

GRACIAS, TE AMO!

El poder de las palabras

El método Ho'oponopono es cada vez más popular en nuestro país también, aunque la mayoría de la gente no sabe nada más sobre él. Muchas veces tenemos que repetir la mantra: Gracias, Te amo. El método naturalmente no consiste solo en este ejercicio. La comunidad Ho'oponopono húngara es una de las mayores del mundo.

Gracias a la traductora Klara Mora la gente está cada vez más interesada por el método de resolución de problemas en Hungría también. Klara organiza la comunidad Ho'oponopono, escribe y traduce artículos que son muy populares en la red social.

DESDE CUÁNDO PRACTICAS ESTE MÉTODO?

Hace dos años encontré un libro de este método. En aquel tiempo en Hungría no existía ninguna fuente auténtica.

Al leer este libro sabía enseguida que eso era el mío. Me interesaba mucho. Este

método en Hungría ya tiene su historia. Nuestra comunidad Ho'oponopono virtual es una de las mayores del mundo. En Budapest organizamos ya 4 seminarios de Mabel Katz – los húngaros la conocen muy bien. Traduje al húngaro sus tres libros, los publiqué

también. Tenemos su página en húngaro en la que estoy poniendo artículos traducidos, videos subtítulos también porque la gente está muy interesada por ellos. Las personas no pueden esperar su seminario que identifican su camino en Ho'oponopono.

QUÉ ES PARA TÍ LA ENSEÑANZA O EL CONOCIMIENTO MÁS IMPORTANTE PRACTICANDO EL HO'OPONOPONO?

Ho'oponopono me enseñó observar las cosas y no reaccionar, porque reaccionando puedo hacerme daño, enfermarme física o mentalmente. Hace un tiempo nada funciona de la misma manera como antes en nuestras vidas. Por eso es imperativo cambiar todas las áreas de nuestra vida. Pero era una experiencia nueva para mí, que todas las soluciones realmente están en mí: reacciono o no y como yo relaciono a las cosas. No hay nada más. Si yo puedo cambiar mi punto de vista en mí todo cambia.

Y esa es una posibilidad inmensa! Soy capaz de manejar

cualquier cosa, elevarme por encima de los problemas, sin expectativas, sólo practicando este método. Día a día puedo experimentar la paz interior. Ya no me pongo nerviosa fácilmente. Nosotros, los seres humanos pensamos que nuestra mente es nuestro verdadero poder. Per no lo es! Todos tenemos un poder y talentos maravillosos adentro nuestro. Sólo tenemos que descubrirlos. No podemos explicar estas cosas con palabras ni entenderlas.

Ho'oponopono justamente trata de esto.

Este método de resolución de problemas es una puerta hacia un mundo hasta ahora desconocido.

El verdadero cambio es lograr ser feliz sin un motivo especial. Una persona feliz es una felicidad para la familia, para los compañeros de trabajo y para los amigos. Puedo llamarlo el imperio de milagros.

COMO PODEMOS EXPERIMENTAR LOS RESULTADOS DE LA LIMPIEZA? QUÉ CAMBIOS**PUEDE CAUSAR EN NUESTRA VIDA?**

Puedo decir que todo cambia, porque es verdad.

Ho'oponopono es una filosofía. Tenemos que identificarnos con sus principios 24 horas del día y 7 días de la semana. Su influencia positiva en nuestra personalidad se ve en un poco tiempo. Nosotros influimos en nuestro mundo también. La paz interior influye en nuestro ambiente cercano y lejano también.

No existe un estado más feliz que estar en paz, no importa que suceda.

Podemos percibir los resultados y cambios positivos día a día adentro nuestro y en nuestro alrededor. Este proceso no está dirigido por nosotros sino por nuestra parte más sabia que siempre estamos silenciando e ignorando cuando pensamos.

Pero cuando le damos permiso, realmente podemos experimentar cosas maravillosas. **TENEMOS QUE BUSCAR U OBSERVAR LOS CAMBIOS? PODEMOS DARNOS CUENTA DE LOS CAMBIOS?**



Si los busca u observa eso es justamente contra la esencia del método.

