

Ho'oponopono

(Redirigé depuis [Ho'oponopono](#))

Le **Ho'oponopono** (ho-o-pono-pono, parfois traduit en « remettre les choses en ordre », « rétablir l'équilibre ») est une tradition sociale et spirituelle de repentir et de réconciliation des anciens [Hawaïens](#). Des coutumes identiques de [thérapie familiale](#) se retrouvent aussi dans toute la région de l'[océan Pacifique](#). Le ho'oponopono traditionnel était dirigé par un ou une *kahuna lā'au lapa'au*¹ (prêtre guérisseur) pour guérir les maladies physiques ou psychiques au sein des groupes familiaux. La plupart des versions modernes sont conçues de telle façon que chacun puisse le faire seul.

Définition

Dans le *Hawaiian Dictionary*² ho'oponopono est défini comme « purification spirituelle, une réunion familiale, durant laquelle les relations sont rétablies par des prières, l'acte de contrition, la repentance et le pardon mutuel. » Le mot *ho'oponopono* se compose de *ho'o* qui signifie « commencer une action » et *pono* qui signifie « bonté, honnêteté, moralité, qualités morales, actions correctes et justes, excellence, prospérité, attention, utilité, état naturel, devoir, juste, équitable, droit, approprié, détendu, soulagé, devrait, aurait, doit, nécessaire ; » *ponopono* signifie « remettre en ordre; juste, retravaillé, harmoniser, corriger, régulariser, ordonner, nettoyer, ranger, agir correctement. »

Traditions polynésiennes



Carte de la Polynésie

En [Polynésie](#), beaucoup de cultures croient qu'un mauvais comportement personnel (*hara* ou *hala*) est la cause des maladies. Certains croient que cela fâche les dieux, d'autres croient que cela attire les dieux méchants et d'autres cultures encore croient que les sentiments de culpabilité dus aux mauvaises actions rendent malade. « Cependant, dans la majorité des cas des rites de pénitence étaient exécutés pour racheter une faute, ce qui évitait d'accumuler les erreurs³. »

Sur les îles [Vanuatu](#) au sud-ouest de l'[Océan Pacifique](#), les habitants croient que les maladies sont causées habituellement par un faux-pas sexuel ou par la colère. « Si tu es fâché durant deux ou trois jours, un malaise ou une maladie apparaîtra » disait un de leurs sages⁴. La thérapie pour soigner la maladie consiste pour le malade ou un membre de la famille à reconnaître la faute. Si personne ne reconnaît la faute, le patient pourrait mourir. Les habitants de Vanuatu croient, que c'est ce qui est caché, qui donne le pouvoir à la maladie. Lorsque la faute est reconnue, elle n'aurait plus de pouvoir sur la personne⁵.

Beaucoup d'insulaires, y compris les Hawaïens, les habitants de [Tikopia](#) aux [îles Salomon](#) et de [Rarotonga](#) aux [îles Cook](#), croient que les erreurs commises par les parents peuvent se répercuter sur leurs enfants. Lorsqu'un enfant est malade, les parents sont suspectés de disputes ou de mauvais comportements. À part les maladies, le désordre social, selon la gravité, peut causer l'infertilité du propre jardin ou du pays ou même apporter des catastrophes⁶. L'harmonie ne peut être retrouvée sans la reconnaissance de la faute et la demande de pardon.

Des traditions similaires se retrouvent à [Samoa](#)⁷, [Tahiti](#)⁸, et chez les [Maori de Nouvelle-Zélande](#)^{9,10,11}.

Tradition hawaïenne



Le *Hala lei*, une couronne de fleurs de l'arbre-[Hala](#), est parfois utilisée pour marquer l'accomplissement du Ho'oponopono et la disparition des problèmes

Selon l'érudite hawaïenne renommée [Mary Kawena Pukui](#), le ho'oponopono était une tradition dans l'ancien Hawaï¹² qui était transmise oralement et ceci est confirmé par les anciens hawaïens contemporains¹³. Pukui, née en 1895, décrit dans son livre paru en 1958 ses observations et ses expériences faites avec le ho'oponopono depuis son enfance¹⁴.

