

PSICO-FILOSOFIA HORA

Pavel Valerevic Bessmertnyj, Leader pratica HORA, Almaty

Domanda: Egregio Maestro!

Rispondendo alla domanda sull'ego, Lei ha detto che la pratica HORA non risolve il problema dell'ego. Cito questa domanda e la Sua risposta.

Domanda: La pratica HORA è un atto multilivello di depurazione. Ma cosa succede con l'ego nella pratica?

Risposta del Maestro: Di nuovo con questa domanda...Il problema dell'ego lo risolve l'uomo, non la pratica. L'atto multilivello di depurazione, aiuta l'uomo a rafforzare la salute, ad ampliare e approfondire l'informazione, aiuta la riflessione, ma non elimina l'ego. L'ego è la parte spirituale. Le religioni cercano di risolvere il problema dell'ego attraverso la parte spirituale. Questo è un loro problema: è un problema di cultura, tradizione, è un vostro personale problema e non della pratica HORA. Cosa dovete capire. La pratica aiuta ad evidenziare l'ego. Lei ha fatto la sua domanda ed io ho risposto. Tutto il resto è un problema di libero arbitrio e responsabilità.

Maestro di HORA, 24.03.2006

Integrazione

HORA è una nuova psicologia, una nuova filosofia, essa richiede il vostro coinvolgimento e il vostro sforzo filosofico. Senza questa comunione, non è possibile l'odierna metafisica. Secondo il dizionario, metafisica è la scienza del non-reale. Leggete il testo sotto riportato su tale "non realtà", in lingua moderna. Se questo termine metafisica non vi piace, non è moderno, sostituitelo con un moderno **"nuova psico-filosofia"**. Non semplicemente psico-filosofia, ma solo unito all'aggettivo 'nuova'. Nuova psico-filosofia, o psico-filosofia HORA.

NUOVA PSICOFILOSOFIA. SULL'ORIGINE DELL'EGO DELL'UOMO

Ogni uomo è un inconscio, involontario agente dei propri interessi, programmato dalla natura.

E questo inconscio e incontrollato interesse rappresenta la parte oscura della natura, o come si è soliti dire rappresenta l'Ego. Cioè l'ego è quella stessa materia auto sviluppatesi e costantemente in trasformazione che si chiama Vita.

A seconda della qualità dell'intelletto, il programma nella sintesi "uomo-ego" può diventare sia utile che nocivo, sia per se stessi che per gli altri.

Cerco di riparlare con parole facili: solo una piccola percentuale dell'uomo rappresenta il suo "io" cosciente, tutto il resto è essenza inconscia. L'uomo crede di essere padrone cosciente della sua natura, invece continua ad essere programmato dal programma "ego di sviluppo della natura".

Il programma ha lasciato all'uomo un'indipendenza minima: può camminare, procacciarsi da vivere, moltiplicarsi, occuparsi di arte, filosofia, anzi addirittura può realizzare la democrazia, può discutere dell'esistenza di Dio, dei diritti dell'uomo, e così via. Questo è il programma auto sviluppantesi "ego di sviluppo della natura": esso offre qualche elemosina agli uomini sotto forma di contentino.

Il programma di sviluppo della natura nell'uomo moderno si è guastato. Ritenendosi la priorità della natura, ha sottoposto la natura stessa, che lo aveva generato, alla violenza e alla distruzione. In questo modo si è creato un nuovo psico-tipo umano, un nuovo ego: con doppia personalità, amorale nei confronti della natura, ma narcisista. Ma cosa ha dimenticato di prendere in considerazione: distruggendo la natura, lui distrugge contemporaneamente il suo grande Io, distrugge lo Sviluppo stesso. Anche se prega e crede in Dio.

Domanda: crediamo in Dio, ma Dio è con noi? Tutta la natura "senza cervello", egoista nel suo sviluppo, ascolta Dio e segue l'ordine delle cose, solo l'uomo è diventato sordo. Lui è al di fuori dell'evoluzione naturale, è al di fuori dello sviluppo unico e naturale.

CONTINUAZIONE DELL'ARGOMENTO. SULL'ORIGINE DEL SUO COLLETTIVO

Ogni uomo è agente dei suoi propri interessi, ma la natura l'ha reso anche espressione degli interessi della collettività con cui vive sia nella giungla della propria società che nel mondo globale multipolare.

Se l'uomo non raggiunge il livello sociale dovuto e non diventa membro della collettività, unita dagli interessi, significa che la sua attività naturale psichica di sopravvivenza non è sviluppata.

Questa comunità è la storia dello sviluppo della società. Il modello è derivato dalla natura, dove allo stesso modo gli esseri vivono collettivamente ed hanno la loro gerarchia sociale naturale: superiori

ed inferiori. Così, i metodi della sopravvivenza collettiva negli uomini hanno acquisito un carattere moderno e sovra-globale. Gli interessi della collettività sono ultraglobali, ultra egoistici, smisurati e hanno completamente sottomesso a sé la sorte dello Sviluppo dell’Uomo.

In conclusione questa è la condizione invisibile dello sviluppo della materia, della sua trasformazione dal livello più basso ad uno più complesso. Che cosa bisogna ancora comprendere. Se non ci fosse stata sin dall’inizio l’energia della conoscenza, essa non si sarebbe potuta manifestare. Lo scopo della conoscenza è passare dall’ego naturale incosciente – all’ego dell’evoluzione – ad un altro livello. Il successivo passo evolutivo l’uomo lo farà coscientemente. In questo modo scompare il problema dell’ego, e la parte oscura e naturale dell’ego (programma di sviluppo della materia) risplenderà di luce chiara.

Ho dato succintamente una risposta sulla sostanza energetica dell’ego, dove per la comprensione è necessaria il vostro coinvolgimento psichico e uno sforzo filosofico. Questa è la chiara e distinta lingua della nuova psicofilosofia. Tutti i miei testi adottano questo tipo di linguaggio. Bisogna leggerli senza distinguere in psico e filosofia, se si pensa di dare solo una scorsa, non si capisce niente.

(Sul tema ego c’è una continuazione metafisica):

Maestro di HORA, marzo 2009-05-06

Ritorniamo alla domanda del leader.

“Per favore mi spieghi, insomma la pratica risolve o no il problema dell’ego? Lo trasforma o no? Perché attualmente la mia mente è piena di contraddizioni, e non riesco a risolvere questo problema”.