Porque estas son las actividades de la mente: busca resultados, explicaciones y confirmaciones. No los necesitamos.

Qué es exactamente el Ho'oponopono y que podemos conseguir con él – preguntamos a la líder de seminarios y autora internacionalmente conocida Mabel Katz.

HO'OPONOPONO SIGNIFICA CORREGIR ERRORES. QUÉ SIGNIFICA EXACTAMENTE LA PALABRA 'ERROR'?

En este caso de Ho'oponopono los errores son memorias que traemos, bajandolas, los programitas como la computadora. Estas memorias aparecen en el monitor a veces como gente difícil o como desafíos en nuestra vida. Puede ser también la falta del dinero o del trabajo, un problema con el hijo, pero en Ho'oponopono llamamos simplemente errores. Un programa, una memoria que está tocando, aparece en el monitor. Estas cosas aparecen en el monitor de nuestra vida para darnos oportunidad de borrarlas y apretar la tecla de borrar en vez de hablarle al monitor, para poder parar de repetir esos errores. Decimos que la vida es una repetición de memorias.

CUÁLES SON NUESTROS PROGRAMAS MÁS FRECUENTES QUE SON OBSTÁCULOS EN NUESTRAS VIDAS?

Muchas veces enfermedades, por ejemplo cuando decimos que en mi familia hay diabetes, entonces voy a tener diabetes. Esas son creencias. Las creencias y adicciones también son programitas. El pensar por ejemplo es una adicción. Estamos adictos al pensar. El sufrimiento es una adicción. Estas también son memorias y podemos borrarlas. Yo creo que el pensar y el preocuparnos son los programas más frecuentes y peores obstáculos en nuestras vidas. Nosotros mismos somos nuestros peores obstáculos en nuestras vidas justamente por eso porque pensamos y nos preocupamos.

LOS TERAPÉUTICOS HAWAIANOS ANCESTRALES TIENEN UNA FAMA LEGENDARIA. MUCHOS MÉTODOS APROVECHAN DE SUS CONOCIMIENTOS. QUIÉNES SON LAS KAHUNAS? CÓMO NACIÓ ESTE MÉTODO?

La traducción de la palabra 'kahuna' es el que tiene el secreto, el guardián de los secretos. Hay mucho tipo de kahunas, por ejemplo Mornah Simeona actualizó el método de Ho'oponopono. Ella era una kahuna, una sanadora. Ella

► podía hablar con las plantas y las plantas decían a ella cuales podían ayudar con ciertas dolencias. Este método nace en Hawai. Según mi maestro Dr. Ihaleakala Hew Len de los hawaianos originales que habitaron Hawai en realidad no sabemos de dónde vinieron. Hay que tener en cuenta que a Hawai también llegaron las religiones como en el resto del mundo. Así que uno va a Hawai y pregunta a hawaianos del Ho'oponopono, no todo el mundo lo sabe en Hawai.

QUÉ NOS ENSEÑA ESTE MÉTODO?

Este método nos enseña que nosotros podemos sanarnos a nosotros mismos, que todo en nuestra vida nos está mostrando lo que está en adentro nuestro, justamente son programas, memorias. Y si hay algo que ya no funciona en nuestra vida. nosotros somos

100% responsables de estos programas que están tocando. No que somos culpables ni que somos pecadores, simplemente que somos responsables de esos programas, y que justamente porque los creamos, nosotros podemos cambiarlos. Así que nos da ese poder, y nos da esa libertad. Podemos hacernos libres al tomar 100% responsabilidad. Y también darnos cuenta de cuando nosotros cambiamos, todo cambia. Cuando nosotros estamos bien, todos están bien.

QUÉ COSAS MÁGICAS SE ESCONDEN DETRÁS DE LAS PALABRAS GRACIAS Y TE AMO? POR QUÉ ES TAN DIFÍCIL CREER HOY EN DÍA QUE PODEMOS CONSEGUIR UNA VIDA FELIZ Y EQUILIBRADA CON HERRAMIENTAS TAN SIMPLES?

