

## **100% Verantwortung und die Möglichkeit eines Eisbechers mit heißer Schokolade**

„Entweder wir töten uns oder wir pflegen uns. Da gibt es nichts dazwischen“  
Haleakala Hew Len, Ph.D.

### **Wer ist dieser Mann und warum trägt er eine Baseballkappe?**

Cat Saunders in einen Exklusivbericht über Haleakala Hew Len

Wie dankt man jemanden, der einem geholfen hat, sich zu befreien? Wie dankt man einem Mann, dessen sanfter Geist und geniale Ausführungen den Kurs des Lebens auf immer geändert haben? Haleakala Hew Len ist dieser Mann für mich, ein Seelenverwandter, der unerwartet dann auftaucht, wenn man ihn braucht. Er kam im März 1985, zu einer Zeit massiver Änderungen, in mein Leben. Ich lernte ihn auf einem Seminar, genannt „Self I-Dentity through Ho'oponopono“, kennen, welches er mit Mornnah Nalamaku Simeona, einer nativen hawaiianischen Kahuna (Hüter des Geheimnisses), leitete. Für mich sind Mornnah und Haleakala Teil des Lebensrhythmus'. Obwohl ich beide innig liebe, kenne ich sie persönlich nicht wirklich, doch ihr Einfluss begleitet mich als steter Puls - wie die nächtlichen Trommeln Afrikas - überall hin. Ich fühlte mich geehrt, als ich gebeten wurde, dieses Interview mit Haleakala zu führen. Und eine noch größere Ehre war es, dass Haleakala von seinem Wohnsitz auf Hawaii zu mir kam, um mich persönlich zu treffen.

Dr. Haleakala S. Hew Len ist Präsident und Administrator. Gemeinsam mit Mornnah arbeitete er mehrere Jahre mit Tausenden Personen, u.a. bei den Vereinten Nationen, der UNESCO, der Weltmenschrechtskonferenz, der Weltfriedenskonferenz, der Traditional Indian Medicine Conference, der Europäischen Friedensorganisation und der Hawaii State Teacher Association. Außerdem hat er umfassende Erfahrungen bei seiner Arbeit mit entwicklungsbehinderten Personen und mit geistesgestörten Kriminellen und deren Familien gesammelt. Bei allem, was er bei seiner pädagogischen Arbeit tut, unterstützt ihn der Ho'oponopono-Prozess mit jedem Atemzug.

Ho'oponopono bedeutet ganz simpel: „etwas richtig stellen“ oder: „einen Fehler wiedergutmachen“. Gemäß der antiken Hawaiianer entstehen Fehler in Gedanken, die von schmerzhaften Erinnerungen aus der Vergangenheit verschmutzt sind. Ho'oponopono bietet einen Weg, die Energie dieser verschmutzten Gedanken, welche zu Ungleichgewicht und Krankheit führen, zu befreien. In Erweiterung des aktualisierten Ho'oponopono-Prozesses, wurde Mornnah inspiriert, die drei Teile des Selbst, die der Schlüssel zur Selbst-Identität sind, zu integrieren. Diese drei Teile, welche auch in jedem Molekül der Realität existieren, haben die Namen Unihipili (Kind/Unterbewusstsein), Uhane (Mutter/ Bewusstsein) und Aumakua (Vater/Überbewusstsein). Wenn diese „innere Familie“ ausgeglichen ist, befindet sich der Mensch im göttlichen Rhythmus und das Leben beginnt zu fließen. Bei Ho'oponopono geht es darum, den Rhythmus beziehungsweise die Balance wiederherzustellen - zuerst bei jedem Einzelnen, dann in der gesamten Schöpfung. Während mich Mornnah und Haleakala mit dem kraftvollsten Vergebungsprozess den ich kenne, in das dreiteilige System einwies (Ho'oponopono), lehrten sie mich dies: Der beste Weg, jeden Teil meines Lebens – und das des gesamten Universums - zu heilen, ist 100% Verantwortung zu übernehmen und mit mir selbst zu arbeiten. Darüber hinaus lehrten sie mich die wichtige Weisheit der grenzenlosen Selbst-Fürsorge – so wie Haleakala es beispielsweise in seiner Dankes-Email nach unserem Interview schrieb: „Passen Sie gut auf sich auf. Wenn Sie das tun, kann jeder davon profitieren.“