Risposta del Maestro:

La pratica nelle tue mani è un mestiere. Il mestiere dello psicoanalista, cioè la psicoanalisi. Essi non riescono a risolvere il problema dell’ego nella vita di tutti i giorni, così come i religiosi da millenni non possono risolvere questo problema. **Noi possiamo soltanto utilizzare l’energia dell’ego positivamente, ed è molto importante comprendere l’essenza dell’ego.**

E non bisogna confondere l'ego con l'egoismo. Tutta la confusione comincia proprio da qui e ha un carattere di quotidianità. L'ego è l'energia dello sviluppo della natura, della materia e così via, mentre l'egoismo è giustificare i propri interessi sia personali che collettivi. E in questo caso la doppia morale si sente completamente legalizzata. La falsità si nutre di interessi distorcendo *qualsiasi* verità.

Cosa bisogna comprendere. Se l'uomo ha un'esperienza di lavoro personale con l'ego, allora la sua spiritualità si diffonde all'esterno. E la pratica nelle mani dello specialista rappresenta una potente tecnica salutare con tutti i parametri evolutivi, che io riporto come argomentazioni. Ma questo non significa ancora spiritualità, anche se siamo ad un buon livello.

L'uomo ha un problema: nasconde le sue piccole necessità dell'ego dietro grandi concetti. Anche le principali religioni mondiali da millenni non possono ottenere che il mondo diventi spirituale e morale. Se qualcuno all'improvviso dirà che lui può farlo o è uno sciocco o è un ciarlatano.

Anche Gesù non riuscì ad ottenere dai suoi discepoli questi risultati. . Anche Lui ha avuto bisogno di tempo, sia in vita, che dopo. E nessuno altro – né Krishna, né Mosè, né Budda, né Maometto e nessun altro grande capo spirituale – è riuscito a farlo. Che c'entra qui la pratica? La pratica non è Krishna, non è Mosè, ne Budda, né Gesù, né Maometto.

La pratica e il suo contenuto mentale è solamente il bordone a cui appoggiarsi. Voi non siete invalidi, e sulla montagna dovete salire con le vostre forze. Se avrete un forte desiderio salirete in alto, ma se il vostro desiderio non sarà intenso salirete poco. Non sperate di raggiungere la vetta, abbandonate le speranze e con rassegnazione armatevi di pazienza e camminate. Senza aspettare frutti. Chi cammina supera la strada, mentre voi siete fermi al bivio a brontolate. E questo vi dà soddisfazione, e questa soddisfazione la chiamate spiritualità, ma rimanete fermi al bivio a borbottare per millenni. E nei millenni l'uomo ha nascosto le sue misere necessità dietro grandi paroloni.

Né Krishna, né Mosè, né Budda, né Gesù, né Maometto, presi insieme non avrebbero potuto fermare lo spazio dell'ego. Non sono riusciti neanche a reprimere l'egoismo spicciolo negli uomini. Il Maestro può soltanto indicare dove spunta il brufolo, ma lo dovete schiacciare da soli. Questo serve a voi e non a me; questo non serve né a Krishna, né a Mosè, né a Budda, né a Gesù, né a Maometto: questo è un vostro problema, soltanto vostro, e quanto più in fretta la capirete, tanto meglio sarà per voi. Avete ancora tempo per maturare, il conto alla rovescia per l'ora "Ics" è iniziato da tempo, ma continua ancora.

Quello che immagini di essere, quello emani.

Accettati per quello che sei.

E vai avanti.

Maestro di HORA, aprile 2006, marzo 2009

Due anni dopo hanno fatto la stessa domanda a Pavel, ma nella forma più sofisticata. Lui di nuovo ha indirizzato a me, Maestro.

Irina, 44 anni, direttore di un ufficio finanziario, Almaty.

Lettera- domanda.

“Per quanto, ho la possibilità di frequentare solo training intensivo, vorrei che le lezioni intensive passano nel regime dello sviluppo costante (avvicinamento verso i programmi avanzati della Pratica, almeno per le persone che hanno fatto alcuni intensivi. Noto che questa tendenza si sta verificando negli ultimi mesi, mi piacerebbe approfondire tale processo.”

Risposta del Maestro:

Tutto è semplicemente perfetto. Però prestate attenzione: lei frequenta in modo irregolare per alcuni mesi, ma ha stabilito per se stessa che la pratica è potente perciò vuole approfondire il training.

Però la contraddizione è evidente, si inizia senza una transizione al paragrafo successivo, come se scrivesse un'altra persona. Compare una domanda: con chi di due devo parlare?

La lettera continua, senza la transizione:

“Purtroppo noto in me pochi cambiamenti per il periodo che frequento la pratica. Comprendo che ciò dipende dal regime delle miei lezioni (solo intensivi). Però non vedo cambiamenti significativi nelle persone intimamente famigliari che frequentano con me la pratica, particolarmente nel senso dello sviluppo interiore spirituale, loro non diventano più resistenti allo stress, più equilibrati ecc. Ciò provoca le domande.”

Maestro:

La logica è: non c'è una pratica migliore, il successivo paragrafo è un autentico sbalzo nella riflessione: dal vantaggio pratico (essere in forma) ad una brusca svolta verso lo sviluppo spirituale, dell'equilibrio ecc. Questi obiettivi nella pratica non ci sono. Tali obiettivi possono essere conseguiti dalla persona per se stessa. Comunque, dobbiamo rispondere.

Se qualcuno vi dice che lui riesce a soddisfare tale vostra esigenza, egli è uno sciocco o un ciarlatano. I libri sacri sono stati scritti tanto tempo fa, anch'essi non soddisfano tali esigenze. Però il fatto che rispettano la pratica ed hanno grandi aspettative da essa, io l'ho capito. Dietro la pratica sto io, Maestro. Come conseguenza, io devo fare ciò che non poteva realizzare, dico modestamente, nessuno. Vi ringrazio per tale rispetto.

La lettera continua.

“Cioè, provoca le domande:

- a) la pratica influisce sulla minore quantità di persone già abbastanza sviluppate e preparate fino ad un certo livello, a questo punto possiamo parlare dello sviluppo futuro per le masse (considerando il suo costo abbastanza elevato)?