Bien que le mot *ho'oponopono* ne fût pas utilisé, des historiens hawaïens rapportent une croyance selon laquelle les maladies apparaissaient lorsque les lois spirituelles ou [tabou](#) étaient violées et que la maladie ne pouvait être guérie tant que le malade ne se soumettait pas à une pénitence; souvent avec le soutien d'un ou d'une *kahuna pule* (guérisseur par la prière) ou d'un *kahuna lā'au lapa'au* (guérisseur par les plantes). Le pardon était donné par les dieux^{15,16} ou par la personne avec qui on était en conflit¹⁷.

Pukui écrit que le procédé était une réunion entre les membres de la famille pour reconstituer les liens familiaux brisés. Certaines familles se retrouvaient journalièrement ou chaque semaine pour pallier les problèmes qui s'annonçaient déjà¹⁸. D'autres se réunissaient lorsqu'une personne tombait malade. Elles parlaient du fait que les maladies étaient causées par le surmenage, les sentiments de culpabilité, les accusations réciproques et le manque de pardon^{19,20}.

Le Ho'oponopono corrige les mauvais comportements, il rétablit une bonne relation entre les membres des familles et la maintient; et grâce aux dieux ou Dieu, durant le procédé on arrive jusqu'aux causes des conflits. Habituellement, les anciens de la famille dirigent la purification spirituelle. Si la famille ne peut résoudre le litige, elle s'adresse à une tierce personne respectable et qualifiée dans la matière.

Le procédé : Après une prière, les problèmes sont formulés et les offenses discutées. On attend des membres de la famille le désir sérieux de travailler aux problèmes et *non de s'accrocher aux fautes*. Pour réfléchir aux confusions émotionnelles et aux offenses commises, plusieurs minutes de silence sont tenues. Les sentiments de chacun doivent être considérés. Puis suivent les reconnaissances des fautes, les repentirs et les pardons mutuels.

Chacun lâche l'autre (kala). Tous les participants se libèrent des problèmes ('oki) et terminent la séance par une cérémonie festive appelée pani, dont le repas comprenait souvent des [zostères](#) (*limu kala*), symbole du lâcher prise réussi²¹.

Une autre façon de marquer la fin du rituel et la disparition des problèmes, utilisée par la famille du kahuna Makaweliweli de l'île Moloka'i, consistait à poser sur les épaules de la personne concernée un collier tressé avec des fruits de *l'arbre-Hala* ([lei](#)), voir image²².

« Tati » Malia Craver, qui a travaillé pendant plus de trente ans au *Queen Lili'oukalani Children's Center*, a donné des cours de ho'oponopono traditionnel. Le 30 août, 2000, elle en parla aux [Nations unies](#)²³.

Versions modernes

Utilisations traditionnelles

À la fin du XX^e siècle, les tribunaux commencèrent à ordonner comme peine, aux jeunes et adultes, de faire ho'oponopono avec leurs familles sous la direction d'un ancien. Ici il faut utiliser la méthode traditionnelle. Ce ho'oponopono se fait sans la présence d'un juge, mais doit être dirigé par une personne à choisir, dont le nom figure sur une liste proposée par le tribunal²⁴.

Certains médecins indigènes font ho'oponopono avec leurs patients, au lieu de leur faire consulter un *conseiller familial*²⁵.

Méthode de Morrnah Simeona

Libération du Karma

[Morrnah Simeona](#) (1913-1992), une kahuna lā'au lapa'au, commença en 1976 à adapter l'ancien ho'oponopono aux réalités sociales de notre temps. À celles-ci elle ajouta aussi bien un procédé de résolution des problèmes généraux qu'une thérapie d'entraide psycho-spirituelle, que chacun peut pratiquer seul.

La version de Simeona a été influencée par son éducation chrétienne (protestante et catholique) ainsi que par ses études philosophiques sur l'Inde, la Chine et [Edgar Cayce](#). Elle a relié la tradition hawaïenne avec des prières au Créateur Divin et décrit - autrement que ce qui est connu dans la culture polynésienne - les problèmes comme le résultat du [karma](#) négatif, ou *que l'on doit vivre soi-même ce que l'on a fait subir aux autres*; en conséquence on est le créateur des circonstances de sa propre vie. Tout mauvais comportement est gravé dans la mémoire de la personne ainsi que dans celle de chaque être et objet, qui sont présents lorsque ces causes se sont passées. Elle écrivit : « Car la loi de cause à effet sévit sur chaque être vivant à chaque moment, le but principal de son procédé est de se libérer des expériences malheureuses et négatives vécues dans les [réincarnations](#) passées et d'effacer sans surmenage les chocs psychiques gravés dans la mémoire. »²⁶ Les liens karmiques avec les personnes, objets ou lieux empêcheraient un développement libre, pour cette raison « la purification (spirituelle) est nécessaire à l'évolution de la conscience. »²⁷ Son procédé en 14 étapes dissoudrait ces liens karmiques²⁸. Simeona refusait les mantras ou les exercices de conditionnement mental.



