

Triform Institute

Desarrollo de Organizaciones y Triformación Social

El Triform Institute tiene como parte de su misión:
**Ayudar al individuo y a la sociedad civil a formar preguntas de calidad
y a tomar conciencia de su papel en el mundo.**

En sintonía con este impulso, nos es grato invitaros a la próxima **Mesa Redonda**
que organiza el Triform Institute en su sede de Barcelona.
Dirección: Via Augusta, 120 - 1º-2ª desp 11



Ho'oponopono una poderosa forma de auto sanación al alcance de todos.

Jueves 13 de Febrero 2014 · ponente: M^a Carmen Martínez

Horario: de 19 -19,30 ponencia · de 19,30 a 20,30 coloquio



M^a Carmen Martínez es Doctora en Medicina y Cirugía por la Universidad de Barcelona y tiene profundos conocimientos de una amplia gama de medicinas alternativas. Es profesora en la Universidad de Barcelona y en la Universidad Autónoma, y de varios Master en Farmacología y Enfermería. Es escritora, comunicadora y divulgadora de la consciencia espiritual en todos los ámbitos de la salud y la enseñanza.

Como nos dice M^a Carmen en su libro: "HO'OPONOPONO, lo siento, perdóname, te amo. Ed Océano-Ambar", ésta es una antigua tradición de las islas Hawaii que enseña cómo utilizar el poder de las palabras para resolver los problemas con nosotros mismos y con los demás, utilizando la energía sanadora del amor y el perdón.

Durante la mesa redonda tendremos la oportunidad de conversar con M^a Carmen sobre este apasionante tema y tomar conciencia de esta poderosa forma de autosanación al alcance de todos.

La entrada es libre, previa inscripción.

Para ello, rellenar el formulario "solicitud de información" en nuestra página web www.triforminstitute.com

Se ruega puntualidad. Plazas limitadas.

Mesa Redonda Barcelona

Fecha: 13 Febrero 2014

Ponente: Dra. M^a Carmen Martínez Tomás

Tema: Ho'oponopono: una poderosa forma de sanación al alcance de todos.

María Carmen Martínez al escribir su libro Ho'oponopono su objetivo era transmitir una experiencia de sanación tanto personal como profesional a través de un poderoso método ancestral de auto sanación con la práctica del perdón

En el transcurso de su desempeño profesional como médico. muy pronto se percató de que detrás de una enfermedad siempre había una persona que estaba sufriendo y este sufrimiento interno más profundo era de origen psico-emocional.

Explicó que cuando se tomaba el tiempo de preguntar e investigar a través de la historia clínica se dio cuenta de que este sufrimiento estaba casi siempre relacionado con relaciones disfuncionales (pareja, padres, hijos/as, etc). Y con aspectos y emociones que no habían sido expresados y perdonados a su debido tiempo.

Todas estas emociones retenidas y sin resolver estaban en la raíz de las dolencias: la falta de amor, el deseo de reconocimiento, la impotencia, la ira, el resentimiento, el deseo de venganza. Cuando éstas son las verdaderas causas de la enfermedad no existe ningún medicamento que las cure, por lo que era necesario encarar y resolver de otro modo. Comienza entonces a introducir la práctica del perdón en sus pacientes con excelentes resultados.

En este tiempo empezó a estudiar y practicar el curso de Milagros y a través de esta enseñanza encontró las respuestas para poder perdonar sus propias historias personales. Se fue a Estados Unidos, hizo una estancia en Wisconsin y se graduó en el curso de Milagros.

Todas estas experiencias resultaron ser poderosas para su sanación personal. Pudo apreciar en su propia persona el altísimo poder sanador del perdón. Hecho que además está demostrado científicamente mediante estudios científicos comprobados: cuando perdonamos aspectos del pasado se pueden sanar no sólo las relaciones, sino también

enfermedades como por ejemplo las cardiocirculatorias, la hipertensión y los problemas de corazón Y es lógico porque cuando uno tiene resentimiento en su corazón, la circulación energética se bloquea.