Maestro:

Secondo i dati dell'OMS più dell'80% della popolazione soffre di dolori alle articolazioni e alla spina dorsale. Sui dati del chirurgo ortopedico Gordon Waddel nel 90% dei casi di dolore alla colonna vertebrale, i dottori non possono fare una diagnosi corretta. Le conseguenze di questo sono chiare. Più dell'90% è effettivamente tutti, il 100%.

Se pensate che non siete in questo 90% vi sbagliate. In base alla vostra età, garantisco che conoscete questi problemi. Però la pratica agisce sulle persone che hanno capito ciò. Voi invece, vi trovate nello stato di tale comprensione, non avete molta scelta, o dovete fare la nostra pratica o diventare un caso dei 90%.....

Cosa bisogna comprendere. Fuori la statistica, garantisco, che non più del 10% delle persone in tutto il pianeta prende cura di se, pratica qualcosa, che probabilmente fanno per tutta la vita. Tutto il resto (“le masse”) aspettano che qualcuno si occupa di *loro*. Usando la lingua antica, loro aspettano il miracolo. I tempi dei miracoli sono passati. Ora sanno tutti che con il singolo miracolo le masse non si curano, e tutti senza eccezione alcuna, si curano dai medici.

Nel business moderno, nella politica moderna, la persona che non ha un aspetto non serve a nessuno, esso è cancellato. **La pratica è indirizzata a quelli che non si aspettano miracoli dalla**

vita, che vivono in modo dinamico, per cui essere in forma è un valore dettato dalla necessità.

Tale tipo di mentalità appartiene ad una piccola percentuale della popolazione. Domanda: come può rivelarsi il discorso della pratica per le masse.

Fine della lettera:

- b) Oppure, per raggiungere risultati visibili nella pratica e capire realmente la sua necessità, ci vogliono molti anni (a proposito, anche questo non è una garanzia) e molti soldi, però il Maestro dice ben altro. La pratica è un metodo di sviluppo abbastanza veloce e efficiente?

Maestro:

Molti anni sono pochi. Di sé bisogna prendere cura tutta la vita. Le prevenzioni delle carenze nella colonna vertebrale e nelle articolazioni si fanno per tutta la vita. Più anziano sei, più intenso deve essere l'impegno.

Essere in forma è una prevenzione costante, e costa pure. Invece **essere malato** ed entrare nella statistica (più dell'80%) vale un **costo smisurato**. Oltre tutto è anche disabilità. Della forma non ne parliamo. Da questo deve essere costituito il prezzo della prevenzione, se nella mente c'è una buona ragione.

Cosa dire ancora di bello della pratica. Attenzione!

E' unica pratica al mondo, dove in qualsiasi esercizio **tutto il sistema locomotore è obbligato istintivamente a ricostruirsi sulle linee di forza**. Tale pratica non esisteva **mai**. Mai significa *mai*, compreso qualsiasi yoga orientale. Qualsiasi significa *qualsiasi*. Per tutto l'Oriente e così via. Si dimostra in modo semplice: loro di canali dello sviluppo evolutivo non hanno neanche l'idea.

Vi farò due esempi della distruzione evolutiva quando dalle linee della forza la vita fuoriesce. Nei tossicodipendenti succede che si bruciano internamente questi canali. Un altro esempio: i cosmonauti, quando gli stessi canali diventano francamente fiacchi. Tali sforzi nella nostra pratica utilizzano tutto il sistema dell'apparato locomotore, accendono la respirazione, nonostante ciò, non c'è iperventilazione e non c'è indebolimento o falso piacere. Prima o poi uno dei cosmonauti o il tossicodipendente, persona ben nota, si convince di ciò e concorderanno. E ora saranno eseguite le pratiche ben pubblicizzate, però molto meno efficienti.

Applicate, allora, tutto ciò su di voi. Bene, non siete né un cosmonauta né un tossicodipendente. Però con voi succede lo stesso che succede loro, solo in una forma meno aggressiva e rigida. Impegnatevi nella prevenzione, fate il lavaggio dei canali evolutivi.

Noi abbiamo anche il problema, che nella pratica tutto è troppo veloce, troppo semplice. La mente non ha il tempo di comprendere ciò che succede e si crea un'illusione "io da solo così". E' la pratica così. Come "sono io da solo" si verifica in modo semplice: non frequentate la sala un paio di mesi e analizzate che succede. Quando siete convinti che veramente la pratica è così, impegnatevi nella prevenzione, amate voi stessi tutta la vita.. Amate voi stessi *come* la vita.

Nella pratica ci sono anche livelli più profondi, dove **l'alta attività corporea è accompagnata dalla quiete progressiva crescente. Analogie non ve ne sono.** Vi ricordo, una persona su sette sta degradando, cioè in ognuno di noi c'è un tale "virus". **La quiete progressiva evolutiva è una medicina contro tale epidemia e un training cosciente di nuovo tipo dell'attività contro la stanchezza.** Non è una pratica del "fisico", è una psicologia evolutiva.

Se avete un desiderio, nella pratica c'è dove si può approfondire. La questione è nell'altro: l'autore della lettera resiste a tale approfondimento. Essere in forma per un businessmen, un politico, una persona pubblica è il programma minimo della pratica. Oltre questo minimo la pratica dà la possibilità di rinforzamento nel programma speciale.

La spiegazione necessaria che riguarda le linee di forza. La pratica, provoca in modo naturale, la procedura respiratoria in quel momento quando il vostro corpo è stato ricostruito sulle linee di forza, che passano lungo le vostre ossa, cioè respirano e non crollano allo stesso tempo. Respirano permanendo nella forza.

Le linee di forza, in un certo senso sono un disegno energetico – un segno della vita. Tale segno si riflette nel vostro corpo e nel vostro cervello. Il corpo è una manifestazione di questo segno. Le linee di forza si trovano nel corpo della realizzazione. In questo modo compare una unica costruzione: il segno del cervello si riflette nel corpo. Questo è molto semplicistico, dovete attaccare questo con il sistema nervoso, e tutta la costruzione si trova al proprio posto.

Più avanti avrete bisogno di sforzo mentale.

Il segno della vita, dello sviluppo, della evoluzione, tutto è chiuso dal vostro disegno energetico personale - dal segno della degradazione. Esso non evolve, non si sviluppa sulle leggi della natura.

