

HO'OPONOPONO

> Cet homme participe avec d'autres à une session sur l'affectivité avec un sexologue. À la fin d'une des deux journées d'intervention, il parle d'ho'oponopono, sans expliquer la méthode. Il en parle comme une pratique utilisée par les Polynésiens ou des habitants du Pacifique. Il ne fait pas l'apologie de la méthode, ne dit pas de l'utiliser, mais de prendre les éléments qui sont compatibles avec la foi chrétienne.

En effet, on lit sur des sites: « *Ho'oponopono est une formule que l'on dit à l'intérieur de soi dès qu'un conflit, une émotion forte et négative surgit devant vous « Désolé, Pardon, Merci, Je t'aime ».*

. Désolé, signifie que l'on reconnaît le conflit.

. Pardon, donne la possibilité de se pardonner à soi-même et à l'univers d'avoir créé cette situation.

. Merci, à votre âme, à Dieu, à l'Univers d'avoir réveillé cette mémoire qui était en vous afin de la nettoyer.

. Je t'aime, c'est le nettoyage de la mémoire limitante en envoyant une énergie d'Amour à vous et à l'univers. On pourrait dire aussi « je m'aime ».

Cet homme m'envoie la question par mail: que pensez-vous de Ho'oponopono ?

> Cette femme, envoyée au service de l'exorcisme par son médecin, est en arrêt de travail depuis un mois; elle reste cloîtrée dans sa chambre; elle a perdu plusieurs kilos en un mois. Sa fille aînée à des « tocs » depuis longtemps et c'est pour elle qu'elle a lu un livre commandé sur Internet. Ce livre parle d'une méthode AORA (1), avec la loi de l'attraction qui consiste à se guérir soi-même en guérissant les autres (« Ça me guérit en même temps que je la guéris »); il semble que ce soit lié à de la magie hawaïenne, intitulé HO'OPONOPONO (2). En tout cas elle dit: « j'ai demandé à l'Univers de nettoyer mes mémoires qui ne sont pas bonnes ». Elle a vu sur Internet qu'on pouvait le faire sur photo. Elle l'a fait pour ses trois enfants, et pour le copain de sa fille, tous étant plutôt anxieux. Mais à la suite de cela elle s'est mise à pleurer, à haleter, elle avait comme une boule d'énergie qui nettoyait ses organes intérieurs. Elle dit: « je voudrais vraiment pouvoir contribuer à prévenir d'autres personnes de ne pas faire ce que j'ai fait ». Qu'est-ce donc que Ho'oponopono ?

POUR INFORMATION, JE DONNE QUELQUES ÉLÉMENTS GLANÉS SUR LES SITES INTERNET. CE SONT DES MÉTHODES D'AUTOGUÉRISON. ELLES SE NOURRISSENT DE PENSÉE POSITIVE ET EXACERBENT LE SENTIMENT DE TOUTE-PUISSANCE. ELLES OPÈRENT UN BRICOLAGE ÉNERGÉTIQUE EN RAPPORT AVEC L'APPEL « AU DIVIN ». S'IL Y A UNE EFFICACITÉ, ELLE PROVIENT DES ESPRITS INVOQUÉS DERRIÈRE CE MOT « DIVIN »; CEUX-CI INFESTENT ENSUITE LA PERSONNE... COMME J'AI PU LE CONSTATER. IL EST DONC IMPOSSIBLE DE CONSIDÉRER QUE LES ÉLÉMENTS QUI SEMBLENT S'ACCORDER AVEC LE CHRISTIANISME « JE SUIS DÉSOLÉ, PARDON MERCI, JE T'AIME » PUISSENT ÊTRE RÉUTILISÉS DE FAÇON NEUTRE EN SE RECOMMANDANT D'UNE MÉTHODE QUI EN FALSIFIE LE SENS.

(1) AORA.

