

Respect pentru lumeni și cărți

Tehnoredactor: Cristian Radu

Copertă: Luca Emil Cornel

Titlul original: *AT ZERO. The Quest for Miracles through Ho'oponopono*

Copyright © 2014 by Joe Vitale. All rights reserved.

This translation published under license with the original publisher John Wiley & Sons, Inc.

© 2016, reeditare 2017. Toate drepturile asupra acestei ediții sunt rezervate Editurii METEOR PUBLISHING.

Contact:

Tel./Fax: 021.222.83.80

E-mail: editura@meteorpress.ro

Distribuție la:

Tel./Fax: 021.222.83.80

E-mail: carte@meteorpress.ro

www.meteorpress.ro

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

VITALE, JOE

Starea zero : în căutare de miracole prin Ho'oponopono / Joe Vitale ; trad.: Eugen Damian. - București : Meteor Publishing, 2015

Bibliogr.

Index

ISBN 978-606-8653-16-7

I. Damian, Eugen (trad.)

159.923.2

Joe Vitale

STAREA ZERO

ÎN CĂUTARE DE MIRACOLE
PRIN
HO'OPONOPONO

Secretul decisiv al cărții Zero limite

Traducere din limba engleză
de Eugen Damian

What the Bleep Do We Know!? (film), 78, 80

Wilkerson, Clark, 109

Y

York, Scott, 75-76

You Are Not Your Brain (Schwartz și Gladding), 50-53

Z

Zero. Vezi și Divinitate definiție, 132
 Zero Infinit (IZ), 19
Zero limite (Hew Len și Vitale), 78, 94, 122, 131 scrierea, 1-8
 Zero limite III, 179-180, 182

Cuprins

<i>Nota editurii</i>	vi
<i>Invocăția autorului</i>	vii
<i>Cuvânt-înainte</i> (Dame D. C. Cordova).....	ix
<i>Mulțumiri</i>	xvi

Introducere	1
Capitolul 1. Se sparge buba	9
Capitolul 2. Nu veți mai fi niciodată aceiași	18
Capitolul 3. Să fi înnebunit oare Morrnah?	28
Capitolul 4. Adevărata metodă Ho'oponopono să iasă în față!	38
Capitolul 5. La urma urmei, a cui e vina?	45
Capitolul 6. De unde provin aceste programe?	50
Capitolul 7. Controler: Efectul placebo	54
Capitolul 8. Oglinda secretă	63
Capitolul 9. Legea Attracției și Ho'oponopono	70
Capitolul 10. Chiar și aşa... Intențiile sunt limitări	80
Capitolul 11. Cutia cu dorințe sau cutia de cadouri?	85
Capitolul 12. Arta ne-atragerii	90
Capitolul 13. Noi metode de curățare	94
Capitolul 14. Aveți o problemă?	104
Capitolul 15. Al cincilea miracol	111
Capitolul 16. Mai multe secrete ale evenimentelor Zero limite	116

Capitolul 17. Oare s-a întâmplat cu adevărat? Minciuna sfrunțată	121
Capitolul 18. Cum să vă creați propria religie	128
Capitolul 19. Miracolul Ho'oponopono	134
Postfață. Cum să prinzi șipul	138
Anexa A. Ho'oponopono. Întrebări și răspunsuri	141
Anexa B. Meditația tablei albe	145
Anexa C. Un interviu cu dr. Joe Vitale	151
Anexa D. Zero limite. Întrebări și răspunsuri.....	181
Anexa E. Dr. Hew Len stabilește o relație cu copilul interior	186
Anexa F. Ho'oponopono. Lista detaliată a eliberării.....	196
Anexa G. Povești de succes	219
Surse	252
Bibliografie	254
Despre autor.....	262
Index.....	264

Dacă vreți să știți mai multe despre metoda Ho'oponopono autentică și să reluați firul de acolo unde l-a lăsat cartea anterioară, atunci sunteți pe calea cea bună.

Dacă sunteți curioși și vreți să aflați care sunt originile metodei Ho'oponopono moderne și vă întrebați cine este acest profesor aparent trăsnit pe nume Hew Len, veți găsi răspunsul în cele ce urmează.

Dar țineți-vă bine. Dacă vi se pare că *Zero limite* a fost o cursă nebună, așteptați să citiți *Starea Zero*. De data asta, s-ar putea să vă pârliti câteva fire de păr. E posibil ca lumea dumneavoastră să fie zgâlțită din tătâni.