Conoció el Ho'oponopono cuando le llegó la información del trabajo del Doctor Len (psicólogo) con 30 pacientes en el hospital psiquiátrico estatal de Honolulu. El doctor sanó prácticamente a todo el pabellón psiquiátrico sin ver a ninguno de los enfermos. Como médico la dejó muy impresionada. El doctor Len hacía Ho'oponopono con los historiales clínicos (de pacientes diagnosticados de esquizofrenia, psicosis, agresivos, personas implicadas en delitos de sangre, etc). Pidió los historiales para poder sanar a los internos desde su casa pero era un material confidencial por lo que se le habilitó un despachito y desde allí fue limpiando a cada una de las historias, practicando Ho'oponopono con la parte de él que había creado sus enfermedades. Estuvo 3 años trabajando sin tratarlos personalmente. Al final después de 3 años se cerró el pabellón: 28 internos fueron dados de alta y otros 2 fueron trasladados.

Se pregunto ¿Qué había pasado? ¿Por qué unos se curan y otros no? ¿Qué significa la enfermedad? ¿Qué sentido profundo tiene? A través de esta experiencia y con estas incógnitas inició una investigación. Empezó a aplicarlo tanto en sí misma como también a los pacientes en la consulta y de esta manera realizó su propia experiencia tanto a nivel personal como profesional. El resultado de todo ello es lo que comparte y transmite en su primer libro Ho'oponopono lo siento perdóname te amo.

Ho'oponopono es un método de perdón a través de la energía del amor, de la comprensión y de la compasión. Lo que nos resulta más difícil para poder practicarlo es acceder al nivel de consciencia elevada que se necesita para aplicarlo correctamente.

Esta enseñanza proviene de Hawaii, de un conocimiento ancestral que ha llegado hasta nosotros por medio de la maestra del doctor Len, una Kahuna llamada Morrnah Simeona (guardiana del secreto). Forma parte del espíritu de Aloha, una cosmovisión del mundo que implica una forma de vivir compartiendo y transmitiendo energía de

forma amorosa.

El Ho'oponopono permite limpiar los errores del pasado. Estamos aquí en un proceso de aprendizaje. En una situación de ensayo-error. El Ho'oponopono facilita hacer un "reset" de las memorias de la infancia, incluso de la etapa prenatal. Cuando limpias tu pasado recuperas la frecuencia del amor puro.

Los sabios chamanes kahuna explican de esta hermosa manera lo que sucede al practicar Ho'oponopono: «Cuando nacemos todos venimos con un cuenco de luz brillante y perfecta. A medida que pasamos por experiencias que nos disgustan el cuenco se va llenando de piedras y en consecuencia la luz se va apagando. Cuando practicamos Ho'oponopono simplemente damos la vuelta al cuenco, las piedras se caen y volvemos a brillar con nuestra perfecta luz.»

Las cuatro palabras sanadoras del Ho'oponopono son:

Lo Siento. Perdóname. Te amo. Gracias.

De esta forma toman la total responsabilidad por cualquier cosa que no está correcta en su vida. Lo más precioso es que se hace en conexión con tu propia divinidad. Pidiendo perdón por haber incumplido la ley del amor. Puedes llamarla como lo sientas, Divina Providencia, Yo Superior, la parte más elevada que sabe ó conoce. Para aplicar el Ho'oponopono en cualquier situación negativa basta decir de corazón: Divina Presencia pido perdón y me perdono por la parte de mí que ha creado esta situación problemática.

La introducción al Ho'oponopono de Mari Carmen suscita un debate vivo y muchas preguntas:

-Decías que habías limpiado tus memorias y tu pasado, ¿cómo lo sientes?

He dado un giro de 360° en todos los niveles: en lo emocional, lo económico, la inspiración, la salud, en mis relaciones... Cada aspecto de la que vida del que huimos o rechazamos se queda en bloqueando el corazón en forma de rabia, frustración, resentimiento o tristeza hasta que lo encaramos para poder limpiarlo. Me siento al día

en todos los aspectos.

-¿Cómo te das cuenta que has limpiado la etapa de 0-7 años?

Tiene nombres de personas: la relación todas las personas implicadas en la infancia con la familia, los mis hermanos... estas en paz. Lo sabes porque tu cuerpo emocional no reacciona de ninguna manera en su presencia. Solo hay amor respeto y comprensión

-¿Has tenido experiencias de Ho'oponopono con alguna persona con la que tuvieses un conflicto donde después todo fluye?

Con mi pareja resolvimos después de años de estar separados. Él había hecho otro proceso y también se había sanado. Y nos volvimos a encontrar en una relación de amor, respeto y disfrute

-¿Cómo se vive esta transformación?

