



Qualsiasi malattia dell'uomo è in relazione con una alterazione della respirazione, qualsiasi concentrazione provoca una tensione nello stomaco ed una temporanea interruzione della respirazione.

La stessa cosa succede anche in caso di concentrazione negativa (spavento, paura, stress), soltanto con un impedimento della respirazione o con una temporanea fermata o rallentamento.

Un'interruzione negativa della respirazione e la tensione nello stomaco provocano tensione in tutto il corpo, opprimendo e gravando la coscienza, agendo negativamente sulla psiche. L'organismo dell'uomo cade nella zona della depressione e del panico e si ha un blocco dell'energia, il che a sua volta influisce sullo stato degli organi. Quindi un circuito chiuso: gli organi sono malati - influsso negativo sulla psiche; influsso negativo sulla psiche – si indeboliscono ed ammalano gli organi.

Ogni organo emana energia che si proietta su un tratto della superficie del corpo.

Questa energia della superficie (del corpo), a sua volta, agisce allo stesso modo sull'organo e si trova in un'interrelazione assoluta con l'apparato locomotore (AL) e con i canali energetici degli organi.

La pratica mostra che le malattie degli organi alterano la stabilità dell' AL dell'uomo e viceversa: l'alterazione dell' AL porta all'indebolimento e alla malattia degli organi, allo spostamento degli assi energetici e allo spostamento degli organi stessi.

Si altera l'interazione interna energetica tra gli organi, aumenta lo stato di stanchezza e tutto ciò si riflette sulle articolazioni e sulla colonna vertebrale deformandole. Il lavoro dei muscoli si

trova in uno stato di disarmonia.

Le vertebre si spostano dall'asse centrale del corpo e compaiono deformazioni come risposta di compensazione allo spostamento delle vertebre. Il centro di gravità si sposta e si spostano i punti di appoggio nei piedi e nelle articolazioni.

Una stanchezza energetica ed un precoce invecchiamento s'insinuano nel corpo e nella psiche dell'uomo, rovinando definitivamente la sua respirazione.

**E' stata messa a punto una tecnica per la distribuzione dell'energia, la variazione della colonna vertebrale e dell'apparato motorio e di sostegno, per la sintonizzazione della coscienza sull'onda meditativa denominata pratica HORA, primo livello. In sostanza è un atto di purificazione.**

La pratica risveglia le procedure di respirazione rispettando il ritmo individuale, eliminando dalla psiche, dal corpo e dal sistema energetico i ritmi suggestionati precedentemente instauratisi. Fate particolare attenzione a queste parole: La pratica risveglia le procedure di respirazione rispettando il ritmo individuale, eliminando dalla psiche, dal corpo e dal sistema energetico i ritmi suggestionati precedentemente instauratisi.

Distribuendo l'energia nel corpo, la pratica risveglia le riserve inutilizzate dell'organismo, aumenta la sopravvivenza biologica e favorisce la procedura evolutiva.

Compare una mimica latente del viso, legata a qualsiasi infermità, qualsiasi stress come la memoria associativa emotiva, che si trova in uno stato caotico.

Avviene la liberazione della psiche, l'eliminazione della tensione emotiva con la mimica del viso, la liberazione dagli stress interni nascosti e si sbloccano anche i canali del flusso dell'energia.

Spiegazione: il volto dell'uomo non corrisponde al volto interno psichico, esso porta nella vita una maschera, interpretando il suo ruolo.

La pratica è stata messa a punto in modo tale da comprendere il centro di forza, dove nell'uomo incoscientemente si risveglia l'istinto del genere e l'istinto della vita.

La pratica HORA, primo livello, coltiva l'attenzione meditativa, e l'attenzione nel lavoro col partner.

La pratica è universale ed accessibile praticamente a qualunque età e con qualunque stato di salute.

Essa è molto più profonda di quanto possa apparire al primo sguardo ad un inesperto che può lasciarsi facilmente ingannare dalla sua semplicità esteriore.

Essa esclude l'esercizio autonomo e deve essere praticata sotto la direzione di specialisti esperti: stiamo parlando della vostra salute, della vostra psiche e della vostra integrità energetica contemporaneamente.

Una pratica della durata di due anni con centinaia di persone ha mostrato e dimostrato che la pratica HORA, il primo livello, cura ed elimina le ernie del disco (che oggi vengono operate), cura i fibromi, l'asma, corregge il portamento; cura la radicolite, flagello dell'era moderna; ha buoni risultati con le paralisi cerebrali, elimina la dipendenza dagli stimolanti, dalle droghe e sostanze simili; senza insinuarsi nell'animo influisce sulla psiche (eliminando lo stress, la depressione, le problematiche psicologiche ecc.) per non parlare di tutto il resto. Tutto quanto sopra elencato, in ognuno di noi aspetta la propria ora.

### **Maestro di HORA**

Autore del metodo brevettato