

# LIBERATION DES MEMOIRES AVEC HO'OPONOPONO

## Que signifie HO'OPONOPONO ?

Ses origines :

**HO'OPONOPONO** est une philosophie, un état d'esprit qui nous amène à voir les choses sous un regard tout à fait différent sur la vie, sur les autres et sur soi-même.

C'est un rituel que les Hawaïens utilisaient autrefois dans les villages d'une communauté quand ils étaient confrontés à des conflits, pour y retrouver l'harmonie en s'accordant l'amour, la paix et le pardon.

Dans la version nouvelle créée par Morrnah Simeona, une chamane hawaïenne, ce rituel se pratique seul, il s'agit essentiellement d'un repentir et d'une réconciliation avec soi-même. Elle affirmait que tous les êtres humains étaient alourdis par le passé et constatait que la cause de leurs maladies provenait de leurs pensées remplies de mémoires douloureuses pratiquement toujours inconscientes.

Une de ses phrases était :

*« La paix commence avec moi-même et personne d'autre mais aussi nous sommes ici seulement pour apporter la paix dans notre vie, tout autour de nous retrouve sa place, son rythme et la paix. »*

Et c'est précisément le premier but de cette pratique (retrouver la paix intérieure).

Ce procédé par des principes suivants :

- L'univers physique est une manifestation de mes pensées.
- Si mes pensées sont erronées, elles créent une réalité physique erronée.
- Si mes pensées sont parfaites, elles créent une réalité physique débordante d'amour.

HO'OPONOPONO fait le tour du monde à travers le texte de Joe Vitale  
(la lecture de ce livre pourra vous apporter une meilleure compréhension).

HO'OPONOPONO dans nos vies actuelles :

Derrière chaque situation, chaque événement, chaque rencontre qui surviennent dans nos vies se cache une mémoire. Le but de HO'OPONOPONO est de nous libérer des mémoires de tout ce qui peut faire obstacle dans notre vie où qui peut être source de douleur, de peine et de souffrance.

Le rituel consiste à reconnaître que nous sommes responsables à 100 % de notre vie.

Voici les **quatre paroles du rituel qui libèrent nos mémoires inconscientes** et **qui nous guérissent : DESOLE, PARDON, MERCI, JE T'AIME**

Avec HO'OPONOPONO, nous sommes sans attente, c'est pourquoi nous ne désirons ni ne cherchons à obtenir quoi que se soit ! **C'est le lâcher prise.**

Je vous propose un atelier d'une journée :

**LIBERATION DES MEMOIRES AVEC HO'OPONOPONO**