Attenzione: il segno della non evoluzione è sostenuto dalla società. Il segno della vita nell'uomo è accompagnato dal segno dell'esaurimento, dell'invecchiamento, dell'indebolimento e dell'estinzione.

Una cosa è importante capire. A differenza dalla società, nella natura non c'è il posto per il rinforzamento del segno della stanchezza sopravvissuta. Tale modo, **nella società umana si esercita e non è il segno della vita, ma il segno dell'invecchiamento, accade la sostituzione di**

un simbolo energetico con un altro. Semplificando: nell'uomo il simbolo dell'attività si sostituisce con il simbolo della stanchezza.

In generale lo stress è una norma. Non è normale quando si trasforma in una depressione o in isteria.

Lo stress è una prova per la immunità, invece la depressione è l'assenza della immunità. E' una dimostrazione elementare della degenerazione della specie.

Le linee di forza sono i canali **evolutivi**. Non sono i canali della degradazione e dell'infermità, dove si trova tutta la gente moderna. **Perciò in qualsiasi, ripeto nelle qualsiasi pratiche che le persone esercitano, permanendo in quelle linee degradanti, dove loro sono già geneticamente realizzati.** In ogni caso sono realizzati fuori qualsiasi selezione, cioè con violazione di tutti le leggi della salute. Perciò stiamo sbriciolando più dell'80 % .

La pratica HORA obbliga una persona a lavorare nei canali propri dello sviluppo e non della degradazione. In più, aggiungete una respirazione naturale, istintiva *nella forza*, ancora gli organi si portano al loro posto nella forza, di più la mimica, contemporaneamente nella quiete, senza ghigno (cioè la vostra parte emotiva si trova nella quiete e la mente svuotata), vedi patente.

Ripeto ancora una volta. E' una pratica unica al mondo, dove in qualsiasi esercizio **tutto il sistema locomotore è obbligato istintivamente a ricostruirsi sulle linee di forza** e così via. Tale pratica non esisteva **mai**. Mai significa *mai*, compreso qualsiasi yoga orientale. Qualsiasi significa *qualsiasi*.

La Pratica non presta attenzione alle diagnosi (corrette o scorrette) perché ha un approccio olistico. E **per non traumatizzarvi**, ricordo che il 90% sono diagnosi sbagliate. Se non prendi cura di te, nessuno ti penserà. Non sperare al miracolo, non sperare a chi sta fermo "al bivio" millenni a brontolate.

Se volete essere in forma, vi dovete impegnare nella pratica. Invece, se volete riflettere sulla spiritualità, credendo che siete in forma, avendo già **realmente perse** le linee di forza dello sviluppo evolutivo e anche la memoria di esse, si tratta di una illusione evidente. Non dico le bugie quando affermo che la pratica è un metodo abbastanza veloce ed efficace dello sviluppo. Sono pronto a dimostrare a qualsiasi livello, in seguito faccio un esempio come si fa.

Si può fare una prova con qualsiasi persona proveniente da qualsiasi tipo di sport, che abbia intelletto corporeo. Quando uno sportivo si trova nelle condizioni di forma "in discesa" e non "in salita": io vi garantisco che bastano solo 3-5 minuti per far tornare in lui la forma dello stato fisico

nel **tono** del picco della forma. Tale tono negli sportivi si può paragonare con la fede, una fede sportiva in se.

Nello stesso tempo, vi garantisco, lui praticamente non si stanca, ma le **forze impegnate** per questo innalzamento del tono e della sicurezza fisica sono effettivamente uguale a zero. Non serve un mese, due mesi o di più. Ripeto deve essere uno sportivo di qualsiasi sport, loro hanno sviluppato un intelletto corporale. Loro vi dicono se ho mentito o no. Dopo di che si può provare a raggiungere un simile risultato sperimentando qualsiasi pratica, yoga, fitness ecc.

Fate leggere tutto ciò a qualsiasi sportivo, lui conferma la mia onestà. Però una persona, come questa signora (fuori dallo sport), senza intelletto corporale dice “....di che cosa si parla, perché io non ho l'intelletto corporale”. Non c'è, perché così si è formato il karma. Nessuno yoga, ne i fitness cambiano ciò.

A tali persone la Pratica dà la possibilità di essere sempre in forma. Fate la prova con lo sportivo. La Pratica si basa sull'istinto della vita, costringe ad essere in forma. Però, se l'intelletto corporeo personale è muto, bisogna accettare questo: l'orecchio per la musica lo hanno poche persone, gli altri, direi delicatamente, sono un pò sordi. Ancora non hanno inventato lo yoga o il fitness che lavora con questa sordità. La logica è semplice, meglio essere in forma che non. La Pratica vi garantisce la forma fisica anche se siete un **po' sordi**.

Cosa dovete considerare. Il vostro “io”, il vostro carattere, anche nell'andatura è irripetibile, è come l'impronta delle dita. È una carta personale, genetica di voi. La vostra carta non si trova sulle linee di forza dello sviluppo evolutivo. Io come Maestro vi garantisco la diagnosi precisa: voi non siete nello sviluppo evolutivo.

La pratica risveglia le linee evolutive di forza e costringe l'uomo ad allenarsi proprio in esse, lì dove scorre l'energia della vita, e non dove essa si esaurisce. Ripeto: risveglia le linee di forza e costringe ad esercitare esse. Tale approccio nella costruzione del corpo, si differenzia radicalmente, da qualsiasi yoga. I nostri obiettivi sono completamente diversi. Dopo la lezione, per un tempo determinato, voi permanete in questi canali risvegliati della forza vitale. La vostra andatura ed il vostro carattere per qualche tempo cambiano. E proprio in questo tempo indeterminato voi rimanete nello sviluppo. Dopo, il vostro io convinto nel suo avanti, “fosse approfondito nella spiritualità e nella moralità”, di nuovo ritorna sulla linea karmica genetica del non sviluppo. Il vostro io prende il sopravvento sul vostro Io.