Einmal hat Haleakala mitten im Seminar den Raum verlassen und für den Rest des Nachmittags in seinem Hotelzimmer ein ausgiebiges Nickerchen gehalten, weil ihm sein Unihipili dazu aufforderte. Natürlich war er sich seiner Verantwortung als Trainer bewusst, doch da Mornnah das Seminar fortsetzte, konnte er dem Impuls seines Unihipili folgen. Für jemanden wie mich, der in einer Kultur mit den stets ermahnenden Worten, zuerst immer andere an erste Stelle zu setzen, aufgewachsen

ist, erstaunte und begeisterte mich Haleakalas Aktion nachhaltig. Er bekam seinen Schlaf und ich eine unvergessliche Lektion in Selbst-Fürsorge.

Cat: „Haleakala, als ich Sie 1985 traf, hatte ich nach vier Jahren Beratertätigkeit gerade meine eigene Privatpraxis gegründet. Ich erinnere mich noch an Ihre Worte: ‚Jede Therapie ist eine Form von Manipulation.‘ Das verunsicherte mich und ich dachte: ‚Ui! Was mache ich nun?‘ Ich wusste, dass Sie recht haben und so war ich drauf und dran, meine Praxis aufzugeben! Ich tat es nicht, aber Ihre Worte änderten meine Arbeit mit den Menschen komplett.“

Haleakala: „Manipulation findet statt, wenn wir davon ausgehen (z.B. als Therapeut), dass Sie krank sind und ich mit Ihnen arbeiten werde. Es ist jedoch ein großer Unterschied, wenn ich erkenne, dass Sie zu mir kommen, um mir eine Chance zu geben, auf das zu schauen, was in mir vorgeht. Das ist keine Manipulation. Wenn es bei der Therapie darum geht, dass wir glauben, eine andere Person retten oder heilen zu müssen oder sie anzuweisen, dann wird die Information die wir ihr liefern, aus dem Intellekt (Bewusstsein) kommen. Aber der Intellekt hat kein wirkliches Verständnis für das Problem und wie es behandelt werden könnte. Er ist so winzig und hat nur eine winzige Möglichkeit der Problemlösung! Er kann nicht erkennen, dass ein Problem, wenn es durch Wandlung gelöst wird – durch Ho'oponopono oder verwandte Prozesse - ebenfalls alles mit löst, was mit dem Problem in Zusammenhang steht, sogar auf mikroskopischer Ebene, bis zurück zum Anbeginn unserer Zeit. Ich denke, die wichtigste Frage lautet ‚Was ist ein Problem?‘ Wenn man das jemanden fragt, dann erhält man keine klare Antwort und es werden irgendwelche Wege zur Lösung erfunden.“

Cat: „... als wäre das Problem ‚da draußen.‘

Haleakala: „Ja. Zum Beispiel bekam ich vor ein paar Tagen einen Anruf von der Tochter einer 92-jährigen Frau. Sie meinte, ‚Meine Mutter hat seit einigen Wochen schwere Hüftprobleme.‘ Noch während sie mit mir sprach, wandte ich mich an die Gottheit: ‚Was geht in mir vor, dass ich die Schmerzen in der Frau verursacht habe?‘ Dann fragte ich: ‚Wie kann ich das Problem in mir wiedergutmachen?‘ Die Antworten kamen und ich tat, was ich gesagt bekam. Könnte sein, dass mich die Frau nach einer Woche wieder anruft und sagt: ‚Meine Mutter fühlt sich nun besser!‘ Das heißt nicht, dass das Problem nicht wiederkehren kann. Oft sind es multiple Ursachen die auftauchen und sich als gleiches Problem wieder zeigen.“

Cat: „Ich habe viele wiederkehrende Krankheiten und chronische Schmerzen und wende ununterbrochen Ho'oponopono und andere Reinigungs-Prozesse an, um Wiedergutmachung für alles, was ich seit Anbeginn der Zeit verursacht habe, zu reinigen.“

Haleakala: „Ja, Personen wie wir, sind in Heilberufen tätig, weil wir sehr viel Schmerz verursacht haben.“