Es otro nivel de relación donde no cabe la dependencia ni las quejas. La única responsabilidad de cada uno será ser feliz y compartirlo desde el respeto y el gozo. Si tú eres feliz, vibrarás feliz.

Las parejas nos hacen de espejo de lo que no aceptamos de nosotros mismos. Si no limpias y cierras con amor tus relaciones otra persona vendrá para mostrarte más de lo mismo de lo que has huido. No necesitas a la pareja para ser feliz. Tú eres tu propia pareja. Te puedes relacionar desde el dar, pero sólo hasta donde tú lo sientas: Yo me doy, doy lo que soy, hasta donde yo quiero. El límite es respetarme a mí mismo.

-Hoy tuve una conversación sobre las relaciones tóxicas con personas que perciben tu vibración más alta y quieren bajarla, cómo se trataría desde Ho'oponopono?

Sólo te puedo explicar mi experiencia con Ho'oponopono: o las relaciones cambian y se armonizan o desaparecen de mi vida. Hay que huir del «complejo de salvador». Es un error y produce un desgaste muy importante a nivel energético. Hay que aplicar la fórmula del maestro: «Ama al prójimo como a ti mismo». Das hasta donde sientes que es útil y sanador. Para tener relaciones satisfactorias el intercambio de energía debe ser armónico y nutritivo por ambas partes.

En las relaciones de familia y de pareja emergen las «farsas de poder» gestadas en la infancia (muy bien explicadas por Rediker en Las 9 Revelaciones). Que si no los tengo conscientes las transfiero y las repito con la pareja. Revisarnos esta parte es muy importante para emprender relaciones sanas y auténticas. En la etapa prenatal y en la primera infancia se encuentra el origen de muchos de los problemas que enfrentamos en el presente, porque reaccionamos con los programas que están activos a nivel subconsciente.

-¿Cómo consigues que no sea un acto reflejo? ¿Cómo evoluciona el tránsito hasta que se vuelve consciente?

Es una fase. Es importante llegar al nivel de conciencia del espíritu de Aloha. Entonces es cuando comprendes que no hay nadie a quien señalar porque aceptas sin ninguna duda que te lo estás creando tú. No es difícil pero en nuestra sociedad que se rige por otros valores se requiere tiempo para integrarlo. Confianza es la palabra clave para practicar Ho'oponopono.

Un ejemplo: una paciente me llamo un día desesperada por un asunto en el trabajo. Intentaba hacerlo lo mejor que podía pero era imposible que su jefa estuviese satisfecha. Le aconseje que practicara Ho'oponopono con la situación y a las 48 horas todo estaba resuelto. La despidieron. No se merecía un trabajo donde le hacían mobbing. Es tu personalidad: tus programas y miedos los que te impiden ver que no es tu lugar. Es la mente la que bloquea pero cuando entregas la solución a tu ser divino esta no tarda en llegar. Aunque puede que el resultado te sorprenda o no te guste.

-Si alguien provoca daño a otra persona, ¿quién tiene que practicar Ho'oponopono?

Pueden hacer Ho'oponopono los dos quien provocó el daño y el que lo recibió. La persona, si es consciente, tiene que arrepentirse, restituir el daño y pedir perdón.

Si te llevaste diez millones de euros tienes que restituirlos. Por ley universal seguro que vas a recibir las consecuencias de tus actos. No sabes si en esta vida ó en otra. Los roles de víctima/victimario se repiten vida tras vida y no es la primera vez que se

dan. En cuanto una de las dos personas perdona se corta la rueda del karma. Restituyes y pides perdón. En Hawai practican el perdón de forma tradicional: uno lo pide y el otro recibe. Antiguamente si alguien no quería conceder el perdón lo desterraban. No tenía derecho a pertenecer a esa comunidad.

-Lo que nos pasa cuando interactuamos con el Ho'oponopono es que buscamos el ser buenos como sinónimo a ser libres...