Pensate solo per un secondo: la pratica si oppone a tutta la linea genetica di qualsiasi persona di qualsiasi razza. Costringe anche per un po' di tempo ad uscire dalla degradazione genetica karmica. Se non c'è la consapevolezza che qui è lo sviluppo, e qui è la degradazione, prima o poi il vostro carattere domina. Molto spesso succede proprio così. La pratica non è la forza contro di voi. **Si tratta di una forza contro l'intera linea genetica, creata da essa verso la direzione karmica della degradazione.** Attualmente siete il suo rappresentante. La pratica e le mie spiegazioni vi aiutano un pò ad aprire gli occhi. Ma a camminare dovete essere da soli, per la mano non vi accompagnerà nessuno. Non si fanno neanche i meeting su questo tema.

Come dovete considerare la pratica e quale mentalità o tipo di pensiero deve essere anche se nel corpo c'è totale sordità. **Io dichiaro, nella pratica, nelle sale interne il benessere. Come si legge questa parola: è leggerezza, vivacità, vigoresità, chiarezza mentale.**

Anche se avete raggiunto pochi risultati nella pratica, cioè nella vivacità, chiarezza mentale e avete la leggerezza, questo risultato lo dovete mantenere costantemente (la profilassi-mantenimento della forma). Se non c'è tale costanza, il risultato si cancella.

In altre parole tutto si raggiunge grazie alla costante ripetizione e al mantenimento del risultato raggiunto, come il musicista ripete con continuità gli stessi esercizi (il mantenimento della forma). Se avete raggiunto il risultato, altri risultati arrivano poco poco alla volta, perciò il risultato più grande è il mantenimento del risultato.

I prezzo del benessere è il denaro, il prezzo del denaro è il tempo, il prezzo de tempo è la vita. Il prezzo della vita è la leggerezza, vivacità, chiarezza mentale. Qualsiasi sportivo capisce molto bene, che senza un mantenimento costante il risultato scompare quasi immediatamente, tutto il resto si accumula poco poco per volta con grande fatica.

Approfondimento del tema

1. Unico principio dell'equilibrio.
2. Unico principio della spiritualità.
3. Unico principio della stabilità psicologica.

Questo è ciò che può unire le persone.

Condizione: deve essere l'unica dimostrazione per tutti, nonostante le nazioni, le razze, le religioni e così via. Fintanto che questi principi, che tutti hanno, però disuniti, esse si guardano uno con

l'altro con timore. Però i principi sono gli stessi, vuol dire che esiste la metafisica di questi principi, una per tutti.

EQUILIBRIO

Andiamo dal semplice al complicato.

Immaginiamo due persone nordiche, che parlano tra loro. Un terzo settentrionale osserva questi due. Nella conversazione essi si trovano in una certa distanza confortevole per loro, adottata nel nord. Nel processo della conversazione cominciano ad avvicinarsi uno all'altro. L'osservatore settentrionale, vedendo tale scena, può affermare che la zona del conforto si stia violando, dopo di che si entra nella zona del conflitto. Se l'osservatore è un meridionale, tutto sarà il contrario. Quando i nordisti si trovano ad una distanza confortevole per loro, lui pensa che loro sono in conflitto. In caso di avvicinamento dei settentrionali in zona conflitto, il meridionale pensa che tra di loro arriva la conciliazione.

Lo stesso modello però con i meridionali. Comunicano due sudisti, ciò succede sulla distanza corta, parlano forte e agitano le mani. Il terzo meridionale osserva loro e pensa che va tutto bene. Dopo loro si allontanano, uno dall'altro e iniziano a parlare ancora più forte e agitano più intensamente le mani. Per loro è una zona fuori pericolo dal conflitto, con la possibilità di conciliazione. Ricordate le scene quotidiane, quando litigano i meridionali, permanendo nella distanza 20 - 30 m uno dall'altro. In questo momento avvicinarsi diventa pericoloso, gravida di conseguenze. In caso di nordisti tutto il contrario. Litigano non sulla distanza, ma da vicino, piano, a denti stretti. Per un meridionale vuol dire uscire fuori dalle regole.

Dividete mentalmente il mondo in nord e sud, ovest ed est. C'è nord, ci sono più nordisti e ci sono proprio nordisti. Stessa cosa con il sud e est, ovest. In altro modo: a livello incosciente tutta la gente è divisa non solo per le nazioni, le razze ecc, ma anche sul principio "su quale distanza si discute pacificamente o in conflitto". Se c'è comprensione in tale questione ed è evidente, parliamo di "equilibrio".

Equilibrio nella mentalità russa significa una persona imperturbabile, non aggressiva, attenta. Nella mentalità occidentale di oggi è una persona distanziata, politicamente corretta, che non viola lo spazio interno. Se cominciamo a spostarci al sud, a tutto quanto sopra elencato dobbiamo dare un colore emotivo. Senza esso vi guardano come una persona fredda, poco attenta, non simpatizzante, non empatica. Parlando chiaro, falsa. In tale modo la comprensione della gente diventa raffinata

problematica. E' una parte esterna della conoscenza, che si può conoscere e accettare come evidente. Esiste anche una parte interna della conoscenza, fondamentale per qualsiasi tipo di equilibrio che si evidenzia come caratteri, culture, tradizioni ecc. Uno e unico principio metafisico dell'equilibrio è la conoscenza esterna.

Prima di continuare il discorso, introduco le nozioni: (1) competenza della conoscenza, (2) conoscenza esterna, (3) conoscenza interna.

1. Competenza. Voi sapete come si chiamano gli oggetti, le cose circostanti, che ci accompagnano nella vita e sapete a cosa servono: l'attizzatoio, l'aspirapolvere, l'aereo, la matematica, le banane, la spiritualità, l'equilibrio, la stabilità psicologica ecc.

2. Conoscenza esterna. Voi sapete e potete realizzare qualsiasi oggetto che utilizziamo nella nostra vita, ossia siete: un metallurgico, un costruttore, un matematico, un agricoltore, un sacerdote, o un insegnante, ecc.

3. Conoscenza interna. Mistico, metafisico, alchimista, psico filosofo - maestro.

Se pronuncia la parola "equilibrio", vuol dire che lo dimostra personalmente con il suo corpo.

Se questo non succede significa che in questi campi è solo una persona competente, e qualsiasi forma di conoscenza esterna è soltanto una competenza più profonda. Un professore di competenza, ne maestro, ne realizzato.

Tale modo come anche nella scienza moderna ci sono due varianti: o esiste una dimostrazione a livello di corpo, oppure no. Altrimenti devi dimostrare che sei realizzato o sei un ciarlatano. Se non sei un ciarlatano, devi dire: sono un uomo della conoscenza esterna, perciò non so come realizzare tale sua conoscenza.

