

Ho'oponopono

ein ganzheitliches Konfliktlösungssystem

BEAUTY / WELLNESS



Ho'oponopono ist eine sehr alte, tief in der hawaiianischen Kultur verwurzelte Technik, in deren Zentrum die Auflösung mentaler und emotionaler Blockaden steht.

Der Begriff Ho'oponopono ist zusammengesetzt aus den Worten ho'o (machen, begründen, bewirken), pono (richtig, in korrekter Reihenfolge) bzw. ponopono (in Ordnung, etwas

Wünschenswertes). „In pono sein“ bedeutet, in völliger Harmonie mit der gesamten Schöpfung, also in Einklang mit seiner Umwelt, der Natur, den Ahnen und auch mit sich selbst zu sein. Ho'oponopono ist eine transformative und tiefreinigende Technik, um wieder in Harmonie mit allem zu kommen. Ein zentraler Aspekt im Ho'oponopono ist die Versöhnung und Vergebung anderer und sich selbst, so dass Erlösung und Heilung geschehen können.

Die Anfänge des Ho'oponopono wurzeln in der Tradition des heilenden Gesprächs, das allabendlich innerhalb der Ohana (Familie, Clan) praktiziert wurde, um den nächsten Morgen in Harmonie und Frieden zu beginnen. Aus diesem Grund wurde das Ritual auch anfänglich als Familientherapie bezeichnet und gilt heute als eines der effizientesten Konfliktlösungssysteme. Durch das Wirken von Mary Kawena Pukui, Kahuna Morrnah Nalamaku Simeona und ihrem Schüler Dr. Ihaleakala Hew Len wurde das traditionelle Ritual an andere Kulturformen angepasst und gelangte schließlich in den Westen.

Inhalte

- Vorstellung des Ho'oponopono im Kontext des Huna Schamanismus und in der Moderne
- Vorbereitung und Einstimmung, Pico-Pico Atemübungen
- Gemeinsame Durchführung des Großen Ho'oponopono
- Feuer- und Dankbarkeitsrituale im Alltag
- Bowl of Light – die Schale des Lichts
- Übung: Schritte zurück in meine Mitte

Dozent/in Dr. rer. nat. Rebecca Medda: Jg. 1982. Von Beruf Heilpraktikerin Schwerpunkt Ayurvedamedizin, Systemisches & Wingwave Coaching, Kräuterfachfrau, Huna-Lehrerin, promovierte Biophysikerin und derzeit Ausbildung in schamanischer Medizin. Während ihrer PostDoc Zeit im Bereich der medizinischen Grundlagenforschung folgte sie dem Ruf nach einem ganzheitlichen Ansatz und studierte über 6 Jahre Ayurvedamedizin berufsbegleitend. Seit 2017 praktiziert sie in Handschuhshaus und erweiterte nach und nach ihr Therapiespektrum noch um Systemisches und Wingwave Coaching, einheimische Phytotherapie, Frauenheilkunde und schamanische Lehren. Schwerpunkte ihrer Coaching Arbeit sind Resilienz, Kommunikation und Visionssuche.

Termine:

Sa. 02.08.2025

10:00-17:00 Uhr

Preis:

140,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Kaiserring 2-6
68161 Mannheim
Tel. 0621 - 418 32 32**

Seminarnummer:

SSH68020825

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

