

¿Quién manda?

Ihaleakala Hew Len, Ph.D.

Gracias por acompañarme en la lectura de este artículo. Estoy agradecido.

Amo a la *auto identidad Ho'oponopono* y a la querida Mornah Nalamaku Simeona, Kahuna Lapa'au, quien tuvo la generosidad de compartirla conmigo en noviembre de 1982.

Este artículo está basado en pensamientos registrados en mi cuaderno de notas del año 2005.

9 de enero del 2005

¡Los problemas pueden resolverse sin tener idea de lo que está pasando! El entender y apreciar esto me provoca un auténtico alivio y gran alegría.

La resolución de problemas, que forma parte del propósito de existir, es la esencia de la auto identidad Ho'oponopono. Deben responderse dos preguntas para resolver los problemas: ¿Quién soy? ¿Quién manda?

Para comprender la naturaleza del cosmos debemos comenzar con la recomendación de Sócrates: "Conócete a ti mismo".

21 de enero del 2005

¿Quién manda?

La mayoría de las personas, incluyendo a los miembros de la comunidad científica, se relaciona con el mundo como si éste fuera una identidad física. Las investigaciones más actuales del ADN para identificar las causas y los remedios de las enfermedades cardiacas, el cáncer y la diabetes son un ejemplo perfecto de esto.

La ley de causa y efecto

Modelo físico

Causa	Efecto
ADN defectuoso	Enfermedad cardiaca
ADN defectuoso	Cáncer
ADN defectuoso	Diabetes
Física	Problemas físicos
Física	Problemas medioambientales

*El intelecto, la **mente consciente**, cree que es el encargado de resolver problemas, que controla lo que pasa y lo que experimenta.*

*En su libro *User Illusion: Cutting Consciousness Down To Size* [La ilusión del usuario: Dándole el lugar apropiado al consciente], el reportero científico Tor Norretranders nos ofrece una versión diferente de la mente consciente. En su libro, cita investigaciones, en*

especial las del profesor Benjamin Libet, de la Universidad de California en San Francisco, que demuestran que las decisiones se toman antes de que la conciencia las tome. El intelecto no tiene conciencia de este hecho y cree que es él quien decide.

Patrones

Desde el momento de nacer

Hasta el instante de morir

Hay patrones que debo repetir

Así como respiro para vivir.

Como rata en un laberinto

Yace ante mí el sendero

Y el patrón nunca cambia

Hasta que la rata muere.

Y el patrón continúa

En el muro que envolvió la oscuridad

Y así es apropiado

Pues en la oscuridad debo vivir.

Como el color de mi piel

O el día en que me vuelva viejo

Mi vida está formada por patrones

Que apenas pueden controlarse

Paul Simon, Poeta

¡Norretranders también cita investigaciones que demuestran que el intelecto sólo puede procesar conscientemente entre quince y veinte bits de información por segundo entre millones que ocurren fuera de su conciencia!

Si no es el intelecto, la conciencia, entonces ¿quién manda?

8 de febrero del 2005

*Los recuerdos que se repiten una y otra vez **dictaminan** lo que experimenta la mente subconsciente.*

*La mente subconsciente experimenta los hechos por substitución, **copiando** y haciéndole eco a los recuerdos que se repiten. Se comporta, ve, siente y decide exactamente lo que dictaminan los recuerdos. La mente consciente también funciona, sin saberlo conscientemente, según los recuerdos que se repiten. Según lo demuestran las investigaciones, los recuerdos dictaminan lo que experimenta la mente consciente.*

La ley de causa y efecto

Auto identidad Ho'oponopono

Causa	Efecto
Recuerdos que se repiten en la mente subconsciente	Físico – Enfermedad cardiaca
Recuerdos que se repiten en la mente subconsciente	Físico – Cáncer
Recuerdos que se repiten en la mente subconsciente	Físico – Diabetes
Recuerdos que se repiten en la mente subconsciente	Problemas físicos – El cuerpo
Recuerdos que se repiten en la mente subconsciente	Problemas físicos – El mundo

El cuerpo y el mundo residen en la mente subconsciente en forma de creaciones de los recuerdos que se repiten una y otra vez y raramente como inspiraciones.