In questo modo voi potete definire per voi stessi tre tipi di conoscenza: competenza, conoscenza esterna e conoscenza interna, così sarà per voi più semplice orientarvi nel caos informativo di questo mondo.

1. Nella energetica della parola "equilibrio" sono incorporati i concetti inerenti ai termini "il livello" e bilanciare. Ricordatevi l'antico meccanismo, per verificare la verticalità della parete durante la costruzione: un peso legato con una corda. Nella persona l'equilibrio significa tramite il filo gravitazionale, legato con il respiro, appeso al suo centro di peso. Se voi sapete fare ciò, significa che tutti i cieli si trovano in orizzontale: quiete e imperturbabilità su tutti i piani. L'uomo si erge su due gambe, questo ci ricorda un'antica bilancia, dove il peso deve essere sempre bilanciato nel senso antico di questa parola. E' la

base per qualsiasi yoga dinamico. Però hanno saputo realizzare questo solo poche unità nella storia. Riflettete su quest'ultima frase.

Allora, nella energetica della parola “equilibrio” è già incorporato il concetto di “bilanciamento”. Nelle Arti Marziali orientali è un fatto abbastanza comune, quindi già milioni di persone sanno che l'equilibrio è uno dei più importanti fattori meditativi in questi sistemi. Senza un equilibrio il sistema non funziona, la strada nelle sfere spirituali è chiusa. La meditazione non è realizzata.

2. I testi HORA. Nel momento del movimento in avanti, indietro e in giro: in qualsiasi momento si fa una fermata, si esercita un grande sforzo per contrastare e la persona deve essere immobile lì dove si è fermata, in qualsiasi svolta del corpo, con qualsiasi posizione delle mani e dei piedi. In generale per un test si considera il bordo superiore: la testa e il palmo della mano. La posizione del corpo deve essere usuale, come durante il cammino normale, senza “accosciarsi”, “puntellarsi”, “aggiustare”. Una volta e in qualsiasi momento.

In questo modo si dimostra che voi gestite il centro del suo peso e permanete nel corpo. In una persona normale il centro di peso vaga in alto e si cade nel movimento del petto in avanti. In alto sono gli occhi non equilibrati, la testa è oscillante, i pensieri saltano e la mano abituata a prendere l'oggetto sposta il centro di peso. Fate un esperimento, prendete qualsiasi oggetto che sta davanti a voi e osservate cosa succede: voi praticamente beccate con il naso in avanti.

Dunque l'equilibrio meditativo negli occhi, nelle mani, nel respiro, nel corpo è garantito che è assente .

Quando sanno controllare il centro di peso in basso, tale persona con la terra diventa un unico, intero, le sue gambe come se crescessero dalla terra. Il movimento delle mani si trova nelle linee di forza, ciò si può sempre testare. Cioè, un tale uomo, in modo dinamico, si differenzia da uno normale, sono due creature diverse. Rispettivamente, chi sa controllare il suo centro di peso in tale modo, la sua attenzione è differente dall'umano con la tenacia della propria attenzione, iniziando dalle piante di piedi (poi mani, occhi, respiro) **fino all'oggetto dell'attenzione e nella mentalità.**

In altre parole l'equilibrio ha realizzazione concreta, nonostante le diverse razze ed ideologie, tale realizzazione è indicatore della conoscenza interiore, è differente dall'esterna.

Casa dovete ricordare. La conoscenza interiore si differenzia dalla conoscenza esterna che è molto concreta, e la conoscenza esterna dalla conoscenza interna si distingue con le congetture

senza fine. Proprio queste irrealizzate supposizioni si presentano come il cammino di sviluppo. Se si sa, tutto è semplice. Se non si conosce, il tutto si trasforma all'infinito.

Aggiunta. L'equilibrio del metodo HORA è lo sviluppo evolutivo meditativo. L'equilibrio secondo i metodi delle Arti Marziali è risvegliare in se l'essenza di Budda. Hanno qualcosa in comune, però gli obiettivi sono completamente diversi. La coscienza evolutiva meditativa come il metodo, è una manifestazione della vita, la sua continuazione. Considerando la degradazione crescente (guarda le statistiche), la scelta, il futuro è uno di questi due percorsi. **Quale futuro scegli, tale futuro ti incontra.**

L'equilibrio realizzato si accompagna a una quiete interna profonda. Qualsiasi agitazione fa ritornare il centro di peso modificato nella vecchia posizione, interrompe sia l'attenzione che la respirazione. L'equilibrio è contemporaneamente una concentrazione dell'attenzione, della respirazione e del peso, è il flusso.

L'uomo con il centro di peso modificato si distingue fisiologicamente dall'uomo comune, loro hanno chiaramente evidenziato un diverso tipo di respirazione e la chimica del cervello. Per un lettore non sofisticato, voglio spiegare con un esempio perché è così importante. Una creatura più vicina all'uomo, un antico umanoide, con la camminata con le gambe mezzo piegate, più alto di una scimmia e più basso dell'uomo. Lui ha il centro del peso diverso, non come nell'uomo. Cioè la capacità di cambiare il centro di peso, porta con sé profondi totali cambiamenti. In un caso tutto succede dalle leggi della natura, dall'umanoide all'uomo, nell'altro caso, voi da soli cominciate a gestire la legge della natura: dall'uomo ad una creatura più sviluppata. In altre parole: dalla conoscenza esterna della natura e degli oggetti, vi portate alla conoscenza interiore della natura e degli oggetti.

Ancora una volta vi ricordo: l'obiettivo di HORA non è l'uscita, ma la continuazione della vita. L'esempio con Oriente è un argomento già conosciuto nel mondo. Loro, certo, non sono esseri senza spirito, da migliaia di anni abbassano lo sguardo interiore nella pancia. Milioni di persone in occidente inconsciamente imitano Budda, e non semplicemente agitano le mani e i piedi. Senza questa imitazione non esiste il cammino meditativo, c'è solo sport. E dalla spiritualità e dalla moralità di Budda non rimane niente. Anche dalla comprensione interiore che significa un equilibrio, non rimane nulla.