Cat: „Na großartig!“

Haleakala: „Wie wunderbar es doch ist, dass es Menschen gibt, die uns dafür bezahlen, dass wir ihre Probleme verursacht haben! Ich erklärte das einst einer Frau in New York und sie meinte nur: ‚Gott, wenn die wüssten!‘ Doch wie wir sehen, weiß niemand davon. Psychologen und Psychiater, denken weiterhin, dass sie hier sind, um die andere Person zu heilen. Wenn also jemand wie Sie zu mir kommen, unterhalte ich mich mit der Gottheit: ‚Was immer in mir vorgeht, dass ich diese Schmerzen in Cat verursacht habe..., sag mir bitte, wie ich es wiedergutmachen kann.‘ Und ich wende bedingungslos jede Information an, die mir gegeben wird, bis Ihre Schmerzen verschwunden sind oder Sie mich bitten, damit aufzuhören. Es geht um die Ursache, nicht um die Wirkung. Das ist der Schlüssel.“

Cat: „Sie sind nicht auf das Ergebnis aus, denn das liegt nicht in der Verantwortung.“

Haleakala: „Richtig. Wir können nur ein Gesuch einreichen.“

Cat: „Wir wissen also nicht, wann sich ein spezieller Schmerz oder eine Krankheit auflösen werden.“

Haleakala: „Nehmen wir an, einer Frau wird zur Einnahme eines bestimmten Heilkrauts geraten, welches sie einnimmt, aber die Wirkung ausbleibt..., so muss die Frage doch lauten: ‚Was geht in mir vor, dass diese Frau die Erfahrung macht, dass das Heilkraut bei ihr nicht wirkt?‘ Das würde ich cleanen. Ich würde meinen Mund halten und dem Verwandlungsprozess seinen Raum einnehmen lassen. Sobald wir unseren Intellekt einbeziehen, stoppt der Prozess. Wenn eine Heilart nicht zu wirken scheint, spielen möglicherweise mehrere schmerzhafte Erinnerungen eine Rolle, welche die Ursache für die Schmerzen sind. Wir wissen es nicht! Nur die Gottheit weiß, was wirklich vor sich geht. Letzten Monat fragte ich bei einer Präsentation in Dallas eine Reiki Meisterin: ‚Wenn jemand mit einem Problem zu Ihnen kommt, wo ist dann das Problem?‘ Als ich ihr erklärte, dass sie diejenige ist, die das Problem verursacht hat und dass der Klient zu ihr käme, um ihr Problem zu heilen, sah sie mich verdutzt an. Niemand kapiert das.“

Cat: „100% Verantwortung.“

Haleakala: „100%iges Wissen darüber, dass du der Verursacher des Problems bist. 100%iges Wissen darüber, dass du die Verantwortung hast, den Fehler zu bereinigen. Können Sie sich vorstellen, was wäre, wenn wir alle wüssten, dass wir 100% verantwortlich sind? Ich habe vor 10 Jahren einen Deal mit mir selbst ausgemacht. Wenn ich einen einzigen Tag verbringen könnte, ohne über jemand zu urteilen, würde ich mich selbst auf einen Eisbecher mit heißer Schokoladensoße einladen, so groß, dass er mich krank machen würde. Es ist mir noch nicht gelungen! Ich bin schon ganz gut, aber einen ganzen Tag schaffe ich nicht. Wie soll ich das den Menschen nur vermitteln, dass jeder von uns zu 100 Prozent für das Problem verantwortlich ist? Wenn du ein Problem lösen willst, arbeite mit dir selbst. Wenn das Problem in einer anderen Person ist, frage dich zum Beispiel: ‚Was geht in mir vor, dass diese Person mich nervt?‘ Die Menschen tauchen nur auf, um dich zu nerven! Wenn du das weißt, kannst du jede Situation bereinigen und befreist dich selbst. Es ist einfach: Was auch immer vor sich geht, es tut mir leid. Bitte vergib mir.“

Cat: „Man muss es aber nicht laut zur anderen Person sagen, man muss noch nicht mal verstehen, was das Problem ist.“

Haleakala: „Das ist das Schöne daran. Man muss es nicht verstehen. Es ist wie das Internet. Wer versteht denn schon das Internet! Man wendet sich einfach an die Gottheit und bittet: ‚Können wir downloaden?‘ Die Gottheit übernimmt den Download und alle wichtigen Informationen werden abgespeichert. Doch da wir nicht wissen wer wir sind, laden wir nicht direkt vom Licht runter sondern gehen nach außen. Morrnah sagte immer: ‚It’s an inside job.‘ Wenn du erfolgreich sein möchtest, arbeite mit dir selbst, es ist ein Inside-Job!“