23 de febrero del 2005

La mente subconsciente y la mente consciente, que conforman el alma, no generan sus propias ideas, ni sus propios pensamientos, emociones y acciones. Según se indica más arriba, adquieren experiencia por substitución, tomándola de los recuerdos que se repiten y de las inspiraciones.

Pero los hombres pueden interpretar los objetos según les parezca

Sin importar el propósito de los objetos en sí.

William Shakespeare, Dramaturgo

Es esencial entender que el alma no genera experiencias propias. El alma ve lo que ve la memoria, siente lo que siente la memoria, se comporta como se comporta la memoria y decide lo que decide la memoria. ¡Muy raramente, ve, siente, actúa y decide según lo que ve, siente, actúa y decide la inspiración!

¡Para resolver problemas, es crucial entender que el cuerpo y el mundo no son el problema en sí, sino el efecto, la consecuencia de los recuerdos que se repiten en la mente subconsciente! ¿Quién manda?

Pobre alma, centro de mi tierra pecadora,
(sierva de) estos poderes rebeldes que posees,
¿Por qué sufres por dentro y pasas pena,
pintando tus muros externos de un gris tan costoso?

Shakespeare, Poeta

12 de marzo del 2005

*El vacío es el **fundamento** de la auto identidad, la mente y el cosmos. Es el **estado precursor** para que ingrese la inspiración Divina a la mente subconsciente.*

Lo único que saben los científicos es que el cosmos nació
de la nada y regresará a la nada de la cual nació.

El universo comienza y termina en cero.

Charles Seife, ZERO: The Biography of a Dangerous Idea [Cero:
Biografía de una idea peligrosa]

Diagrama I

Auto identidad
Estado de vacío

*Los recuerdos que se repiten desplazan el vacío de la auto identidad, lo cual evita que se manifieste la inspiración. Para reparar este desplazamiento, para reestablecer la auto identidad, los recuerdos deben ser transformados en vacío a través de la **transmutación** de la Inteligencia Divina.*

“LIMPIA, borra, borra y encuentra tu propio

paraíso. ¿Dónde? Dentro de ti mismo”.

Mornah Nalamaku Simeona, KahunaLapa’au

Ni las torres de piedra, ni los muros de bronce,

Ni las prisiones claustrofóbicas, ni los eslabones de hierro,

Pueden contener la fortaleza del espíritu.

William Shakespeare, Dramaturgo

22 de marzo del 2005

*La existencia es un regalo de la Inteligencia Divina. Y ese don se entrega con el **único propósito** de reestablecer la auto identidad a través de la resolución de problemas. **La auto identidad Ho’oponopono** es una versión actualizada de un antiguo proceso hawaiano para la resolución de problemas que utiliza el **arrepentimiento, el perdón y la transmutación.***

No juzgues y no serás juzgado. No condenes y no serás condenado.

Perdona y serás perdonado.

Jesús según Lucas 6

***Ho’oponopono** requiere la participación plena de cada uno de los cuatro miembros de la auto identidad: la Inteligencia Divina, la mente súper consciente, la mente consciente y la mente subconsciente – que deben trabajar como unidad. Cada miembro posee una función única en el proceso de resolver los recuerdos de los problemas que se repiten en la mente subconsciente.*

Diagrama 2

Auto identidad

Estado de inspiración

Diagrama 3

Auto identidad

Estado de recuerdos que se repiten

La mente súper consciente está libre de recuerdos y no es afectada por los recuerdos que se repiten en la mente subconsciente. Esta mente está siempre unida a la Inteligencia Divina. Sin embargo, la mente súper consciente se mueve según se mueve la Inteligencia Divina.

