

Ho'oponopono

Anleitung

- Thema aufschreiben und alles kommen lassen – es ist alles erlaubt – alles aufschreiben, egal ob als wichtig oder unwichtig empfunden – hier ist alles wichtig
- **Codewort** auswählen (beschreibt die Situation, die Verzeihung braucht)
- **Bitte** 4x hintereinander sprechen
- Punkte **1.-11.** als Block jeweils 7x hintereinander sprechen
- **Danke** 4x hintereinander sprechen

Ablauf

Bitte zum höchsten Wohl aller Beteiligten.

1. Ich bin verantwortlich für >Codewort>.
2. Es tut mir leid.
3. Ich entschuldige mich. Danke, dass Du mir verzeihst und vergibst.
4. Ich vergebe Dir (Euch) und mir in allen Ebenen und Realitäten.
5. Ich bin jetzt frei von aller Schuld zu >Codewort< in jeder Realität, Ebene und zu aller Zeit.
6. Ich danke für mein gesamtes Sein, meine Erfahrungen und die beste Lösung für mich, für uns und alle Beteiligten.
7. Ich segne, achte liebe Dich (Euch) und mich.
8. Ich danke der Quelle allen Seins für die Lösung, sowie die Harmonisierung in Liebe, Dankbarkeit und Wertschätzung.
9. Ich befreie mich jetzt endgültig von allem, zum Thema >Codewort< noch verbliebenen Negativen und lasse in Liebe los.
10. Die Quelle allen Seins harmonisiert zum höchsten Wohle aller Beteiligten in allen Ebenen und Realitäten.
11. Danke, es ist vollbracht und ausgeglichen – danke, es ist getan, danke, es ist.

Danke zum höchsten Wohle aller Beteiligten.