

# INDICE

<b>Prefazione .....</b>	<b>5</b>
<b>Introduzione.....</b>	<b>14</b>
<b>1. Huna: l'origine del Segreto .....</b>	<b>17</b>
I sette principi Huna .....	24
1. <i>Ike</i> : il mondo è quello che pensi che sia.....	25
2. <i>Kala</i> : tutto è possibile.....	26
3. <i>Makia</i> : l'energia va dove si dirige l'attenzione.....	27
4. <i>Manawa</i> : adesso è il momento del potere.....	30
5. <i>Aloha</i> : amare è essere felici insieme.....	31
6. Come dentro così fuori - <i>Mana</i> : tutto il potere viene da dentro...	32
7. <i>Pono</i> : l'efficacia è la misura della verità .....	33
L'essere umano .....	34
Lono: il Sé Cosciente .....	35
<i>Ku</i> : il Subconscio .....	37
<i>Aumakua</i> : l'Io Superiore.....	39
Lo sciamano co-creatore della vita .....	41
La "Via del guerriero" e la "Via dell'avventura" .....	42
<b>2. Ho'oponopono "Ti amo! Mi dispiace! Perdonami! Grazie!" ....</b>	<b>44</b>
<b>3. Ho'oponopono ancestrale.....</b>	<b>47</b>
<b>4. Ho'oponopono dell'Identità del Sé.....</b>	<b>51</b>
<b>5. Mornnah Nalamaku Simeona.....</b>	<b>55</b>
Il pensiero trasmesso da Mornnah Simeona.....	59
Preghiere di Mornnah Simeona.....	63

<b>6. Ihaleakala Hew Len .....</b>	<b>68</b>
<b>7. I punti chiave di Ho'oponopono .....</b>	<b>73</b>
<b>8. Lo scopo della vita incarnata .....</b>	<b>79</b>
<b>9. Responsabile al 100%.....</b>	<b>92</b>
<b>10. Memorie condivise .....</b>	<b>97</b>
<b>11. Specchi esseni .....</b>	<b>109</b>
I Sette Specchi esseni.....	111
<b>12. Emozioni negative .....</b>	<b>114</b>
<b>13. La Pace dell'Io .....</b>	<b>124</b>
<b>14. Niente suggerimenti, solo Fiducia .....</b>	<b>130</b>
<b>15. Ispirazione e Intuizione.....</b>	<b>143</b>
<b>16. Serenità, Allineamento e Pace.....</b>	<b>148</b>
<b>17. L'importanza della Gratitudine .....</b>	<b>156</b>
ESERCIZIO PRATICO.....	164
<b>18. Ho'oponopono e la Legge di Attrazione .....</b>	<b>170</b>
<b>19. Resistenza dello stato di Comfort .....</b>	<b>186</b>
<b>20. Colpa e peccato .....</b>	<b>195</b>
<b>21. Un cammino davvero facile .....</b>	<b>203</b>
<b>22. Funzionamento "tecnico" .....</b>	<b>208</b>
<b>23. Pratica costante .....</b>	<b>219</b>

## INDICE

<b>24. Hoponopono pratico.....</b>	<b>229</b>
Gocce di Rugiada .....	229
La Respirazione “Ha” .....	236
Acqua solarizzata blu .....	237
Alcuni alimenti .....	242
Il Poster Ho’oponopono .....	243
La matita con la gomma sul retro .....	244
L’esercizio dei 108 fagioli di Fausto Petrone.....	245
Relazioni interpersonali.....	247
Esercizio semi-meditativo .....	248
Il bicchiere d’acqua.....	250
Accendi l’interruttore della luce.....	251
Un concreto esempio di allineamento.....	253
<b>25. Lo Spirito di Aloha.....</b>	<b>260</b>
Testimonianze dei nostri lettori .....	265
Glossario.....	290
Chi siamo .....	294
Bibliografia e Siti Internet.....	298