

ingresa tu búsqueda



MÉXICO

Barbie grupera revira a autodefensas: "Me vale todo"

SOCIEDAD -

SALUD

Mabel Katz presenta...el arte del hO'oponono

El Ho'oponono es una técnica antigua hawaiana que ayuda al ser humano a encontrar la felicidad, la paz y la riqueza espiritual que tanto desea.



POR:

lunes, 28 de febrero del 2011



Sinergia. La experta visitó Saltillo para mostrarnos la armoniosa práctica que nos ayuda a encontrar la paz espiritual. Foto: Vanguardia/Archivo



0



0



0



Saltillo.- Mabel Katz, es especialista en este arte desde hace más de 12 años, quien por medio de seminarios, conferencias y libros ha ayudado a cientos de personas alrededor del mundo a descubrir aquellos aspectos internos que las pueden llevar a tener una vida mejor.

Pero, ¿en qué consiste esta técnica? Mabel

Katz dio un ejemplo muy simple: El ser humano es como una computadora y todo lo que aparece en la vida de él es el monitor, el Ho'oponopono simplemente se encarga de borrar aquellos problemas o aquellas memorias que no necesita.

“Puede sonar demasiado fácil o demasiado esotérico, pero básicamente aquellas situaciones, o lo que nosotros llamamos ‘problemas’ son memorias que se repiten, las técnicas del Ho, oponopono nos recuerdan que tenemos una tecla de suprimir como el computador” mencionó Katz.

Dos de las herramientas más famosas de este arte hawaiano son palabras que el ser humano utiliza en el día a día y les atribuye un significado especial, estos sencillos vocablos son “gracias” y “te amo”.

Puede parecer increíble que estas dos terminaciones contribuyan en las personas para encontrar la paz, sin embargo Mabel Katz explicó que es simplemente mostrar la mejilla del amor a los problemas.

El mayor beneficio que trae esta técnica a la vida de las personas es que vivan en paz consigo mismo.

“Si estamos en paz, somos un canal abierto para ser guiados y protegidos, mientras estemos preocupados con los rencores nos cerramos, estamos solos y definitivamente no estamos pidiendo ayuda, mientras que las herramientas de Ho'oponopono nos dice cómo encontrar esa ayuda” comentó la especialista.

El ser humano, por lo general vive arrastrando problemas o situaciones que le son incómodas, sin embargo, el Ho'oponopono es una herramienta que puede ayudar a tener una vida mejor, a pesar de que en un principio parezca imposible.

Ante la crisis de inseguridad que se vive en México Mabel Katz mencionó que para lograr ese estado de paz que tanto se anhela lo primordial es empezar siempre con uno

mismo.


“La paz empieza con uno, lo principal es no esperar a que todo esto pase para uno estar bien, uno puede estar bien en medio de una guerra o en medio de cualquier problema, no le debemos de dar más fuerza a nuestros miedos o a nuestras preocupaciones” explicó

Uno de los objetivos que tiene la especialista es que esta técnica sea más conocida alrededor del mundo para que pueda ser aprovechada por más personas.

“Llegar a cuanta más gente posible, tengo un secreto que compartir, el poder que todos tenemos de cambiar nuestra vida sin depender de nada ni de nadie, tengo que llegar a mucha gente y despertarlos, que dejen de culparse” finalizó.

Aunque el ser humano está acostumbrado a vivir con rencores, ataduras e historias pasadas, el Ho'oponopono llega como una alternativa más para encontrar la felicidad deseada, para tener una vida tranquila en un mundo cada vez más caótico.





 Plug-in social de Facebook

TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR



Entre lujos, así viven los jefes Templarios; autodefensas toman sus casas



El porno arruinó la vida de estrella de reality



Conoce a Mariana Serrano (Begoña Narváez) "la mala" en la nueva Novela de Telemundo La Impostora
MSN Latino

recomendado por 