Ser tú mismo es el único modo. El problema de la religión católica/cristiana es la culpa. En la cultura hawaiana no existe, sólo existen el aprendizaje y la responsabilidad según el nivel de conciencia. Nosotros somos los niños y las niñas del universo. Dios es un campo cuántico de energía universal organizado, con unas leyes. El problema de los seres humanos es que nos cae el velo del olvido y no recordamos quién somos ni a qué hemos venido. Se pueden de afrontar las cosas a resolver que tenemos pendientes haciendo Ho'oponopono con amor y humildad: Lo siento. Perdóname. Te amo. Gracias. Soy responsable de mi vida. Lo que me está pasando tiene causas anteriores que desconozco pero lo acepto y lo perdono. Primero podemos practicar un perdón cognitivo, consciente e intencionadamente para después llegar a poder sentirlo de verdad.

-¿Hay más barreras?

Muchas pues estamos educados para vivir hacia afuera. Para poder verlas hay que interiorizarse, ponerse a la escucha de la sabiduría interior.

-Por experiencia, al cambiar el punto de vista del observador: amando y perdonando, se permite la entrada de información. Esto cambia la relación y el dónde estaba posicionado.

Lo que falta es práctica. Los kahuna son chamanes, maestros pragmáticos, tienen una cosmovisión del mundo. Están conectados con las leyes de armonía y orden universal. Entonces el reto consiste en alinearte con el orden del universo.

La práctica del Ho'oponopono te lleva a la experiencia. Funciona pero no sabemos el porqué. Aplícalo y mira qué pasa: tampoco sabemos por qué sale el sol.

Cuando ya te lo crees entonces tendrás tus súper poderes activos: te lo crees y lo creas. Cuando Jesús sanaba ¿cómo lo hacía? ¡No hacía nada! Decía: "tu fe te ha sanado". Así pues que ¿Quién era el que sanaba? Ese es el poder de los sanadores/as y los chamanes lo saben.

Lo más importante es que pases por la experiencia. Que decidas amar siempre en cualquier circunstancia, que no significa sacrificio. Ocúpate de ti. Desde la conciencia proyecta la decisión de perdonar. Y todo se armonizará perfectamente.

Estamos aquí estamos para sanarnos. El Ho'oponopono te da las claves para armonizarte. Hay muchos modos de disfrutar en la vida podemos compartir con alegría la belleza que cada uno somos. Si cada uno comparte su don, tendremos todos un poder extraordinario.

-¿Tienes algún consejo para los escépticos?

Bajar de la mente al cuerpo con todo el poder de la intención. Ponerse a la escucha de lo que siente el corazón y dejarse guiar por él. Practicar Ho'oponopono aporta un beneficio añadido y una paz mental extraordinaria porque se establece un contacto cada vez más profundo con la propia divinidad. Estamos recordando quienes somos, de dónde venimos... Tenemos un propósito espiritual. Desvelar este propósito implica hacer lo que has venido a hacer y esto cambia tu modo de ver y estar en el mundo para siempre.

-¿Qué es la energía del amor? ¿Qué es un acto de libertad?

Ser respetuoso con quien eres. Fiel a ti mismo. A tu corazón. Esta es la máxima libertad.

-La retórica del amor-sacrificio parece algo muy encarado a los demás. ¿Y si soy carpintero? Parece que el propósito de tu ser divino ha de ser salvar el mundo.

Lo único importante es el amor que le pongas a lo que haces. La palabra sacrificio significa sagrado oficio. Hacer aquello por lo que has venido. Conocer tus dones y entregarlos al servicio de los demás. ¿Y los ermitaños? El Tao nos recuerda que : «El único propósito con el cual viniste es para ser feliz». Lo único que puedes dar es tu propia felicidad. Al lado de una persona feliz, uno es feliz. Ama a Dios. Dios eres tú. Si no está en tí no está en ninguna parte.

-Cuando vienen problemas grandes, de repente parece que todo lo conquistado se pierde, se difumina.

Has de tener paciencia contigo mismo, como si fueses tu propia hija. En este momento es lo que estás vibrando ahora. Si no te gusta límpialo, simplemente diciendo el mantra sanador. Actualmente me considero como una «Maruja cósmica»: entra el polvo, cojo el trapo y lo limpio sin darle más vueltas. No importa el porqué. Si necesitas saberlo tu propia divinidad hará que lo sepas... a través de un libro, el comentario de un amigo o mediante un mensaje que resonará profundamente en ti. Cuando estas limpio y conectado a tu corazón el universo te habla todo el tiempo. Estate atento a tu interior y veras como cada vez es más fácil y fluido. Limpia en ti todo lo que no eres y veras con gozo y alegría como tu propia luz brilla cada vez más.