Cosa ancora è importante capire. Loro, che hanno emisfero destro più sviluppato, da migliaia di anni hanno creato le pratiche meditative adatte a se stessi, al tipo psico orientale. Loro, da

migliaia di anni non hanno creato le pratiche adatte al psico tipo europeo (emisfero sinistro). Quando si procede con l'imitazione nella vasta scala globale, si crea l'impressione che tutto è corretto. Però non tutti sono sciocchi. Penso che non ci sono gli sciocchi, e un pensiero semplicemente espresso è abbastanza comprensibile. Coloro che hanno l'emisfero destro sviluppato hanno dedicato millenni a se stessi, ne per un tizio, ne per un sir John ecc. Il pensiero è semplice: lo stesso come camminare con la schiena in avanti.

Comunque.

Li dove il Budda è realizzato, li è l'equilibrio.

Li dove l'equilibrio è realizzato, li è il Budda.

LA SPIRITUALITA'

Il prossimo argomento discusso in una lettera, è molto importante per molti, cioè è questione di spiritualità. Anche la spiritualità sembra un singolo concetto, ma tutti comprendono diversamente. C'è diversa comprensione della spiritualità, interpretazioni differenti, si guardano l'uno con l'altro con diffidenza.

Noi consideriamo la spiritualità come tradizione culturale, alla quale nel mondo moderno appartiene l'arte, l'alta attività intellettuale con tutta la sua diversità ecc., *però la fonte diretta di spiritualità tuttora è la religione.*

Rivolgiamoci alla nostra religione, al suo inizio. L'uomo è stato creato a immagine e somiglianza del Dio. Sull'immagine e somiglianza di quello che non ha mai visto e che non conosce. In altre parole, sta cercando di arrivare verso quello che non ha visto e non conosce. Vuol dire che è un ideale a sua *insaputa*, verso il quale intuitivamente tende un uomo a livello inconscio.

L'evoluzione è la ricerca del bilanciamento dell'equilibrio ideale. L'aspetto interiore deve corrispondere in modo ideale all'habitat. Sulla terra, nell'acqua e nell'aria, tutto è organizzato e si realizza secondo questo principio. Tutto è organizzato sul principio della selezione: dal meglio verso il migliore, dal forte verso il più forte.

L'uomo questo principio non lo rispetta più, da molto tempo. I suoi criteri morali sono un pò diversi. Però la natura animale in lui, in ogni caso esiste, perciò se lui trasgredisce la legge naturale del piano animale, in questo piano per lui sarà il degrado.

Nonostante ciò, l'aspirazione a raggiungere l'ideale non è scomparsa. Se lui capisce che nel piano animale (il corpo) si degrada, significa che deve creare una nuova legge dello sviluppo, sul piano animale, piano del corpo. Importante è capire: il corpo è il portatore del vostro cervello, della vostra mente e delle intenzioni sottili. Se il corpo degenera, non è difficile capire che insieme a lui degenera tutto il resto. Non l'ho inventato io, l'uomo è una sintesi dell'inizio animale e divino. In qualche modo l'uomo deve conciliare questi due inizi: **equilibrare** e solo dopo trovandosi in uno stato di equilibrio interiore, conoscenza interiore, l'uomo avrà più probabilità di spostarsi verso l'ideale. **Tale uomo è la realizzazione dell'ideale nel cambiamento costante. Non è importante come cambia il mondo, l'uomo corrisponderà in modo ideale ai cambiamenti nel mondo.**

Parliamo della fonte spirituale della nostra religione, del suo inizio: dalla nascita dell'uomo. Dobbiamo ricordare cosa è scritto dal primo soffio della vita. "E il Signore Iddio formò l'uomo dalla polvere della terra, e gli alitò nelle narici il fiato vitale; e l'uomo divenne un essere vivente" (Genesi 2:7). La logica è tale che il primo soffio è una trasmissione della vita, dall'Anima Universale della Vita all'uomo. A suo modo una iniziazione della vita e dell'anima, una transizione da un habitat ad un altro, da una iniziazione della vita in un'altra.

Il primo respiro vitale è un tipo della respirazione che appartiene a tutti gli uomini sulla Terra, dall'ovest all'est, dal nord al sud. Il meccanismo unico è lo stesso. E' unica respirazione corretta e che si adatta assolutamente per ogni persona sulla terra. È una fonte, alfa, "Re" è la prima componente della parola "religione".

Il primo respiro in una presentazione moderna.

Nell'inspirazione il diaframma si abbassa, all'inizio su di esso preme l'aria, la **gravitazione** automaticamente avvia il meccanismo di respirazione. *O meglio, non è un uomo che in se inspira la vita, ma la gravitazione inspira - spinge la vita. Così l'uomo dal primo suo inspiro diventa anima viva.* Il meccanismo è lo stesso per tutti essere umani.

In questo modo, tramite In-spirazione della vita – tramite la gravitazione – l'uomo con l'anima viva è connesso con il pianeta Terra e con la propria vita sulla terra, in un tutto unico.

A sua volta, il ritmo della vita sulla Terra, attraverso il cordone ombelicale, gravitazionale invisibile, collegato con il Sole, esattamente come il bambino nel grembo della madre è legato con lei in un unico vitale.

La storia dello sviluppo del pensiero. Il sentiero della memoria.

Dall'inizio, dall'uomo smemorato nato da Dio, fino al giorno d'oggi.

Come l'uomo – corpo – è diventato l'anima viva.

1. Tramite lo spirito è successa la **concezione immacolata dell'anima** nel corpo umano.
2. Tramite l'inspiro è successo il **risveglio della vita** nel corpo umano.
3. La pressione **atmosferica costante costringe a vivere** il corpo dell'uomo.

In totale, la vita inizia dal primo respiro.

L'evoluzione cosciente è una pratica consapevole, essa è impossibile, se non c'è una minima comprensione dell'**Unico Universale Respiro della Vita**.

E' uguale come continuare a rimanere nell'ignoranza, in che modo, comunque, il Creatore della Vita, ha ispirato la Vita, anche in Adamo. Il principio è lo stesso per tutti, per Adamo e per gli altri: **la spinta costante gravitazionale della vita**.