Dacă sunteți gata, dați pagina.

Așteptați-vă la miracole.

Mahalo,
Ao Akua

— Dr. Joe Vitale

Dintr-un avion care zboară la 11 000 m altitudine
August 2013

CAPITOLUL 1



Se sparge buba

Nu există niciun ego. E vorba doar de date, date, date.

— Dr. Ihaleakala Hew Len

I-am trimis editorului manuscrisul cărții *Zero limite* în timpul celui de-al doilea seminar desfășurat în Maui la sfârșitul anului 2006. Pentru mine a fost distractiv. Practic, cartea s-a scris singură. Am redactat-o în două săptămâni, un lucru uimitor. În cazul altor cărți, mi-au trebuit luni sau ani pentru a le termina. Două săptămâni? Un adevărat miracol. Coautorul, dr. Hew Len, a aprobat-o după ce a citit câteva pagini.

— Divinitatea zice că e bine, m-a asigurat el.

Am fost mândru. De ce n-aș fi fost? Habar n-aveam că partea cea mai rea urma de-abia de-acum încolo.

În timpul celui de-al doilea eveniment, dr. Hew Len m-a avertizat că atunci când o să apară cartea, „se va sparge buba”. Nu știam ce înseamnă asta, dar nu eram îngrijorat. Mă simțeam călăuzit și protejat. Spiritul meu strălucea, iar încrederea în mine însumi era la cote înalte. Continuam să mă curăț. Nicio bubă n-avea să mă deranjeze.

M-am înșelat.

În prima seară a seminarului, chiar înainte de cina de bun venit, am primit un telefon furios de la o scriitoare și îndrumătoare spirituală pe care o idolatrizam. Îmi aprobase

manuscrisul pe care i-l trimisem, dar se pare că nu-l și citise. După ce a făcut-o, a avut câteva obiecții, printre care și menționarea ei în carte, deși i-am păstrat anonimatul. Când s-a recunoscut, m-a detestat – și m-a sunat ca să mă dojenească.

N-am vrut să-i fac niciun rău. În secțiunea cu pricina era vorba de faptul că până și oamenii de succes au anumite puncte slabe și atrag haosul. Am dat-o ca exemplu, dar nu i-am menționat numele. Am fost surprins de izbucnirea ei pentru că, în cărțile pe care le-a scris, s-a folosit uneori de provocările întâlnite în propria viață. Nu era un secret. Însă oamenii își proiectează peste tot nesiguranța și intențiile, chiar și asupra cărților. A văzut ceva ce nu i-a plăcut și, în loc să-și asume responsabilitatea deplină (acesta fiind scopul metodei Ho'oponopono și al cărții *Zero limite*), s-a năpustit asupra mea.

Pentru că eram (și încă sunt) un admirator al ei, m-a durut foarte tare. Am rescris fragmentul respectiv, dar durerea a rămas. Ulterior, am sunat-o și am rezolvat neînțelegerea, dar incidentul m-a zguduit. Cum de s-a putut întâmpla așa ceva? Dacă asta era ceea ce prezise dr. Hew Len, iar cartea nici măcar nu fusese încă publicată, atunci la ce trebuia să mă aştept? Dacă aş fi știut... Era clar că buba se spărgea – și, odată apărută cartea, situația a devenit și mai albastră.

Așa cum am spus în Introducere, cei care nu citiseră cartea (pentru că încă nu fusese publicată) au condamnat-o, și pe mine odată cu ea. Au afirmat că inventasem totul, atât persoana dr. Hew Len, cât și povestea vindecării pacienților din spitalul de boli mintale din Hawaii. Unii au fost de părere că lucrarea era incompletă, alții m-au apostrofat pentru că nu dezvăluisem toate secretele dintr-un seminar de Ho'oponopono. M-au acuzat că am încercat să introduc în carte celealte produse ale mele. Unii au fost de părere că, dacă dr. Hew Len era o persoană reală, atunci cu siguranță avea certificat de nebun.

Era șocant și neplăcut, ca să nu spun decât atât. Cum era posibil ca o singură carte să inflameze atât de mulți oameni, mai ales o carte care nu numai că fusese scrisă cu dragoste, dar fusese gândită și pentru a-i învăța pe ceilalți iubirea și iertarea?

