

## **Il terapeuta più strano del mondo** di Joe Vitale

22 luglio 2006

Articolo originale: <http://educate-yourself.org/zsl/hooponopono25jul06.shtml>

Traduzione a cura del dr Mario Rizzi.

Un paio di anni fa, ho sentito parlare di un terapeuta nelle Hawaii che ha curato un reparto completo di pazienti pazzi criminali - senza aver mai visto nessuno di essi. Lo psicologo studiava la scheda clinica di un detenuto e poi guardava dentro di sé per vedere quali condizioni aveva creato che si erano poi manifestate come malattia in quella persona. In contemporanea di come egli ha ottenuto dei miglioramenti, il paziente è migliorato.

Quando ho sentito questa storia, ho pensato che fosse una leggenda urbana. Come si può guarire chiunque altro guarendo se stessi? Come può una persona guarirne un'altra guarendo se stessa? Come potrebbe, anche l'auto miglior miglioramento possibile curare i pazzi criminali? Siccome è una storia che non stava in piedi, l'ho accantonata.

Tuttavia, l'ho sentita di nuovo un anno più tardi. Mi raccontarono che il terapeuta aveva usato un processo di guarigione Hawaiano chiamato Ho'oponopono. Non ne avevo mai sentito parlare, ma questa volta non riuscivo a dimenticarla. Se la storia fosse stata vera, allora avrei voluto saperne di più.

Io ho sempre inteso come "responsabilità totale" il fatto che io sono responsabile di quello che penso e faccio. Il resto non mi compete. Credo che la maggior parte della gente pensa che la responsabilità totale vada intesa in questo modo: "Noi siamo responsabili di ciò che facciamo, non di ciò che fanno gli altri" - ma questo è sbagliato.

Il terapeuta hawaiano che ha guarito i malati di mente, di certo aveva da insegnarmi una nuova prospettiva, molto avanzata, al riguardo della "responsabilità totale". Il suo nome è dr. Stanley Ihaleakala Hew Len. Gli feci una telefonata che durò almeno un'ora, in cui gli chiesi di dirmi la storia completa della sua attività come terapeuta.

Egli mi spiegò che aveva lavorato al Hawaii State Hospital per quattro anni, e mi specificò che il reparto dove tenevano i pazzi criminali era considerato pericoloso.

Generalmente, dopo un mese di lavoro, gli psicologi addetti al reparto lo lasciavano con la scusa che non stavano bene o altro. Le persone attraversavano il reparto con le spalle rivolte verso il muro per la paura di essere attaccate dai pazienti. Non era un luogo piacevole in cui vivere, lavorare o visitare.

Il dr. Hew Len mi disse che non aveva mai visto i pazienti di persona. Egli aveva accettato di avere un ufficio e di tenere in ordine i vari schedari di quei pazienti. E mentre leggeva le schede, cercava di lavorare su se stesso. E così, mentre lavorava per migliorare se stesso, anche i pazienti hanno iniziato a migliorare.

"Dopo pochi mesi, ai pazienti che dovevano essere ammanettati è stato permesso di camminare liberamente, mi ha detto. Alcuni di essi, che dovevano assumere forti medicinali, li hanno ridotti o eliminati. Ed altri che non avrebbero mai avuto la possibilità di essere liberati, si guadagnarono la loro libertà. Ero in soggezione.

"Non solo, ha continuato, ma il personale ha cominciato a lavorare volentieri in quel reparto. L'assenteismo ed il continuo cambio di psicologi era scomparso. Ci siamo ritrovati con più

personale di cui avevamo bisogno, perché vari pazienti erano stati rilasciati. Oggi, quel reparto è chiuso".

Questo è il punto in cui ha dovuto fargli la domanda da un milione di dollari: "Cosa facevi dentro di te che ha causato questi grandi cambiamenti?".

"È stata semplicemente la guarigione che ho operato dentro di me che li ha curati", ha detto. Non riesco a capirlo. Il dr. Hew Len mi spiegò che responsabilità totale per la nostra vita, significa che tutto ciò che è nella nostra vita, semplicemente perché è nella nostra vita - è sotto la nostra responsabilità. In un certo senso letterale, il mondo intero è la nostra creazione".