30 de abril del 2005

“Soy auto consumidor de mis propias penas”.

John Clare, Poeta

*El vacío es el **tema de interés mutuo**, el ecualizador de todas las auto identidades, tanto “animadas” como “inanimadas”. Es el fundamento indestructible y atemporal de la totalidad del cosmos visible e invisible.*

Consideramos que estas verdades son evidentes, que todos
los hombres (todas las formas de vida) son creados iguales

Thomas Jefferson, Autor
Declaración de Independencia

Los recuerdos que se repiten desplazan el tema común de la auto identidad, sacando el alma de la mente de su puesto natural, ubicado en el vacío y el infinito. Aunque los recuerdos desplazan el vacío, no pueden destruirlo. ¿Cómo se puede destruir la nada?

La auto identidad funciona por inspiración y memoria. Sólo una de ellas, la memoria o la inspiración, puede estar al mando de la mente subconsciente en un momento dado. El alma de la auto identidad sirve sólo a un amo en cada momento dado, y en general es a la memoria, que es la espina, y no a la inspiración, que es la rosa.

Diagrama 2

Auto identidad

Estado de inspiración

Diagrama 3

Auto identidad

Estado de recuerdos que se repiten

Diagrama 5

Auto identidad Ho'oponopono

(Resolución de problemas)

La transmutación a través de la Inteligencia Divina

4. Después de evaluar la solicitud enviada por la mente súper consciente, la Inteligencia Divina envía energía de transmutación a la mente súper consciente;

5. La energía de transmutación entonces fluye desde la mente súper consciente a la mente consciente;

6. Y luego la energía de transmutación fluye desde la mente consciente a la mente subconsciente. **La energía de transmutación primero neutraliza recuerdos designados. Las energías neutralizadas son entonces depositadas en un almacén, dejando un vacío.**

12 de junio del 2005

El pensar y la culpa (ver gráfico 3) son recuerdos que se repiten.

*El alma puede ser inspirada por la Inteligencia Divina sin saber lo que está pasando. El único requisito de la inspiración, la creatividad divina, es que la auto identidad sea auto identidad. Estar en un estado de auto identidad exige la limpieza **incesante** de los recuerdos.*

Los recuerdos son los compañeros constantes de la mente subconsciente. Nunca dejan que la mente subconsciente salga de vacaciones. Nunca dejan que la mente subconsciente se jubile. ¡Los recuerdos nunca dejan de repetirse continuamente!

El cuento del hombre de la ley

¡Oh, pena súbita que siempre acompaña
a la felicidad mundana! ¡La amargura condimenta
todas las alegrías de nuestra actividad sobre esta tierra!
La pena ocupa la meta hacia la cual nos dirigimos.
¡Por tu propio bien, no lo subestimes,
y en tus días de alegría nunca olvides
al mal desconocido que nos sigue de cerca!

Geoffrey Chaucer, Cuentos de Canterbury

Para deshacerse de los recuerdos de una vez por todas, debemos limpiarlos por completo de una vez por todas.

En 1971 en Iowa, volví a enamorarme como loco por segunda vez.

Ese año nació la querida *M*, nuestra hija. Mientras miraba a mi esposa cuidar a *M*, me enamoré más y más de las dos. Ahora tenía a dos personas maravillosas para amar.

Después de completar mis estudios de graduado en Utah ese verano, mi esposa y yo tuvimos que tomar una decisión: volver a casa, en Hawai, o continuar con nuestro entrenamiento de graduados en Iowa.

Dos desafíos nos hicieron frente ni bien empezamos nuestra vida en el estado de Iowa. ¡En primer lugar, *M* nunca dejó de llorar cuando la trajimos a casa del hospital! En segundo lugar, había comenzado el peor invierno en la historia de dicho estado. Cada mañana durante semanas sin fin pateé la parte de abajo de la puerta de entrada de nuestro apartamento y martillé los bordes con las manos para romper el hielo que nos encerraba desde afuera.