Restes du village Koai'e en partie restauré dans le *Lapakahi State Historical Park* sur l'[île d'Hawaï](#), dans le district de [Kohala Nord](#). Un centre de guérisseurs par les plantes (*kahuna lā'au lapa'au*) depuis le début du XX^e siècle

Les principes généraux de son enseignement

Selon son enseignement, il existe un Créateur Divin qui s'occupe des prières altruistes: « Lorsque la phrase *c'est accompli* est utilisée à la fin d'une telle prière, cela signifie que le travail de l'Homme est terminé et celui de Dieu commence. »²⁹ *L'Identité de Soi-Même* signifie, que les trois Moi ou aspects de la conscience sont en équilibre et reliés au Créateur Divin³⁰. À cause de leurs vibrations basses, les prières égoïstes atteignent uniquement le monde astral, le lieu des désirs et de la convoitise. De ce niveau de conscience, les désirs personnels matérialistes seraient accordés. „Les prières altruistes, dans lesquelles on prie aussi pour la liberté d'autres êtres ou objets, atteignent par leur hautes vibrations, le niveau divin. De ce niveau là vient l'Énergie Divine, la mana divine ou la *Lumière Pure*.“³¹ Cette dernière résoudrait la partie douloureuse des souvenirs négatifs chez tous les participants, indépendamment du niveau auquel ils se trouvent, qu'ils soient incarnés ou non; „tous sont libérés.“³² Le problème perd alors son énergie sur la manifestation physique et la guérison ou le rétablissement de l'équilibre commence. La mana évoquée par Simeona, est une énergie qui apporte la guérison ou l'équilibre, pour cette raison elle n'est pas identique à la [Mana](#) de la tradition polynésienne, que l'on possède ou non.

La version de Hew Len

En 1992, (Ihaleakala) Hew Len, ancien étudiant et administrateur de Simeona, est devenu *l'instigateur* de son organisation. Coauteur d'un livre³³, il dit enseigner le *ho'oponopono de Simeona*. Contrairement à l'enseignement de Simeona, ce livre propose de « conduire l'Homme au statut-zéro, où il aurait des possibilités infinies, pas de mémoire, pas d'identité. »³⁴ Pour atteindre cet état, que Len nomme *l'Identité de Soi-Même*, on devrait répéter incessamment un [mantra](#) : « Je t'aime, pardonne-moi, je suis désolé, merci. »³⁵ Len enseigne aussi son idée de la responsabilité à 100 %³⁶ pour les actions commises non seulement par soi-même, mais aussi pour celles des autres. Il écrit : « Lorsqu'on prend la responsabilité de sa vie, tout ce que l'on voit, entend, sent, ou apprend d'une façon ou d'une autre on en est totalement responsable puisque cela fait partie de la perception de la propre vie³⁷. Le problème n'est pas la réalité à l'extérieur de soi, il serait à l'intérieur; et pour changer cette réalité, on devrait se changer soi-même. La responsabilité totale comprendrait, que tout le vécu est une projection de l'intérieur de l'Homme. »³⁸

Formation intentionnelle de la réalité

„Huna“, la doctrine connue de Max Freedom Long (1890-1971) est propagée aussi bien par ses élèves que légèrement modifiée par Serge Kahili King. Bien que Huna soit un mot hawaïen (*huna* pour „caché“, *hūnā* pour „cacher“)³⁹, les puristes de la culture hawaïenne considèrent certaines parties importantes de cette doctrine comme non-hawaïennes et les refusent. En 1936⁴⁰, Long rédigea sa première œuvre sur Huna, à cette époque-là une présentation de ce que l'on appellerait de nos jours *manifestation intentionnelle* ou *formation*

intentionnelle du destin, en partie par des rituels magiques. Entre temps le mouvement de Huna, créé par Long, a intégré certaines parties modifiées du procédé de Simeona.