

Obsah

Úvod
str. 7

Hopopono
str. 10

Uzdrav sebe a uzdravíš svět
str. 16

Dvoji technika porozumění - všechny detaily
str. 23

Havajský úhel pohledu
str. 28

Subatomární úhel pohledu
str. 34

Psychologický úhel pohledu
str. 41

Úspěšné „hopování“
str. 46

Příklady na vyzkoušení
str. 59

Hopovat zdravotní problémy
str. 73

Léčení vlastních problémů
str. 79

Přespříliš šťastný - ach, jaká hrůza!
str. 82

Techniky sebeléčení v přehledu
str. 87

Technika srdce
str. 89

Technika lásky
str. 93

Technika deníku zázraků
str. 95

Rozličné oblasti použití
str. 103

Objednávat si a hopovat
str. 113

Shrnutí techniky porozumění
str. 123

Nabídky „kosmických objednávek
pomocí ho'oponopono“
str. 125