

Jenseits traditioneller Methoden: Ho'oponopono

Interview mit
Mornnah Simeona und Dr. Stan Hew Len*
von Deborah King – freie Mitarbeiterin der New Times

„Wir können eine Bitte an die Gottheit richten, die unsere persönliche Blaupause kennt, um alle Gedanken und Erinnerungen, die uns in diesem Moment zurückhalten, zu heilen“, sagt Mornnah Simeona sanft. „Jenseits traditioneller Möglichkeiten bedeutet Zugang zu unserem Wissen über uns selbst zu erhalten.“

Mornnah bezieht sich auf die antike hawaiianische Methode der Stressreduzierung (Befreiung) und Problemlösung, genannt Ho'oponopono. Das Wort Ho'oponopono bedeutet etwas richtigstellen; einen Fehler korrigieren. Mornnah ist eine nativ hawaiianische Kakuha Lapa'au. Kahuna bedeutet „Hüter des Geheimnisses“ und Lapa'au bedeutet „Spezialist in Heilung“. Sie wurde schon als kleines Kind zur Kahuna auserwählt und empfing die Gabe des Heilens im Alter von drei Jahren. Sie ist die Tochter eines Angehörigen vom Hofe der Königin Liliuokalani, der letzten Monarchin der Hawaiianischen Inseln.

Der Prozess, der heute gelehrt wird, ist die Modernisierung des antiken Reinigungsrituals. Er hat sich als so wirksam erwiesen, dass Mornnah von den Vereinten Nationen, der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und von vielen Heil-Einrichtungen auf der ganzen Welt eingeladen wurde, ihn zu lehren.

Wie wirkt Ho'oponopono? „Wir sind die Gesamtsumme all unserer Erfahrungen“, erklärt Mornnah, „Das bedeutet, dass wir von unserer gesamten Vergangenheit belastet sind. Wenn wir bei Stress oder Angst in Ruhe hinschauen würden, könnten wir feststellen, dass die wirkliche Ursache eine Erinnerung ist. Die Emotionen von Stress und Angst ist an diese Erinnerung gebunden und beeinflussen uns im Moment der Wahrnehmung. Das Unterbewusstsein assoziiert eine Person oder eine Handlung in der Gegenwart mit etwas, das sich in der Vergangenheit ereignet hat und aktiviert Emotionen, die Stress erzeugen.“

Mornnah fährt fort: „Der Zweck dieses Prozesses ist die Gottheit in sich selbst zu entdecken. Ho'oponopono ist ein tiefgründiges Geschenk, welches uns ermöglicht, ein Verhältnis mit unserer innewohnenden Gottheit zu entwickeln und das uns lehrt, dass wir in jedem Moment um die Reinigung all unserer Fehler - seien diese in Gedanken, Worten oder Taten begangenen – bitten können.“ Es geht hauptsächlich um Freiheit, um unsere vollständige Befreiung von der Vergangenheit.“

Jede Erinnerung einer jeden Erfahrung ist seit dem ersten Moment unserer Schöpfung - seit Äonen - als Gedankenform in unserem ätherischen Bereich abgespeichert. Wir kennen dieses unglaubliche Aufnahmegerät/Computer auch unter

dem Begriff Unterbewusstsein, Unihipili oder Kind-Aspekt unseres Inneren. Das innere Kind ist durchaus real und bildet einen Aspekt unserer Selbstidentität. Die anderen Aspekte sind die Mutter, der Intellekt, genannt Uhane, und der Vater, das Überbewusstsein oder spiritueller Aspekt, genannt Aumakua. Diese drei Aspekte formieren die innere Familie, die in Gemeinschaft mit dem göttlichen Schöpfer unsere Selbst-Identität bildet. Jedes Sein in der Schöpfung - jeder Mensch, jede Pflanze, jedes Atom oder Molekül - hat diese drei Aspekte und dennoch ist jede einzelne Blaupause komplett unterschiedlich.

