Inexploré

► 1 octobre 2021 - N°52

PAYS :France
PAGE(S) :28-31
SURFACE :358 %
PERIODICITE :Trimestriel

JOURNALISTE :Catherine Maillard

PORTRAIT

MORRNAH NALAMAKU SIMEONA

Aux origines de la méthode Ho'Oponopono

Guérisseuse, dépositaire d'un héritage ancestral hawaïen, Morrnah Nalamaku Simeona a transformé un ancien rituel de pardon, appelé Ho'oponopono, en un puissant outil de développement personnel et spirituel. Retour sur la vision inspirante de sa créatrice, le succès mondial de cette méthode, et ses nombreuses variations.

Par Catherine Maillard

Utilisé autrefois par les guérisseurs hawaïens pour réconcilier les membres d'une tribu, Ho'oponopono est devenu au XXe siècle un outil d'évolution personnelle et de guérison très populaire, pour la libération des mémoires erronées responsables des disharmonies dans nos vies. Ho'oponopono, signifie « corriger une erreur » ou « faire ce qui est juste », dans la langue originelle des hawaïens. À l'origine de la version « moderne », qui va rencontrer au fil des ans de nombreuses transformations, une chamane nommée Morrnah Nalamaku Simeona, qui voyagera dans le monde entier pour transmettre sa méthode.

Une chamane kahuna lapa'au

Née en 1913 à Honolulu, capitale et épicentre de l'île d'Hawaï, Morrnah Nalamaku Simeona est fille d'un membre de la cour de la reine Lili'uokalani. C'était une chamane, une *kahuna la'au lapa'au*, de *kahuna* qui signifie « gardien du secret »

Tous droits de reproduction réservés

Inexploré

► 1 octobre 2021 - N°52

PAYS :France
PAGE(S) :28-31
SURFACE :358 %
PERIODICITE :Trimestriel

JOURNALISTE :Catherine Maillard

et *lapa'au* « guérisseuse » ; elle aurait reçu ce don à l'âge de trois ans. Elle était aussi appelée « grande tante », une expression hawaïenne qui reflétait sa grande popularité, due à la considération qu'elle suscitait. Le secret des guérisseuses réside dans leurs connaissances de la médecine traditionnelle des plantes, un art où elle excellait, notamment avec le *noni*, ou pomme-chien, un extraordinaire remède pour le rééquilibrage de l'organisme. D'autres plantes comme les feuilles de thé, la cordyline et la citronnelle avaient également une place de choix dans sa médecine. Par ailleurs, comme l'exigeait la tradition des *kahuna lapa'au*, Morrnah utilisait les prières et les massages *lomilomi*, réalisés avec de l'huile de monoï. Elle dirigea durant une dizaine d'années son cabinet dans les prestigieux hôtels Kahala Hilton et Royal Hawaïan Hotel. En 1983, elle reçut le titre honorifique de Trésor vivant d'Hawaï (*Living Treasure of Hawaii*) par une école bouddhiste de l'archipel, Honpa Hongwanji Mission of Hawaii.

> Morrnah a fait évoluer en son temps cette technique de réconciliation.

Une technique ancestrale de guérison

C'est en 1976 que la chamane Morrnah Nalamaku Simeona commence à développer Ho'oponopono, ce rituel ancestral hawaïen qui se transmettait oralement, d'où l'absence d'écrits à son sujet. « *Il était utilisé autrefois au sein des familles et des groupes, pour résoudre les problèmes de la communauté, et ramener la paix dans le village* », rapporte la spécialiste Maria-Elisa Hurtado-Graciet[1]. Ce rituel, qui nécessitait l'intervention d'un *kahuna* comme Morrnah, rassemblait ceux qui présentaient des problèmes relationnels, des désaccords, ou bien avaient des relations conflictuelles. Réunis dans un endroit clos, les protagonistes exposaient les problèmes qu'ils rencontraient. Y étaient partagés peurs, jugements, interprétations ou croyances erronées pouvant être à l'origine de conflits ou de maladies. Ces échanges permettaient une compréhension des griefs, et la possibilité d'un pardon mutuel. Des temps de prière et de silence rythmaient ces rencontres. En clôture avait lieu un repas de réconciliation appelé *pani*, pour célébrer l'harmonie retrouvée. Selon la nature du conflit, ce rituel pouvait prendre quelques heures ou parfois plusieurs jours.