În același timp, mii de oameni au citit-o și s-au transformat. Am primit telefoane, scrisori și e-mailuri de la persoane care-mi erau recunoscătoare. Găsiseră speranță, vindecare și mântuire. Era reconfortant, dar săgețile înspite în spinare încă mă mai dureau.

Însă situația avea să se înrăutățească și mai mult înainte de a se ameliore.

Aveam un prieten drag, un om pe care-l instruisem, îl ajutasem, îl sfătuisem și-l inspirasem, și care suferea din punct de vedere financiar. Nu avea cine știe ce abilități pentru afacerile online, dar îmi plăcea creativitatea și umorul său. Am crezut că sprijinirea lui și colaborarea cu el vor fi benefice.

I-am dat totul, pe gratis, pentru a-l ajuta să se pună pe picioare. L-am sprijinit să-și creeze o afacere online și o listă de adrese de e-mail. L-am ajutat cu produse și marketing. L-am plătit pentru că mă susținuse la diferite evenimente, chiar și atunci când am pierdut bani. Mi-a fost recunoscător și mi-a arătat acest lucru, sărutându-mă adesea pe obraz la despărțire și spunându-mi:

– Te iubesc, Joe.

În 2009, am plecat în Rusia, unde trebuia să țin o serie de conferințe, și l-am invitat să vină cu mine. A călătorit pe gratis la clasa întâi, iar eu m-am ales cu un tovarăș de călătorie. De asemenea, a fost de acord să mă ajute pe scenă, fiindcă vorbitul zile la rând poate fi extenuant. A fost un angajament din care amândoi ieșeam în câștig. Deși aveam anumite temeri legate de Rusia (provenite din poveștile auzite în copilărie despre atacuri nucleare – fiindcă veni vorba de date), ne-am făcut bagajele, am tras adânc aer în piept și am zburat cu avionul spre cealaltă parte a planetei.

Respect pentru oameni și cartă
În Rusia nu ne-a fost deloc ușor. Programul era nemilos, aproape o tortură.

Imediat după ce am aterizat, am fost dus la un show de televiziune la Moscova, fără să mai am timp să fac un duș și să mă bărbieresc. Am fost atât de uimit, încât am rămas fără grai. Având în vedere contractul pe care-l semnasem, știam că trebuie să fac tot ce-mi cereau rușii. M-am dus la emisiune. În aceeași seară, vreme de câteva ore, am dat autografe într-o librărie. În următoarele două săptămâni, itinerarul a fost necruțător. Deși prietenul meu îmi era alături și mă susținea, adesea a rămas în cameră și a dormit, în timp ce eu am continuat să vorbesc, să dau interviuri, să semnez cărți și aşa mai departe. Asta nu m-a deranjat. M-am simțit ușurat că măcar el mai apuca să se odihnească. O merită.

Până și plecarea din Rusia a fost ca o evadare din iad.

Am descoperit că vizele noastre expirau înainte de încheierea călătoriei. Cineva greșise actele. Documentele noastre de călătorie nu erau în regulă. Parcă eram într-un film despre un război mondial. Totul părea ireal. Consulatele americane i-au spus prietenului meu „să facă tot posibilul să plece din țară până la miezul nopții”.

Chinul de pe lume. Am fost transportați pe drumuri lătralnice, am trecut de posturi de control militare, am arătat tot timpul pașapoartele și, în final, am aterizat în pădurile din Finlanda – chiar înainte de miezul nopții, când mai erau câteva minute până la expirarea vizei. Mai trebuia să ajungem la Helsinki și să găsim un zbor spre Statele Unite (cu un mare cost financiar pentru mine), și, Dumnezeule mare, n-a fost deloc ușor.

Dar asta n-a fost tot.

După ce am ajuns acasă, prietenul meu a suferit un fel de cădere. La nici 72 de ore de la sosirea acasă, mi-a trimis un e-mail care conținea o factură cu totul neașteptată și născocită, referitoare la ultimii doi ani. Tot ce făcuse gratuit, din prietenie, ori pentru că se simțise îndatorat, se afla scris

pe acea factură. Susținea că-i datoram bani, și încă mulți. Nu-mi venea să cred.

