire.
Laissons-les aller sachant que ce ne sont que des souvenirs.
Laissons-les aller, en nous jouant d'elles.
C'est lorsque nous assumerons la responsabilité de tout à 100 %
que nous découvrirons la paix en nous.

S'aimer, c'est la façon la plus juste de s'améliorer
et d'améliorer le monde en même temps.
Ho'oponopono signifie « remettre les choses à leur juste place ».
L'existence tout entière naît du dedans, et non pas du dehors.
L'existence est un cadeau de la divine intelligence.

Et ce cadeau nous a été donné dans un seul but,
celui de pouvoir se reconstituer, de retrouver l'identité de soi
à l'image de l'amour divin qui a créé le vide et l'infini.

Nous ne faisons qu'UN avec toutes les choses,
dans un même temps et même espace.
Nous ne sommes que de simples extensions de la Source d'énergie,
qui est de même substance dont est fait l'Univers entier.
Tous, nous sommes les créateurs de notre existence.
Tout est créé par nous-mêmes.

Tout ce que vous voyez, que vous écoutez, que vous sentez,
que vous touchez, que vous pensez,
ce dont vous vous souvenez,
ce qui vous provoque une réaction émotionnelle,
ce sont toutes des choses que vous avez créées.
De belles choses, mais aussi de vilaines choses.
Chacune d'elles existe parce que vous permettez qu'elle existe.


Et cela nous ramène à Ho'oponopono.
Quel merveilleux pouvoir vous avez entre les mains !

Quand nous réussirons vraiment à comprendre que
nous sommes en train de créer chaque parcelle de notre existence,
alors nous réaliserons que nous pouvons changer chacune
de ces choses puisque nous en sommes les responsables.

Vous pouvez le faire tout simplement en témoignant votre gratitude
à toutes celles qui rendent votre vie heureuse,
à celles que vous aimeriez avoir plus souvent, plus nombreuses.

Vous pouvez le faire aussi en demandant pardon
à toutes celles que vous voudriez chasser ou voir moins souvent.

Tout le bien, tout le mal, et tout ce qui se trouve
entre ces deux limites,
c'est votre création.



Tout le bien,
tout le mal
et tout ce qui se trouve
entre ces deux limites,
ne dépend
que de nous





Table des matières

Préface	5
Introduction	21
Chap. I - Huna : l'origine du secret	25
Les sept principes Huna	31
L'être humain	42
Le chaman, cocréateur de la vie.	49
La « Voie du guerrier » et la « Voie de l'aventure »	51
Chap. II - Ho'oponopono	
JE SUIS DÉSOLÉ ; PARDONNE-MOI ; MERCI ; JE T'AIME	53
Chap. III - Ho'oponopono: une méthode ancestrale	57
Chap. IV - L'Identité de soi par Ho'oponopono	61
Chap. V - Mornah Nalamaku Simeona	65
La pensée transmise par Mornah Simeona	69
Chap. VI - Le Dr Ihaleakala Hew Len	77
Chap. VII - Les points-clés de la méthode	
Ho'oponopono	83

Chap. VIII - La finalité de la vie incarnée	91
Chap. IX - 100 % responsable	105
Chap. X - Les mémoires partagées	111
Chap. XI - Les miroirs esséniens	125
Chap. XII - Les émotions négatives	131
Chap. XIII - La paix du moi	143
Chap. XIV - Pas de suggestions. Que de la confiance !	151
Chap. XV - Inspiration et intuition	167
Chap. XVI - Sérénité, alignement et paix	173
Chap. XVII - L'importance du sentiment de gratitude	183
Chap. XVIII - La méthode Ho'oponopono et la loi de l'attraction	199
Chap. XIX - La résistance de l'état de confort	217
Chap. XX - De la faute et du péché	227
Chap. XXI - <i>La voie la plus facile</i>	237

Chap. XXII - Le côté technique de la méthode	
Ho'oponopono	243
Chap. XXIII - La pratique constante de la méthode	
Ho'oponopono	255
Chap. XXVI - Des gouttes de rosée	267
Ho'oponopono – Guide pratique	275
Annexe 1 - Ho'oponopono – Glossaire	303
Annexe 2 - L'esprit Aloha	309
Bibliographie	315
Sites internet	316
Les auteurs	317