

## **Karina Rando presenta sus técnicas de meditación Ho oponopono para empresarias**

**En el competitivo mundo empresarial, donde el ritmo acelerado y el conflicto lo impregnan todo, son muchas las mujeres que buscan terapias y técnicas con las que poder recuperar el equilibrio. Karina Rando presenta su técnica del Ho oponopono para empresarias**

La física cuántica apunta a que todo está interconectado, formando parte de una red invisible que lo une todo, sin embargo, este descubrimiento científico del siglo pasado forma parte de la antigua cultura hawaiana desde tiempo inmemorial y es el pilar de la técnica del Ho oponopono.

Karina Rando, Coach Experta en PNL y Terapeuta Emocional especializada en ayudar a mujeres que quieren solucionar sus problemas emocionales, como: autoestima, depresión, problemas de pareja o familiares, presenta la técnica del Ho oponopono para mujeres empresarias que quieran transformar su realidad con la meditación ancestral de Hawai.

¿En qué consiste la técnica del Ho oponopono?

Ho oponopono significa "corregir un error" o "hacer lo correcto". Es una técnica de limpieza de problemas que pone el foco en la mente como generadora de las circunstancias que le toca vivir al ser humano.

La meditación Ho oponopono que presenta Karina Rando tiene como objeto ayudar a eliminar la negatividad, todo lo malo que puede llegar a afectar al individuo, dañándolo, y a transformar estas circunstancias adversas en positivas.

Los resultados de la meditación se hacen evidentes al restablecerse el equilibrio de las emociones y recuperarse la ilusión, la estabilidad y el orden. La técnica del Ho oponopono incide directamente en aquello que perjudica a la persona, consiguiendo un efecto transformador de su realidad.

"En este mundo todos estamos interconectados por una red invisible, de tal manera que estamos unidos todos entre sí. Las personas de tu entorno no están ahí por casualidad, sino que tienen un propósito o enseñanza concreta para ti. Ellos actúan a modo de espejo reflejando tanto las cosas que te gustan como las que te molestan. Cuando consigues este equilibrio a través de la meditación guiada Ho oponopono, automáticamente estas personas que están conectadas a nosotros mediante esta red invisible también cambian. Por este motivo es tan útil esta técnica. La realidad se transforma, pero no cómo tú quieres, es según el equilibrio natural. Tú no eres consciente, ni puedes dirigir este proceso. Lo importante de esta técnica es que reorganiza la situación lo antes posible por lo que puedes ver los resultados en muy pocas aplicaciones. Consigues relajarte, estabilizarte y sentirte bien cuando notas que el problema que tenías se disuelve. A través de la repetición, vas creando un sentimiento positivo hacia esa sensación que inicialmente te generaba negatividad y malestar. En ese proceso de repetición pasas de ver algo totalmente negativo a positivo", asegura Karina Rando.

Usos de la técnica Ho oponopono en el mundo empresarial

Uno de los principales usos que se le da a la técnica del ho oponopono es cuando hay conflictos con otros compañeros de trabajo e incluso con clientes. Hoy en día el conflicto está presente en todos los ámbitos, no solo en el ámbito empresarial, siendo necesario sobrellevar estas incómodas situaciones de la mejor manera posible.

En el mundo empresarial también se puede aplicar esta técnica cuando aparecen situaciones en las que hay problemas de comunicación que minan las relaciones y las negociaciones (negocios intransigentes). Aquí la técnica del Ho oponopono trabaja de cerca la tranquilidad, serenidad y la seguridad, con la que poder transformar la situación hacia una solución que beneficie a todas las partes, sin caer en la misma espiral de negatividad.

Aprender a mirar el fracaso desde una perspectiva positiva y constructiva es otro de los beneficios de esta técnica de meditación, así como la creación de un clima de tranquilidad que rodee al practicante y le ayude a encauzar su día a día de una manera más relajada, estable y enriquecedora.

Más información en: <http://www.karinarando.es>

**Datos de contacto:**

Karina Rando  
93 780 66 39

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Sociedad](#) [Entretenimiento](#) [Emprendedores](#) [Medicina alternativa](#) [Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>