

# Denken bestimmt die Wirklichkeit

## Positive Realitätsgestaltung durch Anwendung überlieferten hawaiianischen Heilerwissens

**Ho'oponopono ist eine alte, wiederentdeckte hawaiianische Tradition, die es möglich macht, auf einfache spielerische Art Probleme wirklich an der Wurzel zu lösen, verfahrenere Situationen wieder in Fluss zu bringen oder ganz einfach mehr Verständnis für unsere Mitmenschen zu entwickeln.**

Vor einigen Jahren erfuhr man per Internet die unglaubliche Geschichte eines Therapeuten, der auf Hawaii gewirkt hat. Dr. Hew Len sollte eine komplette, geschlossene Krankenstation krimineller, geisteskranker Patienten geheilt haben – ohne auch nur einen von ihnen gesehen zu haben. Es hieß, der Psychologe würde die Akte eines Insassen studieren und dann in sein Inneres schauen, um zu sehen, wie er selbst die Krankheit dieser Person hervorgebracht hatte. Während er sich selbst besserte, besserte sich auch der Zustand des Patienten.

Der Therapeut hatte dabei auf eine alte regionale Tradition, die auf

### Eine alte Tradition

Verständigung, Vergebung und Selbstverantwortung basiert, zurück gegriffen. Eine „Kahuna“, wie man hawaiianische Heilerinnen nennt, hatte ihm diese Fähigkeit, die als Ho'oponopono bekannt ist, vermittelt. Dieser Name setzt sich aus mehreren Begriffen zusammen: „Ho'o – etwas tun, auf dem Weg bringen; Pono – richtig, perfekt, ausgleichen; ponopono – eine Verstärkung, Dinge wieder richtig stellen.



*Rositha Schöne-Breitfeld aus Evenhausen (Gemeinde Amerang) ist langjährige Praktikerin und Dozentin der Ho'oponopono-Methode.*

In den ersten Monaten verbesserte sich das Klima auf der genannten Station. Das Personal wechselte nicht mehr so häufig, Medikamente konnten reduziert werden und einige Patienten bekamen schon nach kurzer Zeit Ausgang. Nach ca. 3 Jahren konnte die Krankenabteilung aufgelöst werden. Dr. Len arbeitete im Auftrag des Hawaii State Hospital in Kaneohe von 1983 bis 1987.

Hinter Ho'oponopono verbirgt sich eine tiefe Weisheit: In dem Moment, wo man anerkennt, dass alles, was uns umgibt ein Spiegel



*Dr. Hew Len aus Hawaii erzielte mit Ho'oponopono große Erfolge*

des eigenen Tun und Handels ist, oder auch, dass es keine Zufälle gibt, ist das Tor offen zum Verstehen und Vergeben. Dr. Len erkannte, es war kein Zufall, dass er

### Zufälle gibt es nicht

auf genau dieser Station seinen Dienst verrichten sollte. Er heilte die Anteile in sich, die in Resonanz gingen und schaffte somit bei den Patienten eine Veränderung .

Wie geht man bei der Anwendung des Ho'oponopono vor? Die Arbeit nach der alten Tradition umfasst vier Schritte.

1. Die Situation des Hässlichen wird in sich bestätigt. Man spricht oder denkt: Es tut mir leid.
2. Das Hässliche in sich zu Lieben: Ich liebe mich.
3. Danken für die Umwandlung des Hässlichen in sich: Ich danke dafür.
4. Das Hässliche in sich zu verzeihen: Ich verzeihe mir. Zum

Schluss lässt man den Dingen nach Gottes Willen ihren Lauf und ist bereit für ein Wunder.

Nun das klingt ziemlich leicht und es ist auch nachvollziehbar, wenn es nicht um die eigene Person geht. Spätestens dann, wenn einem zum Beispiel die Geldbörse gestohlen wird, fällt es schwer zu glauben, dass man die Situation selbst erschaffen haben soll. Mit Sicherheit erfordert es eine neue fortgeschrittene Sichtweise, mit der Ho'oponopono-Methode zu arbeiten. Doch es lohnt sich! In den letzten Jahren eröffnete sich ein neues Verständnis der Zusammenhänge von Materie und Geist. Die Bücherregale sind voll von dem umgesetzten Wissen der Quantenphysik: Alles ist miteinander verbunden und der Geist, das Denken bestimmt unsere Wirklichkeit.

Wir wissen: Wenn es in unserem nächsten Umfeld – ob zu Hause oder in der Arbeit – gut geht, sind wir zufrieden, entspannt und auch gesünder. Je mehr es Menschen gibt, die diesen entspannten Zustand leben, kann sich auch global etwas verändern. Frieden kann man nicht im Außen schaffen, nur im Inneren bei sich selbst. Hierbei kann Ho'oponopono helfen. Durch das Beispiel von Dr. Hew Len sehen wir, dass sogar in extremen Fällen Veränderungen geschehen können.

*Rositha-Schöne-Breitfeld*

## Ho'oponopono-Seminar

**Freitag, 20. Januar 2012, 14:00-19:00 Uhr**

Energieausgleich: 48,- €

Veranstaltungsort:

**Chiemgaustraße 40 a  
83123 Amerang/Evenhausen**

**Dozentin: Rositha Schöne-Breitfeld**

Telefon: 08075-185854 • [rositha@arcor.de](mailto:rositha@arcor.de)

[www.aufgemalte-medizin.de](http://www.aufgemalte-medizin.de)