Vers une vision moderne

« *Morrnah a fait évoluer en son temps cette technique de réconciliation réalisée au sein des tribus, en un outil individuel que chacun peut utiliser* », commente Luc Bodin[2], praticien de la méthode. Alors qu'à

(1) Ho'oponopono, le secret des guérisseurs hawaïens
Luc Bodin et Maria-Elisa Hurtado-Graciet
Éd. Jouvence, 2011, 8,70 €

CRÉDITS PHOTO DR

Tous droits de reproduction réservés

Inexploré

► 1 octobre 2021 - N°52

PAYS :France
PAGE(S) :28-31
SURFACE :358 %
PERIODICITE :Trimestriel

JOURNALISTE :Catherine Maillard

l'origine, le processus de guérison Ho'oponopono est interpersonnel et requiert la participation de tous en vue d'une réconciliation, la chamane développe une nouvelle approche, appelée « Ho'oponopono auto-identité », où chacun est en communication avec la Divinité. Son processus unique de résolution des problèmes repose sur la tradition hawaïenne avec des prières au créateur divin, il s'enrichit d'autres cultures, et notamment de la notion du karma. Sa version mêle différentes influences, que ce soit son éducation catholique, ses études philosophiques sur l'Inde, la Chine, et également la vision d'Edgar Cayce. Praticienne de la première heure, Maria-Elisa Hurtado-Graciet pointe un élément fondateur de sa vision : « *Pour Morrnah Simeona, chaque mémoire liée à chaque expérience, depuis le premier moment de notre création, il y a des temps immémoriaux, est enregistrée et stockée dans le règne éthérique.* » De ce point de vue, la purification des mémoires est nécessaire pour l'évolution de la conscience, tant individuelle que collective.

> Le but principal de ce procédé est de découvrir la Divinité en nous.

« *Le but principal de ce procédé est de découvrir la Divinité en nous* », avait pour habitude de dire Morrnah, pour « résumer » son approche. Dans sa pratique, vous demandez à Dieu de nettoyer et purifier l'origine de vos problèmes qui sont des souvenirs, des mémoires. Cette énergie est alors libérée et transmuée en lumière pure par la divinité. Ainsi, son approche de Ho'oponopono constituerait un puissant processus de nettoyage. D'après Maria-Elisa Hurtado-Graciet qui cite la chamane : « *Ho'oponopono est un don plein de profondeur qui permet à chacun de développer une relation de coopération avec la Divinité à l'intérieur de soi pour apprendre comment demander qu'à chaque instant, nos erreurs en pensées, paroles et actions soient nettoyées.* » Une des raisons de l'immense succès de la méthode est sans doute l'ambition de sa promesse ; le procédé vise avant tout la liberté, par une complète libération du passé.

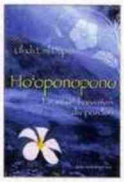
Au-delà du simple pardon, la chamane ne cherchait rien de moins que la dissolution des causes à l'origine du problème, pour un retour à l'harmonie et la paix. Ceux qui l'ont côtoyée sont unanimes : la paix est centrale dans sa vision. Dans son ouvrage dédié à Ho'oponopono, Luc Bodin rapporte les phrases fétiches de Morrnah Nalamaku Simeona : « *La paix commence avec moi* » ou « *Nous sommes ici et seulement ici pour apporter la paix. Et si nous apportons la paix dans notre vie, tout autour de nous retrouve sa place, son rythme.* » Pour la chamane, il est essentiel que la paix intérieure puisse vivre en chaque individu afin de se refléter sur la communauté, la société, la nation, et l'Univers. Son credo : « *Alors, les portes de la nouvelle ère peuvent s'ouvrir toutes grandes à l'équilibre, la sagesse, et l'amour pour toute la création.* »

