

הו'אופונופונו מהונוולולו

ביום של שיטות להתפתחות והעצמה אישית, בולטת לאחרונה שיטת ההו'אופונופונו מהוואי ■ אחרי שכבשה בסערה את כל מאותגרי הרוחניות ברחבי העולם, מגיעה מאבל כץ, מפיצת השיטה, להעביר אותה גם באילת ■ קיבלתם אישור תעופה לסוף השבוע הקרוב, במכללת אילת (מיסטיכאן)

◀ / רותם ג'קסון /

במשך חודשים ארוכים, נאלצה ליאת (שם בדוי), להתמודד עם הקושי גדול של בנה בן החמש בפרידה היומית, בשער הגן. בכל בוקר היא הייתה צריכה להקשיב במשך שעותיים לבכוי קורע הלב, לתחינתו להישאר איתו בגן או לא ללכת כלל, והגנות נותרו חסרות אונים. אחרי שניסו כל דרך אפשרית כדי לשדלו להיכנס לגן, ניסתה ליאת להיעזר בכל שיטות החינוך האפשריות ובכל הטיפולים הפסיכולוגיים והאלטרנטיביים שבמצא, אך ללא הועיל. בוקר אחד כשהגיעה לעוד בוקר של התמודדות קורעת לב בגן, היא נכנסה לשירותים, התיישבה על ספסל בכניסה כשהיא טומנת את ראשה בין ידיה, בעוד היא שומעת את בנה בוכה ברקע. פתאום, באופן לא רצוני, היא נזכרה בשיטת ההו'אופונופונו, אותה למדה זה מכבר. היא ישבה עם עצמה וחזרה על המשפטים שלמדה שוב ושוב כמו

במנטרה- "סליחה, אני אוהבת אותך, סליחה אם משהו בתוכי גרם לכך שיהיה לך קשה להתמודד עם פרידות...", עד שכעבור כמה דקות השתרר שקט בחוץ. בנה לא בכה יותר.

כשהיא יצאה החוצה קיבל בנה את פניה מחויך ורגוע מתמיד.

הוא חיבק אותה חזק ולחש באוזנה, "אמא, אני אוהב אותך, את יכולה ללכת עכשיו!"

זה היה הרגע בו הבינה ליאת ששיטת ההו'אופונופונו, באמת עובדת. מאז היא משתמשת בה באופן יומיומי, וכמו רבים אחרים שלמדו להפיק ממנה את המיטב היא מעבירה אותה הלאה.

אופונו מה?

"הו'אופונופונו היא אומנות ריפוי הוואית שבטית עתיקה, פשוטה ויעילה לשחרור ולמחיקת בעיות, חסימות וזיכרונות, מסבירה יעל ברוך, אילתית לשעבר, מייבאת השיטה לארץ, "השיטה משיבה את האיזון והשלווה הפנימיים באמצעות תהליכים של ניקוי, סליחה והתמרה באמצעות שימוש בארבעה משפטים מחוללי פלאים שמגלמים בתוכם תדרים מתמרי תודעה של סליחה, הכרת תודה ואהבה:

"אני אוהבת אותך", "אני מצטערת", "בבקשה תסלח לי", "תודה".

מה שגורם לנו לסטות מהאיזון שלנו, מהדרך הטובה, הם הזיכרונות הקשים, הפגיעות, המקומות הכואבים שכל אחד ואחד מאיתנו סוחב על גבו כמו נטל במשך

שנים", אומרת יעל ומסבירה: "השכבות של הזיכרונות הרעים האלו כל כך גדושים ועבים שלוקח זמן לקלף ולנקות. יתרה מזו, היום אפילו הצליחו להוכיח במחקרים, שאנו נושאים בגנים שלנו גם זיכרונות של הדורות הקודמים לנו. ההו'אופונופונו, פירושו "לתקן את הטעות", להשיב את הסדר האלוהי. באמצעות השיטה אפשר לנתק את הקשרים של הזיכרונות מהעבר ולחזור להווה כשאנחנו נקיים יותר, קשובים יותר לאינטואיציה שלנו. השיטה היא טכניקה לתיקון זיכרונות וכלי ליישום להחזרת השלווה הפנימית".

במה שונה שיטת ההו'אופונופונו משיטות אחרות?

"יש המון שיטות טובות, השיטה הזו פשוטה וקלה ליישום ומתחברת לכל



בדרך לאילת. מאבל כץ



קוסמטיקאית פרא-רפואית טיפולים לכל סוגי העור

- אקנה • אנטי-אייג'ינג • חידוש העור • הזנה ויזי • איפור קבוע
- איפור מקצועי
- איפור כלות/אירועים • הדרכות וסדנאות איפור • ועוד
- מקלחון שיזוף
- כניסה ל-10 שיזופים כ-280 ש"ח + 2 שיזופים מתנה!
- הסרת שיער בשיטת **NCPL**
- כל הגוף רק - 399 ש"ח לחודש!
- בניית ציפורניים בכל השיטות • פדיקור/מניקור רפואי

www.annalogvinski.co.il



2012

אנה לוגבינסקי | לפרטים נוספים 08-6636355 054-7648003 | מרכז עברונה (חנייה מאחור) | www.annalogvinski.co.il