Aproximadamente cuando *M* cumplió un año, aparecieron manchas de sangre en sus sábanas. Recién ahora, mientras escribo esta oración, entiendo que el llanto constante era producto de su reacción al severo problema de la piel que le diagnosticaron más adelante. Pasé muchas noches llorando mientras observaba impotentemente a *M* que se rascaba sin cesar mientras dormía intranquila. Los medicamentos con esteroides no pudieron ayudarla.

A los tres años de edad, la sangre se escurría constantemente de las grietas que se habían formado en los codos y rodillas de *M*. Salía sangre de grietas formadas en las articulaciones de los dedos de sus manos y pies. Gruesas capas de piel cubrían la parte de adentro de sus brazos y su cuello.

Un día, nueve años después, cuando *M* tenía como doce años, ella, su hermana y yo estábamos en nuestro automóvil, volviendo a casa. De pronto, cambié el rumbo del vehículo sin pensarlo conscientemente y me dirigí a mi oficina en Waikiki.

“Oh, han venido a visitarme”, nos dijo Morrnah suavemente cuando aparecimos los tres en su oficina. Mientras acomodaba unos papeles sobre su escritorio, le dirigió la mirada a *M*. “¿Querías preguntarme algo?” le dijo apaciblemente.

M estiró ambos brazos revelando años de dolor y pena marcados en ellos como letras en un papiro fenicio. “De acuerdo”, respondió Morrnah, y cerró los ojos.

¿Qué estaba haciendo Morrnah? La creadora de la auto identidad Ho’oponopono estaba utilizando la auto identidad Ho’oponopono. Un año después, llegaron a su fin trece años de sangrado, cicatrices, dolor, pena y medicamentos.

Estudiante de auto identidad Ho’oponopono

5 de mayo del 2005

Para que la auto identidad sea auto identidad, en todo momento se requiere el uso del Ho'oponopono incesante. Como los recuerdos, el Ho'oponopono incesante jamás puede salir de vacaciones. El Ho'oponopono incesante jamás puede jubilarse. El Ho'oponopono incesante jamás puede dormir. El Ho'oponopono incesante jamás puede detenerse pues ...

*“¡...en tus días de alegría nunca olvides al
mal desconocido (los recuerdos que se repiten) que nos sigue de cerca!”*

30 de junio del 2005

El propósito de la vida es ser auto identidad, ya que la Divinidad creó a la auto identidad a su exacta semejanza, el vacío y el infinito.

Todas las experiencias de la vida son expresiones de los recuerdos que se repiten y las inspiraciones. La depresión, los pensamientos, la culpa, la pobreza, el odio, el resentimiento y la pena son “...gemidos que se lamentan de antemano”, como lo indicó Shakespeare en uno de sus sonetos.

*La mente consciente tiene **una opción**: puede iniciar el proceso de limpieza incesante o puede permitir que los recuerdos nos repitan los problemas incesantemente.*

12 de diciembre del 2005

La conciencia que trabaja sola ignora el don más precioso de la Inteligencia Divina: la auto identidad. Por lo tanto, ignora lo que es un problema. Esta ignorancia hace que fracasemos en nuestro intento de resolver problemas. La pobre alma queda condenada a sufrir pena incesante e innecesaria durante toda su existencia. Qué triste.

La mente consciente debe ser despertada para reconocer el don de la auto identidad, “...riqueza más allá de todo lo comprensible”.

La auto identidad es indestructible y eterna tal como su Creador, la Inteligencia Divina. La consecuencia de la ignorancia es la falsa realidad de pobreza, enfermedad, guerra y muerte implacables y sin sentido que experimenta una generación tras otra.

24 de diciembre del 2005

Lo físico es la expresión de los recuerdos e inspiraciones que ocurren en el alma de la auto identidad. Cambia el estado de la auto identidad y cambiará el estado del mundo físico.

¿Quién manda ... la inspiración o los recuerdos que se repiten? La decisión está en manos de la mente consciente.