Questo principio non lo sapeva anche il primo uomo Adamo. Come lui non lo sapeva, così non lo sanno tutti gli altri. Forse, se avesse saputo questo principio della Vita, il principio dell'anima viva, si sarebbe risvegliato in esso, cioè avrebbe saputo la conoscenza **interiore**, ed essere tutt'unico con essa, e avrebbe saputo anche come praticare l'evoluzione cosciente. Se il Primo uomo, trovandosi con la Fonte della Vita, non lo sapeva, per tutti gli altri è ancora più difficile.

Un posto difficile e semplice per la comprensione: quando in Adamo hanno ispirato la vita, lui era nello stato *inconscio*. Proprio questo *inconscio* è rimasto nella condizione *dell'incoscienza* fino al giorno d'oggi tra la gente. In questo argomento, noi ancora oggi abbiamo continuità dell'ignoranza completa.

L'evoluzione cosciente è uscire dall'inconscio, da uno stato che non evolve più, e diventare un partecipante cosciente dell'Evoluzione e Vita.

L'uomo ed il suo *istintivo respiro della vita*, sete di vita istintiva, dalla nascita e fino all'uscita, sono inseparabili dallo sviluppo Universale. Tale è la correlazione viva tra *l'uomo e la Vita Universale*.

Tale non dichiarata, ma reale armonia dell'unità dell'Uomo, della Terra e dell'Universo. Ma tutto il vivente che cade fuori da questa connessione, si estingue.

Concludendo.

Per un uomo la via della evoluzione incosciente, nella quale si trova tutto il mondo, è chiusa per sempre dai tempi di Adamo, dal nord al sud e dall'est all'ovest.

Per l'uomo rimane l'unica e non artificiale strada della sviluppo, essa è evoluzione cosciente. Concludere la strada del cacciato dal Paradiso e ritornare se stesso, coscientemente in Paradiso, **fare un passo cosciente successivo, evolutivo nell'unità con la Natura del Vivo.**

In questo modo sarà naturale e spirituale contemporaneamente.

Se improvvisamente sono comparsi i dubbi, che correlazione ha il respiro e la spiritualità, dovete ricordare una semplice cosa.

Tutte le religioni hanno il suo inizio non da questo mondo, ma dall'aldilà. Quale uomo non la conosce. Da dove siete venuti, li tornate, il primo inspiro che l'ultimo sono in se stessi, come alfa così è omega. **La religione prende suo inizio “non da questo mondo”. Le chiavi dalle porte si trovano nel vostro primo respiro.** Fin quando voi siete nella respirazione (spiritualmente) avanti, fin tanto la vostra anima con il cordone ombelicale della vita collega due mondi in un intero.

L'EQUILIBRIO PSICOLOGICO.

Se chiediamo a qualsiasi persona come lui capisce la frase “la stabilità psicologica”, lui dice più o meno questo: è una persona non aggressiva con un comportamento positivo. Così dice una persona competente.

Se indirizziamo la stessa domanda ad un professionista, una persona della conoscenza esterna, lui sicuramente si chiede di quale stabilità psichica e di chi si tratta? Stabilità per chi: per un subacqueo, un astronauta, uno delle forze speciali, una casalinga, un politico, un businessmen? Tale elenco è infinito. A livello domestico tutti sanno che significa la stabilità psicologica. Gli psicologi e gli psicoanalisti esperti professionalmente, diventano sempre più numerosi. Comunque il consumo dei farmaci anti-stress, antidepressivi aumenta sempre e non c'è una risposta per tutta la grande varietà. Sulla parola “stress” non c'è neanche una risposta.

Prima di questo noi abbiamo parlato che nessun yoga, nessuna religione, nessuna scuola di psicologia hanno saputo dare la risposta alla domanda: che cosa è l'equilibrio, cos'è la spiritualità. Le risposte che ho dato io sono le risposte per qualsiasi razza, qualsiasi nazione,

qualsiasi mentalità. Ho chiarito due concetti complicati tramite la conoscenza interiore, sul concetto dell'equilibrio psicologico vi faccio un esempio.

Due persone hanno fatto con me il programma personale: la donna medico e un uomo businessmen. Ognuno di loro ha ricevuto il training personale, **praticamente senza molti sforzi immediatamente entrare nella quiete meditativa, che si può allenare praticamente in qualsiasi sfera sociale della vita.** Spiego.

La peculiarità dello stress è la preoccupazione. La depressione è una preoccupazione che diventata costante. E' la stessa cosa che la meditazione, solo con il segno "-". Complessivamente, in un ambiente aggressivo già esiste una variante della meditazione distruttiva: è lo stress che si sviluppa in depressione. Io ho offerto la mia variante: è la quiete meditativa, cioè la quiete crescente in modo progressivo in crescita progressiva. E non importante qual è il tuo sesso, la tua nazionalità, di che razza sei; non è importante chi sei e di cosa ti occupi: un subacqueo, un astronauta, uno delle forze speciali, una casalinga, un politico, un businessmen: l'elenco è infinito. Concordate, **la risposta è una. Sulla parola stress la risposta è una - la quiete progressiva.**

Ho dato una risposta a ciascuna dei tre più importanti concetti umani.

Ognuno di esso per un uomo è vitale come il primo respiro.

- 1. L'unico principio dell'equilibrio è uno per tutti.**
- 2. L'unico principio della spiritualità è uno per tutti.**
- 3. L'unico principio dell'equilibrio psicologico è uno per tutti.**

Questo è ciò che unisce le persone a prescindere dalla nazione, da nord a sud e da ovest a est.

Maestro HORA, settembre 2008, marzo 2009.

P.S. Chi pratica HORA lo sa di sicuro che dopo ogni esercizio arriva una quiete profonda. Se voi avete capito dopo le mie parole, che nelle mani avete un diamante, dopo di che il prossimo passo sarà aumentare la quiete. Così il diamante non scivola dalle mani.

Per non far succedere questo, fate la profilassi (mantenete se stessi in forma) e non date a nessuno la possibilità di sviarvi dal giusto cammino da chi usa parole globali tipo "spiritualità,

equilibrio, equilibrio psicologico” e non hanno dimostrato in nessun modo che capiscono qualcosa.

Se esercitate la quiete, e qualcuno anche se una grande autorità di questo mondo, prova a sviarvi dal giusto, bisogna avere la forza per proteggere se stesso. Altrimenti la vostra energia della quiete, importante per la vita propria, la scambiate con parole vuote non confermate da niente.

Maestro HORA