Deși din înțelegerea noastră nu făcuse parte și plata unei sume pentru călătoria în Rusia, în timp ce ne aflam acolo i-am spus că o să-i dau niște bani. Pentru munca mea din străinătate nu am fost plătit integral, iar plecarea spre casă în ultima clipă mă costase 10 000 de dolari. Însă prezența lui în Rusia mă ajutase să supraviețuiesc programului impus acolo. Vrând să-i fac un cadou surpriză, plănuisem să-i iau o mașină despre care știam că-i place, dar felul în care s-a purtat la doar trei zile după întoarcere m-a făcut să mă răzgândesc. Eram socat. M-am simțit de-a dreptul zguduit. Comportamentul lui îmi părea fără sens.

Am încercat să dau de el. L-am sunat. I-am lăsat un mesaj. M-am gândit că, dacă am fi stat de vorbă, ne-am fi putut da seama ce anume nu era în regulă. La un moment dat, m-am oferit să plătesc, doar ca să aduc pacea în relația noastră. Furios, mi-a scris: „Las-o baltă!” A continuat să-și verse mânia debitând online lucruri groaznice despre mine. Le-a scris în secret unor oameni pe care-i cunoșteam – chiar și staffului meu –, încercând să-i asmută împotriva mea. Acțiunile lui necinstite, malicioase, perfide și ascunse aveau ca scop subminarea reputației mele.

Mi-e greu să descriu suferința pe care mi-a provocat-o această experiență. Era ca și cum te-ai trezi din somn și ai afla că soția ta sau cel mai bun prieten au plecat sau au murit. Eram copleșit de durere, traumatizat. Cum era posibil ca prietenul meu cel mai bun să aibă, cu sânge rece, un asemenea comportament diabolic? Arunca pe fereastră o prietenie, un parteneriat de afaceri, un pact spiritual, și totul din cauza banilor? Unde era spiritualitatea? Unde era Ho'oponopono, pe care-l ajutasem s-o învețe? Unde era *inima* lui?

Ironia constă în faptul că datorită lui am devenit interesat de Ho'oponopono. El a auzit povestea, a văzut o broșură și mi-a spus și mie de ea. Habar n-avea ce anume este

Ho'oponopono. Eu am descoperit fascinația subiectului și am vrut să știu mai multe, aşa că am început să cercetez de unde anume provine povestea și cine sau ce se află în spatele ei. Așa am ajuns, în cele din urmă, să-l cunosc pe dr. Hew Len și să scriu cartea *Zero limite*.

Am crezut că prietenul meu a înțeles principiile responsabilității personale, ale iubirii și iertării. La urma urmei, i-am plătit participarea la primul eveniment Ho'oponopono, și totuși, atunci când fie trauma trăită în Rusia, fie altceva l-a iritat, nu și-a mai asumat niciun fel de responsabilitate. A dat vina pe mine și a făcut chiar mai mult decât atât. În Ho'oponopono, acest tip de relație se numește *ino*, care înseamnă să acționezi cu ură pentru a răni pe cineva în mod intenționat. Este unul dintre cele mai grave păcate pe care le puteai imagina.

Iar el mi-a făcut asta *mie*.

Uite buba care se sparge.

Am curățat... am curățat... și am tot curățat.

Am analizat amestecul meu în această dramă la nivelul energiei, încercând să înțeleg cum anume o atrăsesem. Ștui că viețile noastre sunt întrețesute. Suntem un dans al energiilor. Într-un vid nu se întâmplă nimic. Prietenul meu și cu mine împărtășeam același program – un virus al mintii. M-am străduit să-mi amintesc tot ce mă învățase dr. Hew Len, știind că singura ieșire era aceea de a curăța, de a curăța mereu.

A început să-mi pară rău pentru prietenul meu. Am început să înțeleg că își însușise un program care preluase controlul asupra mintii lui. Știam că și înainte se certase cu familia și cu prietenii. Fusesem martor la astfel de întâmplări. Nu m-am așteptat însă niciodată ca acest comportament să apară și în cadrul relației noastre sau să fie direcționat împotriva mea. Părea, într-adevăr, că un program îl poseda și-i determina acțiunile. Am vrut să-l ajut, să-l vindec. Am apelat întruna la procesul de curățare pentru a șterge toate

acestea din mine, sperând că, în felul acesta, se vor șterge și din ființa lui.

În realitatea metodei autentice Ho'oponopono nu era vorba despre el, ci despre mine.