Cat. „Ich weiß, dass 100%ige Verantwortung das einzige ist, was funktioniert, doch da ich ein überverantwortlicher Typ bin, fällt es mir manchmal schwer. Als Sie erklärten nicht nur für mich selbst sondern für jede Situation und für jedes Problem 100% Verantwortung zu übernehmen, dachte ich: Whoa! Das ist verrückt! Ich brauche doch niemanden, der mir sagt, ich solle noch verantwortlicher sein!“ Doch je mehr ich darüber nachdachte, desto klarer wurde mir der Unterschied zwischen überverantwortlich und total verantwortlicher Selbstfürsorge. Bei dem einen geht es darum ein gutes braves Mädchen zu sein und beim anderen geht es um Befreiung. Sie erzählten von Ihrem mehrjährigen Aufenthalt als psychologischer Mitarbeiter im Hawaii State

Hospital für geistesgestörte Kriminelle. Als Sie dort anfangen, war die Abteilung der Kriminellen voller Gewalt und als Sie sie nach vier Jahren verließen, gab es dort niemand mehr.“

Haleakala: „Richtig. Wenn dort noch jemand depressiv wäre, würde ich weiter an mir arbeiten.“

Cat: „Würden Sie uns bitte eine Geschichte über das Wirken von Ho'oponopono an unbelebten Objekten erzählen?“

Haleakala: „Als ich mich in einem Veranstaltungsraum auf meinen Vortrag vorbereitete, fragte ich die Stühle: Habe ich irgendetwas ausgelassen? Hat noch jemand ein Problem, welchem ich mich annehmen sollte?“ Einer der Stühle sagte: ‚Weißt du, da war dieser Kerl vom vorherigen Seminar mit seinen finanziellen Problemen auf mir gesessen, und nun fühle ich mich nur noch tot!‘ Also reinigte ich das Problem und konnte richtig sehen, wie sich der Stuhl wieder ausrichtete. Dann hörte ich: ‚Okay! Jetzt bin ich bereit für den nächsten Kerl!‘ Was ich tatsächlich tue, ist, dass ich einem Raum Ho'oponopono lerne. Ich sage zum Raum: Möchtest du Ho'oponopono lernen? Ich gehe bald wieder. Wäre es nicht angenehm, du könntest diese Reinigung für dich selbst übernehmen? Manche antworten mit Ja, andere mit nein und manche sagen ‚Ich bin zu müde dazu!‘ So wende ich mich an die Gottheit: ‚Wie kann ich helfen?‘ Meistens erhalte ich diese Information: ‚Hinterlasse das Buch‘ (*Self I-Dentity through Hoopnopo*). So hole ich nur das Buch hervor und lege es, während ich rede, auf einen Stuhl oder einen Tisch. Wir geben Tischen nicht genug Beachtung dafür, dass sie alles miterleben, was im Raum vor sich geht! Ho'oponopono ist wirklich sehr einfach. Nach Überzeugung der antiken Hawaiianer beginnen alle Probleme mit einem Gedanken. Doch einen Gedanken zu haben ist nicht das Problem. Was ist dann das Problem? Das Problem ist, dass alle Gedanken überfüllt sind mit schmerzhaften Erinnerungen, Erinnerungen an Personen, Orte oder an Dinge. Der Verstand kann diese Probleme alleine nicht lösen, denn er verwaltet sie nur. Doch Problemverwaltung ist keine Problemlösung. Du musst das Problem loslassen! Wenn du Ho'oponopono anwendest, passiert folgendes: Die Gottheit nimmt die schmerzenden Gedanken und neutralisiert oder bereinigt sie. Dabei wird nicht die Person, der Ort oder der Gegenstand bereinigt sondern die Energie, die wir mit der Person, dem Ort oder dem Gegenstand assoziieren. In erster Linie geht es bei Ho'oponopono um die Reinigung dieser Energie. Danach ereignet sich etwas wunderbares. Nicht nur die Energie wird neutralisiert, sie wird zudem auch befreit und hinterlässt einen neuen Schliff. Buddhisten nennen dies den Zustand der Leere. Mit dem letzten Schritt erlaubst du der Gottheit die Leere mit Licht zu füllen. Bei Ho'oponopono musst du nicht wissen, was das Problem oder der Fehler ist. Alles, was du zu tun hast, ist das Problem - sei es physisch, geistig, emotional oder wie auch immer - wahrzunehmen. Genau in dem Moment der Wahrnehmung beginnt deine Verantwortung zu cleanen, mit: Es tut mir leid. Bitte vergib mir.“