Di certo questo è un concetto alquanto duro da digerire. Essere responsabile di ciò che dico o faccio è una cosa. Essere responsabile di quello che tutti nella mia vita, dicono o fanno, è un'altra. Eppure, la verità è questa: se si assume la completa responsabilità per la nostra vita, allora tutto quello che vediamo, sentiamo, gustiamo, tocchiamo, o sperimentiamo in qualche modo è sotto la nostra responsabilità, perché è nella nostra vita.

Ciò significa che le attività terroristiche, il presidente, lo sfacelo economico o qualsiasi altra cosa noi sperimentiamo, e non ci piace, dipende da noi per la guarigione. Queste cose non esistono, in un modo di dire, se non come proiezioni di qualcosa che è dentro di noi. Il problema non è con loro, è con noi, e per cambiarli, dobbiamo cambiare noi.

Capisco che tutto ciò è difficile da cogliere, per non parlare di accettarlo o viverlo effettivamente. Di certo biasimare gli altri o le condizioni è molto più facile che prendersi la responsabilità totale delle cose. Ma parlando con il dottor Hew Len, ho cominciato a capire che cosa significasse la guarigione per lui, e come, in Ho'ponopono essa assume il significato di amare se stessi.

Se noi vogliamo migliorare la nostra vita, dobbiamo guarire la nostra vita. Se si vuole curare chiunque, anche un criminale malato di mente, lo si può fare guarendo se stessi.

Ho chiesto al Dr. Hew Len che cosa ha fatto per guarire se stesso. Che cosa stava facendo, esattamente, quando guardava le schede di quei pazienti? Mi ha spiegato che aveva semplicemente continuato a dire: "Scusa, Ti amo".

"Davvero?"

"Sì, questo è tutto!".

Ne è venuto fuori che amare se stessi è il miglior modo per migliorare se stessi, e come si migliora se stessi, si migliora anche il proprio mondo.

Vi faccio un rapido esempio di come funziona: un giorno, qualcuno mi ha inviato una e-mail che mi ha sconvolto. In passato avrei gestito la cosa cercando di gestire al meglio le mie emozioni e cercando di ragionare con la persona che mi aveva inviato quel brutto messaggio.

Questa volta, ho deciso di provare il metodo del Dr. Hew Len. Continuavo, a ripetere mentalmente: "Scusa" e "Ti amo". Non ho detto a nessuno ciò che stavo facendo. Stavo, semplicemente, evocando lo spirito di Amore affinché guarisse dentro di me, ciò che stava creando la circostanza esterna causa di quel brutto messaggio. Nel giro di un'ora ho ricevuto un'altra e-mail dalla stessa persona. In questa si scusava per il suo messaggio precedente.

Va notato che non ho fatto assolutamente niente di esterno per ottenere le scuse. Non gli avevo neppure risposto. Eppure, dicendo: "Scusa, Ti amo", ho in qualche modo guarito dentro di me ciò che ha causato la spedizione di quel suo messaggio.

In seguito ho frequentato un seminario di Ho'oponopono diretto dal Dott. Hew Len. Egli ha raggiunto i 70 anni, ed è considerato come un nonno sciamano, ed è un po' solitario.

Egli mi ha fatto i complimenti per il mio libro "La legge di attrazione". Mi disse anche che, se riesco a posso migliorare me stesso, anche le vibrazioni del mio libro diventeranno più elevate, ed i lettori lo percepiranno mentre lo staranno leggendo.

Gli chiesi allora: "E cosa pensi per i libri che sono già stati venduti, e sono là fuori?".

"Essi non sono là fuori", mi ha spiegato ancora una volta, illuminando la mia mente con la sua saggezza mistica. "Essi sono ancora in te". In breve, non esiste qualcosa che è "là fuori". Penso che ci vorrebbe un libro intero. per spiegare questa tecnica avanzata con la profondità che merita.

Basti dire che ogni volta che vuoi migliorare qualcosa nella tua vita, c'è solo un posto dove guardare, e questo posto è dentro di te. E quando ci guardi... fallo con amore.