Die wichtigste Aufgabe eines jeden ist, seine wahre Identität und seinen Platz im Universum zu finden

Das Ziel von Ho'oponopono ist: 1) jeden einzelnen Moment die Verbindung zur inneren Gottheit herzustellen; 2) um Reinigung für Handlungen inklusive allem was dazugehört, zu bitten. Nur die Gottheit kann eine Reinigung ausführen, die Erinnerungen und Gedankenformen korrigiert und löscht, denn die Gottheit hat uns erschaffen und weiß daher, was in uns vorgeht.

Bei der Ho'oponopono-Methode ist es nicht notwendig ein Problem zu analysieren, zu enträtseln, zu managen oder zu überwinden. Da alles von der Gottheit erschaffen wurde, können wir direkt zu ihr gehen und um Korrektur und Auflösung bitten.

Was die Problemlösung besagt: die Welt ist eine Reflektion dessen, was in unserem Inneren passiert. Wenn du unausgeglichen oder verärgert bist, geht es um dein Inneres, nicht um das äußerliche Objekt, das du als Ursache des Problems wahrnimmst. Jeder Stress, jede Unausgeglichenheit oder Krankheit kann korrigiert werden, ganz einfach dadurch, indem du mit dir selbst arbeitest. Es ist wichtig zu erwähnen, dass sich diese Methode grundsätzlich von den anderen Formen des Ho'oponopono unterscheidet. In der traditionellen Methode sind alle, die an einem Problem beteiligt sind, physisch anwesend und arbeiten es auf. In Morrnahs Methode braucht es nur dich und die Göttlichkeit, um ein Problem aufzuarbeiten. Du brauchst keinen einzigen Zentimeter nach Außen gehen, um Antworten zu finden oder um Hilfe zu erhalten. Es gibt niemanden, der dir relevantere Informationen geben kann, als du dir selbst, wenn du nach innen gehst.

Morrnah empfiehlt Ho'oponopono besonders für diejenigen, die in Heilberufen tätig sind: „Es ist wichtig die karmischen Muster, die du mit deinem Klienten hast, vor der Anwendung zu *celanen*, damit du keine alten Themen zwischen euch aktivierst. Vielleicht solltest du überhaupt nicht mit bestimmten Klienten arbeiten, du kannst es nicht wissen, das weiß nur die Gottheit. Wenn du eine Person behandelst und es ist nicht deine Aufgabe, kann es dazu führen, dass du die gesamten Probleme der Person mit allem, was mit ihm in Zusammenhang steht, anziehst. Das kann ein Burnout verursachen. Ho'oponopono gibt Tools an die Hand, um das zu verhindern.“

Morrnah würde sich für unsere westliche Gesellschaft wünschen, dass alle etwas unternähmen, um Stress zu reduzieren. „Die Menschen im Westen haben große Schwierigkeiten, ihren Intellekt hintenan zu stellen. Für sie ist es schwer, ein Gefühl für das hohe Selbst zu bekommen, denn für westlichen Kirchen ist das hohe Selbst nicht greifbar.“ Sie fährt fort: „Die Menschen im Westen sind es gewohnt, alles mit ihrem Intellekt zu erreichen, was sie jedoch spaltet und voneinander trennt. So werden sie zu Zerstörer, denn sie ziehen es vor, alles regeln und meistern zu wollen, statt die ewigen Kräfte des göttlichen Schöpfers durch sich fließen zu lassen.“

Morrnah arbeitet mit Dr. Stanley Hew Len*, der einige Jahre als psychotherapeutischer Facharzt im Hawaii State Hospital tätig war. Er hat unter Anwendung der Methode sehr gute Ergebnisse bei Hawaiis gefährlichsten und gewalttätigsten „geistesgestörten“ Verbrechern erzielt, ohne diese jemals zu sehen oder sich mit ihnen zu unterhalten. Er notiert ihre Namen und arbeitet dann ausschließlich mit sich selbst. Er *cleant* seine Ansichten, Vorstellungen und Einstellungen in sich und fragt die Gottheit, was er für diejenige Person tun könne. Sowie seine Überzeugungen und Erinnerungen gereinigt sind, verbessert sich der Zustand des Patienten. „Die Gottheit sagt“, erklärt Stan, „dass es Zeit ist, alle Kinder nach Hause zu bringen.“

(*ebenso bekannt als Dr. Ihaleakala Hew Len)