Le site du Dr... mérite le détour. Médecin généraliste et pseudo-thérapeute nouvel-age féru de soins énergétiques, il explique la **méthode Aora** dans une petite video. « *Eveillez votre pouvoir guérisseur. AORA est une technique simple, rapide, efficace, à réaliser sur soi sans l'aide d'une tierce personne. Elle permet l'effacement quasi immédiat d'émotions, de peines, d'angoisses ou de chagrins. Et au-delà de ces aspects purement psychologiques, cette technique peut soulager également les douleurs, les contractures, les tensions, les démangeaisons, les brûlures et autres troubles présents dans le corps.*

AORA est le fruit de l'expérience et des recherches du Dr... sur les aspects énergétiques de l'être humain. Le mot Aora vient de l'hébreu « aor » qui signifie « lumière » et de « Ra » le dieu solaire des anciens Egyptiens.

Le mot « Aora » veut donc dire « mettre en lumière »... Cette technique permet de mettre en lumière les souffrances présentes chez une personne et ainsi son organisme peut en prendre conscience et les corriger. Le Livre « AORA » est tourné vers la pratique. Il présente beaucoup d'exemples concrets issus de la vie quotidienne afin que chacun s'y retrouve. Il décrit le fonctionnement de cette méthode révolutionnaire, mais aussi la manière dont il convient de la pratiquer afin d'obtenir les meilleurs résultats et cela immédiatement. AORA est ainsi un excellent outil d'autonomie individuelle. Grâce à lui, chacun pourra soulager les maux les plus courants de son quotidien et cela en tout temps et en tous lieux. »

(2) HO'OPONOPONO

Méthode d'autoguérison d'origine hawaïenne, elle se base sur la vacuité des pensées (autant dire sur l'ouverture aux esprits). Sur le site www.hooponopono.com et les e-books mis en ligne, le Dr. Len dit : « Nous sommes tous des Etres Divins, mais le mental peut seulement servir un maître à la fois. Il peut servir les mémoires qui répètent les problèmes, ou bien il peut servir à l'Inspiration Divine ».

« L'Intellect doit choisir : il peut fonctionner en étant dirigé par les problèmes, ou fonctionner avec les commandes de l'inspiration ».

« Nous devons être vigilants par rapport aux attentes dans notre vie. Le nettoyage n'a rien à voir avec nos attentes. Nous ne nettoyons pas pour sauver la vie de quelqu'un. Nous nettoyons pour qu'il arrive paisiblement ce qui est parfait et correct dans notre vie ».

« Le nettoyage est fait pour obtenir les circonstances parfaites et correctes pour nous ». Mais nous ne savons pas lesquelles. Seul le Divin sait.

« La nettoyage par Ho'oponopono est profond parce que nous travaillons directement avec le Divin, et le Divin est parfait dans son travail ».

« Nous ne pouvons pas dire à la Divinité quels résultats nous souhaitons obtenir avec notre nettoyage ». Notre seule responsabilité c'est de dire : « Je suis désolé, pardonne-moi ». La responsabilité de la Divinité est de faire ce qui doit être.

« Le processus Ho'oponopono a besoin seulement d'une personne : La Paix commence avec moi, et avec personne d'autre. Tout le monde veut être en harmonie avec lui-même, et c'est seulement quand on l'obtient qu'on peut accomplir son destin ».

« J'opère dans ma vie et mes relations conformément aux préceptes suivants :

- 1 L'univers physique est une création de mes pensées.
- 2 Si mes pensées sont cancérogènes, elles créent une réalité physique cancérogène
- 3 Si mes pensées sont parfaites, elles créent une réalité physique débordante d'AMOUR.
- 4 Je suis 100 % responsable de la création de mon univers physique tel qu'il est.
- 5 Je suis 100 % responsable de la correction des pensées cancérogènes qui créent une réalité malade.
6. Rien n'existe au dehors. Tout existe en pensées dans mon esprit. »

Sur le site précédent du Dr... qui prône la méthode Aora, on lit :

« **Ho'oponopono** est d'abord une manière d'alléger notre quotidien de toutes les situations désagréables que nous y vivons. Ceci constitue le premier bénéfice de Ho'oponopono. Car Ho'oponopono nous permet d'effacer les programmes erronés que nous avons en nous et qui ont généré ces désagréments.

Puis, de mémoire erronée effacée en mémoire erronée effacée, nous commençons à nous découvrir, à découvrir notre lumière intérieure, certains diront notre Divinité intérieure.

