

## **HO'OPONOPONO**

by Joe Vitale

Vor zwei Jahren hörte ich von einem Therapeuten aus Hawaii, der eine komplette Krankenstation mit geisteskranken kriminellen Patienten heilte - ohne jemals einen von ihnen gesehen zu haben. Der Psychologe studierte die Akte des Insassen und schaute nach innen, um festzustellen, wie er die Krankheit der Person gemacht hatte. Indem er sich selbst heilte, heilte er den Patienten.

Als ich zum ersten Mal von der Geschichte hörte, glaubte ich an eine Stadtlegende. Wie kann jemand einen anderen Menschen heilen, indem er sich selbst heilt? Wie kann selbst der beste Meister in Selbstfindung kriminelle Geistesranke heilen? Es machte keinen Sinn. Es war nicht logisch und ich vergaß die Geschichte.

Aber ein Jahr später hörte ich erneut davon. Ich hörte, dass der Therapeut einen hawaiianischen Heilungsprozess mit Namen ho 'oponopono nutzte. Ich hatte noch nie davon gehört, aber es ging mir nicht mehr aus dem Kopf. Sollte die Geschichte wahr sein, musste ich mehr darüber erfahren. Ich hatte es immer so verstanden, dass "Vollkommene Verantwortung" sich auf das bezieht, was ich denke und tue. Ich glaube, die meisten Menschen verstehen das so. Wir sind verantwortlich für das, was wir tun, und nicht für das, was andere tun - aber das ist falsch.

Der hawaiianische Therapeut heißt Dr. Ihaleakala Hew Len. Wir sprachen eine Stunde bei unserem ersten Gespräch am Telefon und ich bat ihn, mir die vollständige Geschichte zu erzählen. Er erläuterte, dass er vier Jahre lang am Hawaii State Hospital arbeitete.

Die Abteilung mit den geisteskranken Kriminellen war gefährlich. Psychologen kündigten nahezu jeden Monat. Das Personal meldete sich oft krank oder kündigten einfach. Die Leute gingen durch die Abteilung mit der Wand im Rücken, weil sie Angst hatten, von den Patienten angegriffen zu werden. Es war kein schöner Ort zum Leben, Arbeiten oder zu Besuch.

Dr. Len erzählte mir, dass er niemals Patienten sah. Er war damit einverstanden, dass er ein Büro bekam und sich die Akten ansah. Während der Akteneinsicht arbeitete er an sich selbst. Und während er an sich selbst arbeitete, begann die Heilung bei den Patienten.

"Nach einigen Monaten hatten Patienten, die sonst eingeschlossen werden mussten, Freigang", erzählte er mir. "Andere, die unter starker Medikation standen, wurden von den Medikamenten abgesetzt. Und die, die keine Aussicht auf Freilassung hatten, wurden freigelassen". Nicht nur das, auch das Personal kam nun langsam gerne zur Arbeit.

"Abwesenheiten und Stellenwechsel verschwanden. Am Ende hatten wir mehr Personal als notwendig, da die Patienten entlassen wurden und das gesamte Personal zur Arbeit erschien. Heute ist die Abteilung geschlossen."

An dieser Stelle fragte ich die Eine-Million-Dollar-Frage: "Wie haben Sie an sich gearbeitet, dass die Leute geheilt wurden?"

"Ich habe einfach den Teil von mir geheilt, der sie geschaffen hat", sagte er. Ich verstand ihn nicht. Dr. Len erklärte mir, dass vollkommene Verantwortung für mein Leben heißt, dass alles in meinem Leben - einfach, weil es mein Leben ist - meine Verantwortung ist. Im wörtlichen Sinne ist die gesamte Welt meine Schöpfung.

Die Wahrheit ist: wenn du die vollkommene Verantwortung für dein Leben übernimmst, dann ist alles, was du siehst, hörst, schmeckst, berührst oder auf irgend eine Art erfährst, deine Verantwortung, weil es dein Leben ist. Das bedeutet, dass Terrorismus, der Präsident, die Wirtschaft und alles, was du erfährst oder nicht magst - deine Angelegenheit ist zu heilen. All das existiert nicht, außer als Projektion aus dem Inneren. Das Problem ist nicht außen, es ist dein Problem, und um es zu ändern, musst du dich selbst ändern.

Ich fragte Dr. Len wie er sich selbst heilte. Was tat er genau, wenn er sich die Patientenakten anschaute?

"Ich habe einfach immer wieder gesagt "Es tut mir leid" und "Ich liebe dich", wieder und wieder", sagte er.

"Das ist alles?"

"Das ist alles."