

**Avvertimento!** Il Primo livello della Pratica HORA (un atto profondo e multilivello di purificazione) è semplice solo all'aspetto. Raccomando fermamente di affrontarla solo con specialisti che sono sotto il mio diretto controllo. La pratica esclude la presunzione e il fai da te.

### **Per i professionisti**

Tutti gli esercizi coinvolgono la persona completamente, dalla punta delle dita dei piedi fino alla punta delle dita delle mani. Tutti gli esercizi risvegliano le procedure respiratorie in maniera naturale.

Il primo livello della Pratica HORA (un atto profondo e multilivello di purificazione) è accompagnato dai seguenti stati:

### **Ai medici e agli psicologi e per quelli esperti in metodi non tradizionali di cura ed anche agli specialisti che lavorano con pratiche psicoenergetiche.**

1) Dolori articolari nel corpo, l'organismo è nella zona di auto ripresa, sono interessate le riserve interne dell'organismo, processo di autoguarigione, movimento dell'energia.

Eliminazione dei blocchi psicoenergetici dal corpo, liberazione della psiche e della coscienza.

2) Pienezza di forze dalle dita dei piedi fino alle dita delle mani, movimento della forza nei muscoli di tutto il corpo, integrità del corpo, riconquista della sicurezza, eliminazione della debolezza sfibrante, uscita dalla depressione.

3) Sensazione di perdita di peso. Leggerezza, svincolo, liberazione, piacevolezza.

Eliminazione della carcassa di stress sia dal corpo che dalla psiche, senso di libertà, serena tranquillità, affrancamento dalla paura, saggezza.

Vedi l'avvertimento.

### **Per gli sportivi**

**E per quelli che praticano □ la cultura del corpo a livello professionale (tratto distintivo: alta percezione con il corpo, verificate).**

1) Ferrea barra interna nel corpo, forte, flessibile, vivacità, vigore, aumento della capacità lavorativa, istantanea reazione nella quiete. Assenza di tensioni nelle gambe, nelle mani, leggerezza, rapidità, collegamento delle respirazione e del corpo nel movimento.

2) Prevenzione e riabilitazione delle malattie professionali. Aumento della durata dell'attività professionale.

Vedi l'avvertimento.

**Per chi è leader nelle pratiche meditative**

**E per chi ha trovato il suo cammino.**

1) Rifrazione della luce, Contemplatore, Attenzione, Concentrato, crea capacità interiori individuali (Custode, guerriero, angelo, sorvegliante, testimone, cacciatore, colui che distingue ecc). Da qui le diverse metodiche e le serie linguistiche e di pensiero.

2) Il cammino è uguale per tutti, gli abiti sono diversi. Non ci sono due verità. In forza dell'evoluzione della pratica il primo livello in qualsiasi caso vi rafforzerà sul vostro cammino, non porterà danno, né teoricamente, né praticamente. Vedi l'avvertimento.

3) Secondo livello, il corpo viene impregnato dalla coscienza.

4) Terzo livello, corpo della coscienza (cioè chi ha seguito presso di me il corso, non può rispondere alle domande inerenti al secondo e terzo livello senza il mio personale permesso).

5) HORA, primo, secondo e terzo livello sono assolutamente collegati e non sono pericolosi.

© Maestro di HORA

“Oriente-occidente” 2000