Ainsi, Ho'oponopono allège nos conflits et nous simplifie la vie, ce qui ne veut pas dire qu'il soit toujours facile de faire Ho'oponopono...

Quoi qu'il en soit, Ho'oponopono nous conduit vers la paix intérieure, le calme, la sérénité et – pourquoi ne pas le dire ? – vers l'amour.

Que faire dans la pratique ?

La première chose consiste à accepter – ce qui n'est pas toujours évident – que « je suis créateur à 100 % de TOUT ce qui apparaît dans ma vie ». En effet, je n'en suis pas le créateur à 99,999 %, j'en suis responsable à 100 %... ce qui ne veut pas dire que j'en suis le « coupable ». Car ce sont des mémoires inconscientes qui sont les organisatrices de ces situations délétères. En effet, ce n'est pas notre conscient qui nous dirige la plupart du temps, mais notre inconscient où se trouvent ces mémoires erronées.

Mais, comme je suis le créateur de ce qui arrive dans ma vie, je peux tout aussi bien défaire ce que j'ai construit comme situation désagréable. Je n'en suis donc plus la victime. Je peux les changer sans attendre l'aide de qui que ce soit. Pour cela, il me suffit d'effacer ces mémoires erronées inconscientes.

Alors, comment effacer mes mémoires erronées, puisqu'elles sont inconscientes ?

Pour effacer nos mémoires erronées, il suffit de nous adresser à notre être supérieur, que d'autres appellent leur Divinité intérieure ou encore leur subconscient. Celui-ci est très puissant et peut facilement annihiler ces mémoires ou les transmuter grâce à l'énergie de l'Amour.

Ces deux premières étapes semblent simples dans leur principe, cependant elles ne sont pas toujours aisées dans leur réalisation, car :

- Nous ne sommes pas prêts de prendre la responsabilité de tout ce qui se passe dans notre vie. Nous reportons généralement la responsabilité sur les autres.

- Pour effacer nos mémoires erronées, nous devons nous en remettre à notre Être supérieur – qui n'est en fait que la partie la plus pure de notre personne -, mais notre mental, qui est très lié à notre égo n'est pas souvent prêt à perdre le contrôle, notre contrôle. De plus, il désire toujours tout comprendre, tout analyser. Or ici, il convient de lâcher et de ne plus être dans le contrôle. Car c'est notre Être supérieur qui va s'occuper de tout.

- Enfin, nous faisons Ho'oponopono pour effacer une mémoire erronée et non pour obtenir telle ou telle chose. Je ne fais pas Ho'oponopono pour guérir, mais pour effacer les mémoires erronées en rapport avec ma maladie. Que va produire cet effacement ? Je n'en sais rien. Peut-être la guérison, ou peut-être pas ? Cependant, je sais que cet effacement va être profitable pour moi. Être sans attente quant au résultat lorsque l'on fait Ho'oponopono, n'est pas toujours chose aisée non plus.

Donc, comment je fais ?

1. J'arrête de « raisonner » (ce qui fait que j'arrête temporairement mon mental) et j'accepte à 100 % d'être le créateur. Je comprends que ce sont certaines de mes mémoires qui ont créé cette situation.

2. Je demande à mon Être supérieur de nettoyer ces mémoires erronées et je répète :

- « Je suis désolé », d'être le créateur de cette situation à cause d'une mémoire erronée que j'avais et dont je n'avais pas conscience.

- « Pardon » Je demande pardon à tous ceux que cette situation a pu heurter ou causer préjudice.

- « Merci » à la vie, à cette situation de m'avoir montré cette mémoire erronée inconsciente.

- « Je t'aime » et je demande à mon Être supérieur « S'il y a une mémoire qui a créé cela, s'il te plaît efface-la, nettoie-la. Merci. Je t'aime. »

Notre vie se résume donc à nettoyer, nettoyer, nettoyer !

Quand cette mémoire s'en va, nous sentons la Paix s'installer dans notre cœur. Le vide se fait en nous. Alors l'inspiration peut entrer. Elle nous donne toutes les indications nécessaires pour mener à bien notre vie. »

CQFD.