

A person is shown from behind, sitting in a meditative lotus position on a grassy bank. They are facing a river that flows through a lush tropical landscape. In the background, there are steep, forested mountains and a vibrant rainbow arching across a sky filled with soft, golden clouds. The scene is bathed in the warm light of a sunrise or sunset, with long shadows and a golden glow. The person's reflection is visible in the calm water of the river.

HO'OPONOPONO

UM NOVO CAMINHO...

DANIELLE A. RIBEIRO



SUMÁRIO

QUEM É DANIELLE DE ANDRADE RIBEIRO	1
O QUE É HO’OPONOPONO?	5
MÉTODO HO’OPONOPONO DE IDENTIDADE PRÓPRIA	7
COMO PRATICAR HO’OPONOPONO ?	8
QUAL O SIGNIFICADO DAS FRASES?	9
O QUE SÃO AS MEMÓRIAS	10
FERRAMENTAS PARA LIMPEZA DE MEMÓRIAS	11
“A PAZ COMEÇA COMIGO”	15
O QUE ACONTECE QUANDO SE PRATICA HO’OPONOPONO?	17
QUEM É A CRIANÇA INTERIOR	19
CRIANÇA INTERIOR E A NOSSA EXISTÊNCIA	20
QUANTO TEMPO DEVO FAZER HO’OPONOPONO?	21
O CAMINHO DA EXPANSÃO DE CONSCIÊNCIA	23
EM QUE VAI ME AJUDAR ESSA PRÁTICA?	25
COMO SEI SE ESTÁ RESOLVENDO?	27
FREQUÊNCIA VIBRACIONAL	28
RESPIRAÇÃO HÁ	29
ORAÇÃO DO HO’OPONOPONO	30

QUEM É DANIELLE DE ANDRADE RIBEIRO



Eu sou Danielle Ribeiro, terapeuta holística apaixonada e dedicada, trilhei um caminho único em busca do verdadeiro sentido da vida.

Minha jornada começou na juventude, quando iniciei o processo de me conhecer e entender o porquê das minhas angústias, tristezas, ansiedade e mais algumas emoções nada agradáveis que com o tempo afetaram minha saúde e causando problemas de doença no corpo físico.

Busquei por respostas em várias religiões, buscando fora o que estava dentro de mim mesma.

Aos 40 anos, impulsionada por questionamentos profundos sobre minha missão e existência, mergulhei no estudo da Psicologia, buscando respostas para perguntas fundamentais: **‘Qual é minha missão nesta vida? Para que existo?’**

Ao longo dos anos, explorei diversos caminhos, participando de cursos voltados ao autoconhecimento e autocura, sessões com psicólogos e terapeutas holísticos.

A vida transcende o ciclo convencional de nascer, crescer, trabalhar, procriar e morrer. Minha alma ansiava por mais, e esse desejo me guiou por muitos anos, moldando-me como terapeuta. Agora, como especialista em Reprogramação Emocional, Constelação Familiar, Método Ho’oponopono, EFT (acupuntura sem agulhas) e mais algumas opções no tratamento, como Floral de Bach, Aromaterapia, entre outros;

Trabalho com uma união de técnicas e métodos onde ofereço um caminho de autocura e autoconhecimento.

Me dedico a guiar os outros em suas jornadas, compartilhando sabedoria e cuidado. Por fim, atuo ainda como escritora e palestrante, tocando a vida de muitos com abordagem empática e acolhedora.



*“OUÇA A SUA VOZ DE DENTRO,
ELA SABE MAIS DO QUE VOCÊ”*

– Danielle A. Ribeiro



O QUE É HO´OPONOPONO?

- ✓ É um método Havaiano de cura de memórias dolorosas do passado que se manifestam em nosso presente.
- ✓ Ho´oponopono significa: **“Tornar certo ou Corrigir um erro”**.
- ✓ Ho´oponopono é uma maneira funcional de nos conectarmos à Divindade.
- ✓ Ho´oponopono é um jeito prático de entendermos nossos sentimentos, nossa vida, nossa criança interior, nosso futuro e nossos pensamentos.
- ✓ Ho´oponopono é um jeito prático de limpar tudo de ruim em nosso corpo.
- ✓ É um jeito bem prático de viver sem dor.
- ✓ Reclamamos muito e devemos parar de reclamar (isto é, parar de pedir o que não se quer).
- ✓ É um jeito prático de entendermos nossos sonhos e de limparmos os pesadelos de nossa vida.
- ✓ Ho´oponopono somos nós mesmos, nossas atitudes, nossa liberdade e nossa confiança.
- ✓ Enfim, tirar as cascas para chegar ao EU verdadeiro.

CONHEÇA-TE



O EGO

MEU
SEPARAÇÃO
CULPA
HOSTILIDADE
RESSSENTIMENTO
ORGULHO
RECLAMAÇÃO
INVEJA
RAIVA
FORÇA
MATERIALISMO
LOUCURA
GUERRA
FRIEZA
INTOLERÂNCIA
EGOÍSMO
MANTER A POSE
NEGA-SE

O EU VERDADEIRO

NOSSO
UNIÃO
COMPREENSÃO
AMIZADE
PERDÃO
COMPAIXÃO
GRATIDÃO
COOPERAÇÃO
SATISFAÇÃO
HUMILDADE
ESPIRITUALISMO
SABEDORIA
PAZ
SIMPATIA
ACEITAÇÃO
ALTRUÍSMO
SER CONTENTE
ACEITA-SE