Dacă există cineva care să se simtă în mod justificat o victimă, acea persoană eram eu. Dacă cineva deținea dovada că prietenul meu mă trădase, acela eram eu. Încă mai am corespondență și e-mailurile primite de la persoanele contactate de el, care stau mărturie pentru tot ce a făcut în public și în particular. Poate că altcineva le-ar folosi împotriva lui. Eu n-o să fac asta.

Așa cum m-a învățat dr. Hew Len, „nu există nimic în afara”. Totul e în interior. A trebuit să fac eforturi și să accept responsabilitatea totală pentru tot ce făcuse prietenul meu, căutând în mine și în noi programul care crease, atrăsese și susținuse întreaga dramă.

Prietenul meu s-a îndepărtat, lucru pe care am simțit că-l dorise încă de la început. Oare a creat tot acest scenariu de coșmar ca să rupă relația de afaceri cu mine? Am presupus că avea probleme cu banii. Simțea nevoia unui țap ispășitor? Dacă da, atunci eu i-am fost într-adevăr la îndemână. Dar nu trebuie învinuit el, pentru că reproșul nu reprezintă cu adevărat Ho'oponopono, ci doar o modalitate prin care mintea umană se străduiește să tragă concluzii logice din nonsensuri. Nu știam dacă aveam sau nu dreptate în legătură cu motivațiile lui, și nici măcar nu are vreo importanță. Ideea e că dr. Hew Len a avut dreptate. Buba chiar s-a spart.

Ce am făcut pentru a rezolva criza declanșată de programul pe care-l aveam în comun cu prietenul meu? Nimic.

Nu am angajat un avocat și nici nu am contactat vreo agenție guvernamentală. O astfel de acțiune nu avea nicio legătură cu iubirea, iertarea sau cu alte elemente ale autenticei Ho'oponopono. Chiar dacă prietenul meu făcuse anumite lucruri oribile în încercarea de a-mi păta reputația (lucru

care m-a durut cu atât mai mult cu cât el știa ce însemnau responsabilitatea totală și curățarea), nu m-am răzbunat pe el.

În schimb, am curățat – am simțit durerea adâncă, trădarea și nedreptatea și le-am adus în fața Divinității. Am folosit procesul învățat de la dr. Hew Len. Mi-am asumat responsabilitatea. Am controlat situația. N-am spus în public nimic negativ, iar acum vă relatez povestea pentru a desprinde din ea o lecție mai cuprinzătoare (ce urmează imediat). Am interiorizat drama și acolo am curățat-o.

Am mai folosit și o formă avansată de Ho'oponopono, pe care o voi prezenta mai târziu în cartea de față. Combinarea dintre toate aceste metode mi-a permis, în cele din urmă, să eliberez energia perceptiilor mele legate de fostul prieten. Drama s-a consumat. El și-a încetat campania de denigrare. Praful s-a așternut peste trecut. Viața a mers mai departe. Afacerile au continuat ca de obicei, doar că fără prezența lui în viața mea. Îmi lipsește relația de iubire pe care am avut-o, dar prefer să fiu mai degrabă liber decât scos din mintă.

Interesant este faptul că m-a contactat în timp ce scriam cartea de față și m-a rugat să conduc împreună cu el un eveniment Ho'oponopono. Să fie oare un semn că activitatea mea de curățare funcționase și că acum eram în relații pașnice? Da. Totuși, am refuzat oferta. El aparținea trecutului, pe care l-am curățat și l-am lăsat în urmă. Îl iubesc, îl iert și-i doresc numai bine.

Să ne continuăm drumul.

Care este lecția mai cuprinzătoare care se poate desprinde de aici?

Vă rog să înțelegeți că nimic din această dramă nu s-a întâmplat din cauza prietenului meu sau din cauza mea. Nimeni nu este de vină. Cauza a fost *programul*.

Este esențial să înțelegeți acest lucru. Mi-am asumat responsabilitatea deplină pentru programul de care am devenit conștient în mine însuși. Curățând programul, situația s-a rezolvat.

Aceasta este prima lecție și reprezintă motivul pentru care v-am povestit totul. Chiar și în cazul maeștrilor și al celor care scriu despre ea, totul se reduce la utilizarea metodei Ho'oponopono pentru a curăța programe, amintiri și alte date, cu scopul de a reveni la o stare de iubire pură. Așa cum spune adesea dr. Hew Len, „mă aflu aici doar pentru a curăța”.

