

HO'OPONOPONO - MEDITATION

Dein innerer Weg zur Freiheit

Alles, was in unserem Leben geschieht, hat etwas mit unserer Innenwelt zu tun. Probleme im Äußeren sind Resultate unserer abgelehnten inneren Anteile. Wenn wir also etwas in Situationen ändern möchten, ist der einzige Ort, den man verändern kann, in einem selbst.

Ho'oponopono, ist ein altes hawaiianisches-schamanisches Ritual und bedeutet „etwas richtig stellen“, „wieder vollständig sein“, „die göttliche Ordnung in sich herstellen“.

Es erlaubt uns, ein tiefes Mitgefühl für andere zu empfinden. Somit können Konflikte unter anderem in einer Beziehung, Lebensgemeinschaft, Partnerschaft effektiv gelöst werden.

Wesentliche Schritte hierzu sind:

1. Wenn ich der andere wäre, warum hätte ich so gehandelt?
2. Dir selbst vergeben, Frieden schließen mit Situation, weil du in Resonanz mit diesem Problem warst.
3. Anteil in dir liebevoll annehmen
4. Dir danken für die Erkenntnis. Die Kraft der Sätze beginnt zu wirken.
5. Prozess ist abgeschlossen, du kannst jetzt nach vorne schauen.

Einstieg jederzeit möglich. Vorkenntnisse sind nicht nötig.
Bitte um Anmeldung.