

# **Il viaggio di Maui: la vera storia dell'Ho'oponopono**

## **Il viaggio di Maui: la vera storia dell'Ho'oponopono**

Il viaggio di Maui: Ho'oponopono (ho-o-pono-Pono) è un'arte hawaiana per risolvere problemi antichi basata sulla riconciliazione e il perdono. 

Gli hawaiani, di tali origini, il primo che ha abitato le Hawaii e che ha utilizzato questa pratica. Mornah Nalamaku Simeona (19 maggio 1913 – 11 febbraio 1992) ha portato questi insegnamenti e ha sempre aggiornato la pratica per i tempi moderni.

## **Ci sono altre isole con pratiche simili al perdono**

Isole dell'Oceania come Samoa, Tahiti e la Nuova Zelanda. Tradizionalmente, Ho'oponopono è praticata da sacerdoti, guaritori, tra i membri della famiglia di una persona che è fisicamente malata. Le versioni moderne sono svolte all'interno della famiglia dal membro più anziano, o dall'individuo stesso.

In molte culture polinesiane si ritiene che gli errori del popolo (chiamato "hara" o "hala") causa la malattia. Alcuni credono che gli errori diventano Dei arrabbiati, altri che attirano gli Dei malevoli e altri ritengono che la colpa derivi da errori degli stessi malati. Anche se la pratica è utile a sciogliere gli errori, nella maggior parte dei casi i riti specifici possono essere eseguiti per espiare gli errori

e ridurre il loro accumulo.

Tra le isole di Vanuatu nel Pacifico meridionale in Oceania, le persone credono che le malattie sono causate da cattiva condotta sessuale o dalla rabbia. “Se si rimane arrabbiati per due o tre giorni ci si ammala”. La terapia che contrasta questa malattia è la confessione. Il paziente o un membro della famiglia può confessare, se nessuno ammette l'errore il paziente può morire. A Vanuatu le persone credono che mantenere l'errore come un segreto è ciò che dà potere alla malattia (questo è equivalente in termini di psicoanalitica, verbalizzare una manifestazione o esternarla è una scarica di stress psicofisiologico). Non appena l'errore viene confessato perde il suo potere sulla persona.

Come molti altri isolani, tra cui gli hawaiani, gli abitanti di Tikopia nelle Isole Salomone e Rarotonga, nelle Isole Cook, credono che i peccati del padre cadranno sui loro figli. Se un bambino è malato, si sospetta che il problema siano i loro genitori, che si comportano male. In aggiunta alla malattia, c'è il disordine sociale che può causare terra sterile o altri disastri. L'armonia può essere ripristinata solo con una confessione e delle scuse.

Nel Pukapuka sono abituati ad ammettere i pazienti per determinare la corretta linea di condotta al fine di guarirli.

## **Ci sono tradizioni simili a Samoa, Tahiti e tra i Maori della Nuova Zelanda**

“Ho'oponopono” è definito nel dizionario hawaiano come “igiene mentale: incontri familiari in cui i rapporti sono corretti attraverso la preghiera, la discussione, la confessione, il pentimento, la compensazione reciproca e di perdono”.

“La bontà, la giustizia, la morale, le qualità morali,

appropriata e corretta procedura, l'eccellenza, il benessere, la prosperità, il beneficio, la condizione reale o naturale, il dovere, il giusto, il virtuosismo, l'essere equi, il successo, il perfetto ordine, la precisione, tutto fornito con il dovere e il sollievo necessario".

Ho-Oponopono è definita come "diritto a riordinare o formare, modificare, rivedere, emandare, correggere, disporre ordinatamente".

Il processo inizia con una preghiera. La dichiarazione del problema è resa e discussa dai membri della famiglia. Per risolvere i problemi cooperano, non si aggrappano agli errori. Uno o più momenti di silenzio sono presi per riflettere sul groviglio di emozioni e lesioni. I sentimenti di tutti sono presi in considerazione. Poi ammettono, senza rammarico. Emergono dal passato e insieme concludono l'evento con una festa cerimoniale chiamata "pani", che spesso include mangiare il kala limu o il kala alghe, **che simboleggia la liberazione.**

## **Il viaggio di Maui**

Scarica l'estratto del libro!