Așa cum veți învăța din cartea de față, viața vă va scoate mereu în cale provocări. Aceasta este natura vieții. Pentru a scăpa din situațiile neplăcute există o soluție: aplicarea metodei Ho'oponopono. Pe măsură ce rostiți cele patru enunțuri – *Te iubesc, Îmi pare rău, Te rog, iartă-mă, Mulțumesc* –, ștergeți programele și convingerile de care nici măcar nu sunteți conștienți, ușurându-vă trecerea prin viață. Cu cât curățați mai mult, cu atât ștergeți mai multe date și vă apropiăți din ce în ce mai mult de Divinitate sau de Zero.

Să fie chiar așa de ușor? Oare funcționează tot timpul? Oare de ce ni se pare că viața devine și mai grea înainte de a se îmbunătăți?

Rămâneți alături de mine și haideți să pătrundem și mai adânc în această aventură...

CAPITOLUL 2

Nu veți mai fi niciodată aceiași

Ho'ō înseamnă „a face”, „a crea”.

Pono înseamnă „echilibru”, „bunătate”, „cinstă”, „ordine perfectă”.

Ho'ōponopono este o metodă de a crea ordinea și echilibrul perfecte pentru a vindeca o situație.

— Joe Vitale

După ce învață procesul Ho'ōponopono de bază de rostire a celor patru enunțuri – *Te iubesc, Îmi pare rău, Te rog, iartă-mă, Mulțumesc* –, oamenii se plâng adesea că apar în viața lor mai curând evenimente negative decât pozitive. De ce se întâmplă aşa?

Gândiți-vă la un pahar cu apă care stă pe masă o vreme. Dacă îl agitați, depunerile încep să plutească și, invariabil, o parte din ele se ridică la suprafață. Trebuie să curățați întruna pentru a pescui toată murdăria. Programul din mintea noastră se depune în locuri adânci și întunecoase, aşa că va trebui, probabil, să trecem mai întâi prin întuneric ca să ajungem la lumină. Dar e necesar să scoatem afară reziduurile înainte de a curăța apa. Curățarea, în sens literal, curăță.

Nu veți mai fi niciodată aceiași

Date este un cuvânt folosit pentru a desemna această programare inconștientă, gunoiul care ne împiedică să auzim vocea Divinității. La un eveniment Zero limite, cineva l-a întrebat pe dr. Hew Len care este diferența dintre ego și Divinitate. Dr. Hew Len a explicat:

În primul rând, nu există niciun fel de ego. Știați asta? Nu există aşa ceva. E vorba numai de date. Datele vorbesc, datele spun că ele sunt egoul – dar nu există aşa ceva. E vorba numai de date. Mă puteți urmări? E vorba numai de date. Datele vorbesc, iar dumneavoastră redați datele, aşa că nu dețineți nicăieri controlul. Ideea este să ajungeți la date și să le ștergeți. Sunteți deja perfecti și doriți, pur și simplu, să înlăturați din drum datele pentru a putea sta în lumină.

Aveți de-a face cu doar trei tipuri de date, mai întâi ceva ce eu numesc ZI, Zero Infinit. Aceasta este starea neutră. În al doilea caz, Divinitatea vine până la Starea Zero și vă inspiră, iar asta se numește IZI. Aceasta este inspirație și înseamnă că sunteți în flux. Se întâmplă fără efort, cu ușurință. Mai aveți și ceea ce se numește memorie, iar memoria se opune. Atunci suferiți de ne-liniște, sunteți departe de Sursă și de dumneavoastră înșivă.

Mintea nu poate fi decât într-o parte dintraceste stări. Ea nu se poate afla la jumătatea drumului. Nu puteți fi și aici, și acolo.

La apariție, Zero limite i-a agitat pe oameni și programele lor. Nu o dată, a trebuit să-mi reamintesc că problema nu constă în vociferările unei persoane, ci în datele – programul – care o făceau să se plângă.

Cu siguranță că ați trecut prin asta. Spuneți ceva ce nu ați vrut să spuneți și vă întrebați ce anume v-a îndemnat să faceți asta. Potrivit metodei Ho'ōponopono, ceea ce v-a îndemnat este programul aflat în inconștientul dumneavoastră. Nici măcar n-ați știut de existența lui până când nu a apărut situația care a declanșat reacția. Atunci să te și!