



ART & LIFE

MABEL KATZ REFLEXIONA SOBRE HO'OPONOPONO

MARCH 7, 2016 • 0 COMMENTS • BY LORENA MORA-MOWRY

Entrevista exclusiva a la oradora, autora y líder de seminarios Mabel Katz. Mabel es reconocida como autoridad principal de [Ho'oponopono](#).

Lorena Mora-Mowry conversa con Mabel sobre sus inicios, su decisión de aprender sobre el Ho'oponopono – *técnica que ayudar a las personas a conseguir una mayor claridad en los objetivos, atraer más felicidad y paz y vivir y trabajar con mayor eficacia* -y sobre su nuevo libro [Mis reflexiones sobre Ho'oponopono](#).

Para Mabel *“esta técnica se aprende a soltar lo que no eres tú, para que puedas encontrar quien eres realmente y te quieras. Solo cuando te ames y aceptes a ti mismo podrás amar y aceptar a los demás.”*



Mejora tu Vida, Se Próspero y Logra la Paz Interior con Ho'oponopono.

“Sé que cuando practiques Ho'oponopono te asombrarás de cómo algo tan simple puede ser tan efectivo y mágico. Ho'oponopono te ayudará a atraer más prosperidad, felicidad y amor a tu vida ahora mismo. Ho'oponopono funciona para todos y con toda clase de problemas, ha cambiado y salvado mi vida y sé que puede hacer una diferencia en la tuya también...” -Mabel Katz-

Los Angeles, 15 de feb. de 2016. El Ho'oponopono es un arte ancestral hawaiano de resolución de conflictos adoptado para los tiempos modernos. Es una filosofía de vida basada en ser 100% responsables de nuestras vidas. La palabra Ho'oponopono significa “enmendar”, “corregir un error”. El objetivo es traer paz y equilibrio de manera simple y efectiva mediante la limpieza mental y física, a través de un proceso de sanación, reconciliación y perdón. Mabel Katz, escritora, oradora y motivadora argentina de talla internacional, especialista en Ho'oponopono, ha enseñando esta técnica alrededor del mundo por más de diez años. Ahora se encuentra de gira en varias ciudades de Norte América con sus seminarios, para compartir los conocimientos adquiridos de esta filosofía.

“Todo lo que aparece en nuestra vida es un pensamiento, una memoria, un programa funcionando (un error) y aparece en nuestra vida para darnos una oportunidad de soltar, de limpiar, de borrar. Si deseás cambiar algo, primero tenés que borrar, crear el espacio vacío para llenarlo con la información y respuesta correcta.” Afirma Mabel.

En el Ho'oponopono ancestral, cuando se presentaba un problema o una enfermedad, toda la familia tenía que estar presente, y uno de uno pedía perdón a los otros. Con el actual Ho'oponopono, sabemos que no hay “otros” ahí afuera: son sólo nuestros pensamientos de la otra persona, nuestras propias memorias de la otra persona. Entonces, tomamos 100% de responsabilidad y limpiamos esas memorias. Lo que se borra de nosotros se borra de los demás, nuestras familias, parientes y ancestros e, inclusive, de la Tierra.

Según Katz, la vida es una repetición de recuerdos, que son como chips que tocan en nuestras cabezas las 24 horas del día. Éstos nos manejan sin que seamos conscientes de ellos. No podemos evitarlo, pero sí podemos elegir “detener” los chips, y tener una mejor concepción de la vida.

“La mayoría de nuestros problemas vienen de nuestros ancestros. Por ejemplo, si sabés que en tu familia hubo diabetes, dirías: “Oh, yo sé que voy a tener diabetes porque hay antecedentes en mi familia”. No obstante, podés “borrar” la diabetes antes de tenerla. Lo mismo con los problemas emocionales, la falta de dinero o los desafíos en las relaciones.” Asegura Katz

En Ho'oponopono, existen muchas “herramientas” para borrar los programas que repiten en nuestra mente y nos causan problemas, escases y enfermedad. Las más conocidas son el “gracias y el “te amo”. Limpiar es muy fácil. Es tan fácil que a tu intelecto se le hace difícil entender que sólo repitiendo mentalmente “te amo” o “gracias”, estás en verdad limpiando.

“Cuando dices “Te amo” o “Gracias”, o usas cualquier otra herramienta de Ho'oponopono, estás tomando 100% de responsabilidad y estás diciendo: “lo siento, por favor perdóname por lo que hay en mí que creó esto” y le estás dando permiso a Dios para que se ocupe de vos y tus problemas. Quiero dejar en claro que cuando me refiero a Dios no lo hago desde un contexto religioso. Para mí, Dios es esa parte adentro nuestro que lo sabe todo.” Certifica Mabel

Cabe destacar que el problema no es el problema en sí, sino que el problema es la manera en que reaccionamos frente al problema.

Próximamente, Mabel estará en el Sur de la Florida con sus seminarios:

TAGGED: MABEL KATZ, REFLEXIONES SOBRE HO'OPONOPONO