Cat: „Der wahre Job des Intellekts ist also nicht ein Problem zu lösen sondern um Vergebung zu bitten.“

Haleakala: „Ja. Mein Job hier auf Erden ist zweigeteilt. Zu allererst ist es mein Job, um Wiedergutmachung zu bitten. Mein zweiter Job besteht darin, Menschen, die noch zu schlafen scheinen, aufzuwecken. Fast jeder schläft noch! Der einzige Weg sie aufzuwecken ist mit mir selbst zu arbeiten. Nehmen wir unser Interview als Beispiel. Seit Wochen schon cleane ich den heutigen Termin, damit wir bei unserem Treffen beide im gleichen Pool zusammentreffen, zusammenfließen und loslassen. Das ist alles.“

Cat: „In den zehn Jahren in denen ich Interviews durchführe, ist dieses das einzige, auf das ich mich nicht vorbereiten musste. Jedes Mal, wenn ich mich vorbereiten wollte, sagte mein Unihipili, dass ich einfach nur anwesend und mit Ihnen sein solle. Mein Intellekt drehte beinahe durch bei seinen Versuchen mich davon zu überzeugen, dass ich mich vorzubereiten habe und ich tat es nicht.“

Haleakala: „Sehr schön! Das Unihipili kann ganz schön Spaßig sein. Als ich vor einiger Zeit den Highway entlang fuhr und wie üblich die Ausfahrt nehmen wollte, hörte ich mein Unihipili in singendem Ton: ‚Ich würde da jetzt nicht rausfahren, wenn ich du wäre.‘ ‚Aber ich nehme doch immer diese Ausfahrt‘, sagte ich. Als wir nur noch 50 Meter vor der Ausfahrt entfernt waren hörte ich: ‚Hallo, ich würde da nicht rausfahren, wenn ich du wäre!‘ Zweite Chance. ‚Aber, wir nehmen doch immer diese Ausfahrt!‘ Da ich mich im Auto laut unterhielt, sahen mich die Menschen in den Autos um mich herum an, als sei ich verrückt. Ein paar Meter weiter hörte ich ein lautes ‚Ich würde nicht diese Ausfahrt nehmen, wenn ich du wäre!‘ Doch ich nahm die Ausfahrt und saß für zweieinhalb Stunden fest. Ein schwerer Unfall hatte sich ereignet. Ich konnte weder vor noch zurück. Schließlich hörte ich mein Unihipili sagen: ‚Ich habe es dir gesagt!‘ Danach sprach es wochenlang nicht mehr mit mir! Warum auch sollte es mit mir sprechen, wenn ich eh nicht hinhörte? Als ich einmal zu einem Fernsehinterview gehen wollte, um über Ho’oponopono zu reden und meine Kinder davon erfuhren, sagten sie: ‚Dad, wir haben gehört, du gehst zum Fernsehen. Pass auf, dass deine Socken zusammen passen!‘ Es war ihnen egal, über was ich reden werde. Sie sorgten sich nur darum, dass meine Socken zusammen passen. Sehen Sie, wie Kinder sich mit den wichtigen Dingen des Lebens auskennen?“

Sollten Sie sich über Haleakalas Baseballkappe wundern, so sei Ihnen verraten, dass er diese trägt, weil sie ihn daran erinnert, nicht so intellektuell zu sein. Ihre blaue Farbe repräsentiert die Leere und das rote „P“ repräsentiert Mutter Erde oder Pele, die Schöpferkraft.



Cat Saunders, Ph.D. ist Autorin von Dr. Cat's Helping Handbook.  
Für mehr Informationen über Cat und ihr Buch, siehe unter: <http://www.dr.cat.org>

THE NEW TIMES  
SEATTLE, WA  
SEPTEMBER 1997