Une renommée mondiale

Ce procédé a connu une popularité incroyable, qui a valu à Morrnah Nalamaku Simeona d'innombrables invitations pour enseigner sa méthode à travers le monde et dans des institutions,

À LIRE

(2) Ho'oponopono nouveau
Luc Bodin
Éd. Guy Trédaniel, 2016, 17 €



Ho'oponopono, le rituel hawaiien du pardon
Ulrich Emil Duprée
Éd. Contre-Dires, 2012, 11,90 €

Tous droits de reproduction réservés

Inexploré

► 1 octobre 2021 - N°52

PAYS :France
PAGE(S) :28-31
SURFACE :358 %
PERIODICITE :Trimestriel

JOURNALISTE :Catherine Maillard

telles que les écoles, les hôpitaux... En 1980, elle crée une fondation pour diffuser la pratique de Ho'oponopono, et en 1982, organise le First World Symposium of Identity of Man. Dès 1983, elle donne des conférences et des séminaires pour diffuser la magie de Ho'oponopono aux États-Unis dans une douzaine d'États, et se rend dans plus de quatorze pays, dont l'Allemagne, la France, le Japon, la Pologne, la Russie et la Suisse. Les années 1990 vont marquer un tournant majeur dans son parcours avec la naissance de séminaires pour la paix (*Pacifica Seminars*) en Allemagne. On retrouve des traces de son dernier voyage à travers l'Europe jusqu'en Égypte et à Jérusalem. Puis elle rentre à Kirchheim près de Munich, chez son collaborateur de longue date Michael Micklei, où elle s'éteint paisiblement le 11 février 1992. Aujourd'hui encore, l'institut continue de transmettre son héritage dans sa forme originelle.

Le rituel de pardon traditionnel hawaïen a connu d'incroyables évolutions. Dans sa forme la plus populaire, on trouve la fameuse formule : « Désolé, pardon, je t'aime, merci », enseignée par le Dr Ihaleakala Hew Len, un ancien élève de Morrnah Simeona. Son histoire, devenue une véritable légende, est sans doute l'une des raisons du formidable succès de la méthode qui en éclipsera la véritable fondatrice. Médecin à l'hôpital d'Hawaï, dans le service de dangereux criminels diagnostiqués malades mentaux, le Dr Len va expérimenter ce mantra avec, comme résultat, un changement phénoménal des comportements. Par la suite, son élève Joe Vitale, spécialiste de la loi d'attraction, participera lui aussi à l'incroyable diffusion de Ho'oponopono et sa sagesse hawaïenne devenue universelle. ●

CRÉDITS PHOTO DR

PRIÈRES AU CŒUR DE LA PRATIQUE DE MORRNAH

Créateur divin, père, mère, fils tous en un...
Si moi, ma famille, mes proches
ou mes ancêtres
Vous ont offensé vous, vos proches
ou vos ancêtres avec
En pensées, en paroles, en actions
Depuis le début de la création jusqu'à nos jours
Nous implorons votre pardon...
Puisse tout cela être nettoyé, purifié, libéré :
Que tous les blocages, les mémoires,
les énergies et les vibrations négatives
soient coupés.
Puissent toutes ces énergies indésirables
être transmutées en lumière pure...
Ainsi soit-il.

Que la paix soit avec vous,
Toute ma paix,
La paix du « Je »,
La paix du « Je suis »,
La paix pour toujours, maintenant
Et pour toujours et encore.
Ma paix, je vous la donne,
Ma paix, je vous la laisse,
Non pas la paix du monde,
Mais seulement ma paix.
La paix du « Je ».

Tous droits de reproduction réservés