

Програми практики від Майстра ХОРА

Еволюційно-оздоровчий перший ступінь (оновлена програма)

Займатися за методом ХОРА на першому ступені — це значить: [cialis super active](#) [viagra](#) [dosierung](#)
argaiv1593

- Розбудити і постійно підтримувати в собі якість молодості (легкість, жвавість, бадьорість, ясність мислення), що означає збільшити власну ефективність і працездатність;
- Правильно і безпечно навантажувати опорно-рухову систему, по зростаючій;
- Омолоджувати і тренувати цю систему в параметрах індивідуальної ідеальної постави — не від розуму, а від інстинкту;
- Підсилювати серцево-судинну систему правильною роботою м'язів усього тіла, знімаючи з серця навантаження;
- Будити природне інстинктивне дихання в силі. Це потужна дихальна практика;
- Відновлювати природне здоров'я — генетичне оздоровлення;
- Вийти з депресії, хронічної втоми.

Заняття проводяться по регулярній системі.

Посилена програма першого ступеню (12+4, 12+12)

Все, що було сказано про перший ступінь, плюс до цього:

- Постійно перебувати в життєвому тонусі, не виснажуватися, незважаючи на навантаження;
- Активна техніка спокою. Поєднуються практично несумісні поняття: спокій і дія;
- При мінімальних витратах часу — максимальна ефективність;
- Збільшення насиченості, коефіцієнта корисної дії життя;
- Інвестиції в себе, у свій власний потенціал, у свій власний розвиток поза відривом від соціуму.

Заняття проводяться по регулярній системі.

Заняття за еволюційно-оздоровчою програмою від Майстра ХОРА проводяться у місті Києві під керівництвом (контролем) лідера 2 ступеню практики Бодхі Таліба (044) 33-111-00, mts (095) 32-111-99, ks (096) 99-111-33.

[Див. інтерв'ю Бодхі Таліба](#)

Еволюційно-медитативна жіноча і екстремальна програми

«...Жіноча програма — це сексапільність, у повному змісті цього слова. Поки сексапільність у жінці є, вона відчуває себе здоровою, і психічно, і фізично; відчуває себе самодостатньою, що відбулася у відповідності зі стандартами природи». (Майстер ХОРА)

Жіноча і екстремальна програми забезпечують:

- Сексапільність, молодість, витривалість;
- Зміну конфігурації тіла;
- Жіночу харизму — в тілі, у почуттях, в інтелекті;
- Готовність і спокій як єдине ціле в тілі й психіці;
- Комфорт для тривалих переговорів (без втоми);
- Збільшення жіночої сили і потужності (без втоми);
- Можливість бути завжди на потрібній вишині (контроль).
- Програма гранично прагматична і розрахована на людей, що цінують час.

У групі можуть брати участь, як жінки, так і чоловіки, що мають досвід занять в ХОРА. А також ті, що прийшли з нуля (доведення до рівня групи і введення форсується через індивідуальні заняття). Заняття по жіночій і екстремальній програмам на сьогоднішній день проводяться в Санкт-Петербургові, у Москві й Києві працюють групи по жіночій програмі.

Додатково про [Жіночу програму Практики ХОРА](#) .

Особиста програма

- Це метод індивідуального звільнення і одночасного відтворення внутрішнього знання врівноваженості, духовності, психологічній стійкості.
- Особиста програма — це відтворення еволюційно-медитативної свідомості поза відривом від соціуму.
- Такий особистий тренінг еволюційної єдності розуму і тіла індивідуальний, неповторний, як відбитки пальців, і відбувається в будь-який час — обмежень немає; у будь-якій сфері діяльності людського соціуму (БУДЬ-ЯКІЙ!) — обмежень немає.

- Практика особистої програми супроводжується постійно наростаючим спокоєм.
- Це свідомо тренує психічну міць єдності розуму і тіла. Все як у програмі природи, програмі Життя — де вічний стрес, та у вічному стресі іде вічний відбір.
- Відмінність: у природі немає наростаючої сили спокою. Навіть для неї це ноу-хау.
- Особиста програма розрахована винятково на людей прийняття рішень. Прямий шлях, найкоротший.
- Особиста програма передається тільки Майстром ХОРА.

Для людей прийняття рішень — відповідальних, реалізованих, що активно просуваються в соціумі, незалежних у всіх змістах. Ця програма, щоб сильного зробити нескінченно сильним і ще сильніше.

Додатково про [Особисту програму Практики ХОРА](#)