Механизм действия **ХОРА — практическая часть**

Внешне работа выглядит как определенные позиции, давление и сопротивление в парах или тройках. Позиции и давление организованы так, чтобы вовлечь все тело партнера в действие, вводя его в нагрузочную дыхательную работу с сопротивлением.

Нагрузочной формой дыхания, которое возникает естественным образом как результат давления и сопротивления, во всем теле вызывается жар, а также включается волевое дыхание — волевое сознание.

В результате — активная работа всех систем организма человека, что позволяет гармонично повышать подвижность суставов и эластичность мышц, закаляя и улучшая общее состояние организма.

Принципы работы, позиции и действия, как практика, запатентованы автором и не могут использоваться для работы с людьми без его письменного разрешения (лицензии).

Самостоятельное выполнение упражнений не допускается. Практика должна выполняться только в зале, под руководством специалиста-ведущего или его ассистента.

ХОРА — обоснование

Каждый орган излучает энергию, которая проецируется как участок на поверхности тела. Эта поверхность, как выделенный участок на теле, воздействует на орган и находится в абсолютной взаимосвязи с опорно-двигательной системой (ОДС) и энергетическими каналами органов.

Практика ХОРА утверждает: недомогание органа нарушает устойчивость ОДС человека — и наоборот — нарушение в ОДС приводит к ослаблению и болезни органов, смещению энергетических осей органов, смещению самих органов.

Нарушается внутреннее энергетическое взаимодействие между органами, прогрессирует усталость, и все это отдается на суставах и позвоночнике, деформируя их. Работа мышц находится в дисгармонии.

Позвоночник смещается с центральной оси и компенсируется в пространстве как устойчивая система, смещаясь в позвонках. Нарушается силовая линия, проходящая через суставы и позвоночник, смещены точки опоры в стопах. Силовые линии ОДС смещаются со своих мест, целостное давление на суставы полностью искажено.

Восстанавливая линии силы в суставах, мы восстанавливаем движение токов в энергетических каналах. Искаженные участки спроецированных органов на теле оживают и выравнивают энергетическую ось органов, положительно воздействуя на орган.

Установка костей в силовых линиях центрирует, усиливает и изменяет позвоночник в эволюционном порядке, освобождает его от чувства тяжести и боли, возвращает ногам легкость и живость, успокаивает дыхание и сердце. В пальцы рук льется сила, мышцы всего тела оживают, сознание становится ясным, ум — цепким.

После такой работы человек сам знает, к чему стремиться, и это знание закрепляется на осознанном мышечном уровне. В человеке пробуждается интерес и воля к излечению, и организм точно знает меру и норму питания.

Задействованы внутренние психофизические резервы человека. Вы готовы к дальнейшему процессу оздоровления с личным внутренним знанием, как это должно быть.

Словами Мастера

Первая ступень в практике раскрывает энергетические замки и центры, а также развязывает энергетические узлы на теле.

Пробуждаемое в практике дыхание вызывает внутренний жар (центр усилия), освобождает внутреннюю энергию и дает ей возможность циркулировать в безопасном режиме.

Как следствие — глубокий многоуровневый акт очищения.

Мастер ХОРА, [«Поток»](#)