Partamos de que el intelecto no puede entender nada que es simple. Entonces el intelecto jamás va a pensar que porque diga palabras simples como el gracias o el te amo pueda justamente atraer más paz o felicidad a su vida o pueda resolver proble-

mas. Pero en realidad cuando nosotros decimos gracias o te amo en Ho'oponopono, y esto es lo que se esconde detrás de estas palabras mágicas es que estamos parando justamente al intelecto, esa parte que realmente cree que sabe pero no sabe. Estamos parando las historias y los cuentos y estamos dándole permiso a otra parte también nuestra que es mucho más sabia y que es la inspiración. Pero que no puede aparecer en nuestra vida, a menos que nosotros le demos permiso. Entonces cuando decimos gracias y te amo, la magia se produce porque estoy dando permiso y estoy parando esa parte que justamente que no sabe y le estoy dando permiso a la parte que sí sabe que también está en mí y que tiene las respuestas, las soluciones que me ayude, me guíe, que me proteja. Y puede ser así tan simple, como decir gracias o te amo.

QUE ME OFRECE REALMENTE ESTE MÉTODO SI LO APRENDO? TAL VEZ MÁS QUE SÓLO REPETIR GRACIAS Y TE AMO.

El método implica también trabajar con el niño interior que es nuestro subconsciente y lograr que haga la limpieza como nosotros lo llamamos, y que en Ho'oponopono el borrar estos programas y memorias permanentemente las 24 horas. Así como hace permanentemente la respiración por nosotros. Porque tenemos realmente muchas memorias, mucho para borrar. 90% viene de nuestros ancestros. Necesitamos el apoyo. Entonces trabajamos con el niño interior. Además hay muchas herramientas. El gracias y el te amo digamos que son las más famosas, pero durante el seminario hay muchísima limpieza. Yo más que enseñar lo que vengo es a limpiar. Le gente se beneficia de mi limpieza. Y que se borra en mí se borra en todos. El Ho'oponopono es como el antivirus en la

computadora, lo necesitamos 24 horas del día, no un ratito a la mañana, un ratito a la noche. Entonces en el seminario como una reprogramación es una forma de que el niño interior aprenda hacer esto y nos ayude para poder estar más en automático de la limpieza. Me ofrece atraer más paz y felicidad en mi vida, no importa lo que esté pasando alrededor mío. Aprender realmente estar mucho más en paz y feliz, sin depender de nada ni nadie afuera mío y cambiar mi vida. **HO'OPONOPONO ES CADA VEZ MÁS POPULAR, TAL VEZ EN POCO TIEMPO SIGA UNA MASA CRÍTICA DE LA GENTE QUE ESTÁ LIMPIANDO CON ÉL. INFLUIRÁ EN LA VIDA Y EL ESTADO DE NUESTRA PLANETA?**

Yo digo que sí, esto puede ser un cambio, por lo menos una pieza muy importante en el cambio de nuestra Planeta. Por lo menos para atraer más paz. Yo tengo una campaña mundial, que es La Paz Comienza Conmigo – Paz Interior ES Paz Mundial. Yo no tengo la menor duda. La ha presentado en las Naciones Unidas en Viena. Si podemos traer más paz al mundo porque realmente la paz comienza con nosotros. Si yo estoy en paz, el mundo va a estar en paz. Y todo va a cambiar cuando nosotros estamos en paz, es como contagioso. Imagina trabajar en un lugar donde todo el mundo toma 100% responsabilidad en vez de estar culpando o por ejemplo en una familia también convivir en un lugar donde cada uno toma 100% responsabilidad. Es muy importante. Otra vez repito: no estoy hablando de culpas. La 100% responsabilidad es diferente. Lo que está en mí que está atrayendo esto. Lo siento perdóname por aquello que está en mí que está atrayendo esto. Y eso me libera. Y cuando yo me libero a su vez libero todos. Especialmente mi familia, parientes y ancestros.

Gracias por la oportunidad.