7 de febrero del 2006 (Un salto al 2006)

Aquí hay cuatro (4) procesos de auto identidad Ho’oponopono para resolver problemas que pueden aplicarse para reestablecer la auto identidad a través de la anulación de los recuerdos que repiten los problemas en la mente subconsciente:

1. **“Te amo”**. Cuando tu alma experimente la repetición de recuerdos de problemas díles mentalmente o silenciosamente: **“Los amo** queridos recuerdos. Agradezco la oportunidad de liberarlos a ustedes y a mí”. El **“te amo”** puede repetirse en voz baja una y otra vez. Los recuerdos jamás se van de vacaciones ni se jubilan a menos que uno los jubile. **“Te amo”** puede usarse aunque uno no esté consciente de los problemas. Por ejemplo, puede ser utilizado antes de participar en cualquier actividad como contestar el teléfono o antes de subirse al automóvil para ir a alguna parte.

Ama a tus enemigos, y haz el bien a quienes te odian.

Jesús según Lucas: 6

2. **“Gracias”**. Este proceso puede utilizarse con o en lugar del **“Te amo”**. Tal como con el **“Te amo”**, puede repetirse mentalmente una y otra vez.

3. **Agua azul solar**: El beber mucha agua es un método maravilloso para resolver problemas, en especial si es **agua azul solar**. Consiga un recipiente de vidrio azul con una tapa no metálica. Ponga agua en el recipiente. Coloque el recipiente de vidrio azul ya sea al sol o bajo una lámpara **incandescente** (no una lámpara fluorescente) durante por lo menos una hora. Después de solarizar el agua, ésta puede utilizarse de varias maneras. Bébala, cocine con ella, enjuáguese con ella después de ducharse o bañarse. ¡Las frutas y los vegetales pueden lavarse con agua azul solar! Tal como los procesos de **“Te amo”** y **“Gracias”**, el agua azul solar anula los recuerdos que repiten los problemas en la mente subconsciente. ¡Así que a beber se ha dicho!

4. **Fresas y moras**: Estas frutas anulan los recuerdos. Pueden comerse frescas o secas. ¡Pueden consumirse en forma de dulce, jalea y hasta en forma de melaza que se puede verter sobre el helado!

27 de diciembre del 2005 (Un salto hacia atrás, al 2005)

*Hace unos meses se me ocurrió la idea de hacer un **glosario parlante** de los personajes esenciales de la auto identidad Ho’oponopono. Puede familiarizarse con cada uno de ellos a su propio ritmo.*

*1. **Auto identidad**: Yo soy la auto identidad. Estoy formada por cuatro elementos: la Inteligencia Divina, la mente súper consciente, la mente consciente y la mente subconsciente. Mis fundamentos, el vacío y el infinito, son una réplica exacta de la Inteligencia Divina.*

*2. **Inteligencia Divina:** Yo soy la Inteligencia Divina. Soy el infinito. Yo creo las auto identidades e inspiraciones. Yo transmuto los recuerdos y los convierto en nada.*

*3. **Mente súper consciente:** Yo soy la mente súper consciente. Yo superviso la mente consciente y la mente subconsciente. Evalúo y hago cambios apropiados en la solicitud Ho'oponopono a la Inteligencia Divina iniciada por la mente consciente. No me afectan los recuerdos que se repiten en la mente subconsciente. Yo siempre soy una con el Creador Divino.*

*4. **Mente consciente:** Yo soy la mente consciente. Poseo el don de la elección. Puedo permitir que los recuerdos incesantes dictaminen la experiencia de la mente subconsciente y mía o puedo iniciar la liberación de dichos recuerdos a través de la práctica incesante del Ho'oponopono. Puedo solicitar instrucciones de la Inteligencia Divina.*

*5. **Mente subconsciente:** Yo soy la mente subconsciente. Soy el almacén de todos los recuerdos acumulados desde el inicio de la creación. Soy el lugar donde las experiencias son experimentadas en forma de recuerdos que se repiten o inspiraciones. Soy el lugar donde residen el cuerpo y el mundo en forma de recuerdos que se repiten y como inspiraciones. Soy el lugar donde viven los problemas en forma de recuerdos que reaccionan.*

*6. **Vacío:** Yo soy el vacío. Soy el fundamento de la auto identidad y del cosmos. Soy el lugar donde nace la inspiración de la Inteligencia Divina, el infinito. Los recuerdos que se repiten en la mente subconsciente me desplazan, pero no me destruyen, lo cual evita el flujo de inspiraciones que provienen de la Inteligencia Divina.*

*7. **Infinito:** Yo soy el infinito, la Inteligencia Divina. Las inspiraciones, fluyen de mí como frágiles rosas, hacia el vacío de la auto identidad, donde son fácilmente desplazadas por las espinas de los recuerdos.*

*8. **Inspiración:** Yo soy la inspiración. Soy una creación del infinito, la Inteligencia Divina. Me traslado desde el vacío a la mente subconsciente. Se me suele ver como una ocurrencia totalmente novedosa.*

9. **Memoria:** Yo soy la memoria. Soy un registro de una experiencia pasada localizado en la mente subconsciente. Cuando me detonan, repito las experiencias pasadas.

10. **Problema:** Yo soy el problema. Soy la memoria que repite una experiencia pasada nuevamente en la mente subconsciente.

11. **Experiencia:** Yo soy la experiencia. Soy el efecto de los recuerdos que se repiten o las inspiraciones en la mente subconsciente.

12. **Sistema operativo:** Yo soy el sistema operativo. Puedo hacer funcionar a la auto identidad con el vacío, la inspiración y la memoria.

13. **Ho'oponopono:** Yo soy Ho'oponopono. Soy un antiguo proceso Hawaiano para resolver problemas actualizado por Mornah Nalamaku Simeona, Kahuna Lapa'au, reconocida como un Tesoro Viviente de Hawai en 1983. Estoy compuesto por tres elementos: arrepentimiento, perdón y transmutación. Soy una solicitud iniciada por la mente consciente a la Inteligencia Divina para anular recuerdos y reestablecer la auto identidad. Empiezo en la mente consciente.

14. **Arrepentimiento:** Yo soy el arrepentimiento. Soy el comienzo del proceso de Ho'oponopono iniciado por la mente consciente en forma de solicitud a la Inteligencia Divina para transmutar los recuerdos y convertirlos en nada. Conmigo, la mente consciente reconoce su responsabilidad por la repetición de problemas que realiza la memoria en la mente subconsciente, y por haberlos creado, aceptado y acumulado.

15. **Perdón:** Yo soy el perdón. Junto con el arrepentimiento, soy una solicitud de la mente consciente al Creador Divino de transformar los recuerdos de la mente subconsciente en nada. La mente consciente no sólo se arrepiente sino que también pide a la Inteligencia Divina que la perdone.

*16. **Transmutación:** Yo soy la transmutación. La Inteligencia Divina me usa para neutralizar y liberar los recuerdos convirtiéndolos en nada en la mente subconsciente. Sólo puedo ser usada por la Inteligencia Divina.*

*17. **Riqueza:** Yo soy la riqueza. Yo soy la auto identidad.*

*18. **Pobreza:** Yo soy la pobreza. Yo soy los recuerdos que se repiten. ¡Yo desplazo a la auto identidad, evitando la infusión de inspiraciones de la Inteligencia Divina en la mente subconsciente!*

Antes de finalizar esta visita contigo, me gustaría mencionar que la lectura de este artículo satisface el requisito previo necesario para asistir a la disertación del viernes si estás considerando tomar una clase de fin de semana de auto identidad Ho'oponopono.

Les deseo paz más allá de todo lo comprensible.

O Ka Maluhiano meoe.

Que la paz los acompañe

Ihaleakala Hew Len, Ph.D.