



RETIRO DE 21 DÍAS

INSTRUCCIONES PARA EL PROCESO DE LUZ 2020

Durante las tres semanas que dura el proceso, debes dejar de lado todo lo mundano. No podrás usar teléfonos, computadoras u otros elementos de comunicación con el exterior. Tampoco deberás hacer actividades psico-físicas: ni yoga, ni taichí, ni gimnasia, ni meditaciones, ni técnicas de respiración. Después podrás volver a ellas, si todavía lo deseas o lo consideras indicado. Incluso no debes realizar ninguna tarea material; todo te será suministrado y facilitado por quienes asisten el proceso. Durante los veintiún días no has de seguir ningún horario determinado. Este es tu tiempo de libertad, tu tiempo de entrega.

Sólo con una entrega absoluta podrás experimentar toda la bendición del proceso. Durante esas tres semanas no debes preocuparte por nada ni nadie; sólo tú eres importante. Ocupate de dejar solucionadas tus cuestiones domésticas o laborales. Lo único que se exige de ti es que abandones todo durante estas tres semanas. Entrégate al espíritu superior. Éste es un viaje y, para la mayoría de la personas, un reto que requiere confianza plena. A lo largo de este tiempo, debes recordar una y otra vez que es necesario confiar y entregarse completamente para poder realizar este enorme paso evolutivo. Entrega y confianza son las condiciones esenciales para lograr la maestría de ti mismo.

Aconsejamos que realices un periodo de desintoxicación física antes de iniciar el proceso. Serían ideales unos meses de Proceso Depurativo y las consiguientes limpiezas hepáticas profundas mensuales. Durante las semanas previas al proceso no deberías consumir proteína animal, alcohol, drogas ni tabaco. Antes de ingresar al proceso, deberás mantenerte una semana a solo vegetales crudos licuados. Y el día previo al comienzo del proceso recibirás un lavaje de colon, con el objetivo de despejar las toxinas intestinales removidas con los licuados.

A lo largo de las tres semanas del proceso, el cuerpo mostrará signos de purificación que no deben asustarte en absoluto. La madre naturaleza sabe más que nadie y te guía a través de cualquier crisis, porque es el verdadero médico de Dios. Algunas de estas crisis depurativas pueden ser: insomnio, dolores de cabeza, náuseas, irritabilidad, dolores musculares y/o articulares, lengua saburrosa, mal aliento, sensación de debilidad, intranquilidad. Todas estas dificultades se evitan o minimizan si previamente realizas el Proceso Depurativo.

Los primeros días del Proceso de Luz son generalmente los más difíciles y, si aparecen signos de malestar, no suelen durar mucho tiempo. Los dolores desaparecen al cabo de unas horas; por tanto es cuestión de mantener la calma. El malestar es una consecuencia de las toxinas que se eliminan y que pueden irritar tejidos y nervios. La zona del cuerpo que tiene la carga tóxica determina el tipo de posible crisis de desintoxicación. No debes asustarte, ya que se trata de los signos habituales de una purificación corporal. Las mujeres deben saber que normalmente la menstruación es regular durante el proceso; sin embargo, pueden manifestarse irregularidades. La naturaleza únicamente elimina las toxinas que puede, sin sobrecargar los órganos. Estás protegido; la naturaleza no hace más que una limpieza a fondo de tu interior. Con seguridad, este cuerpo purificado te proporcionará mucho placer, una sensación de ligereza, amor, belleza, claridad mental y de unión con el Yo Superior o Dios.

Lo que necesitas para pasar las tres semanas te será suministrado en el Espacio de Luz: Una habitación individual, tranquila, con una cama y una silla cómoda, mucha luz, aire fresco, un patio para tomar aire y sol, hamacas paraguayas o reposeras para descansar al aire libre, ropa de cama abrigada, esponja, jabón, una cuchara sopera para el raspado cotidiano de la lengua, agua caliente para duchas y un taburete plástico por si te sientes débil al momento de ducharte. Tú solo debes traer ropa cómoda (tipo buzos de algodón) en sintonía con el clima serrano (días calientes, noches frescas). Ten en cuenta que tu termostato corporal puede reaccionar de manera muy diferente de lo normal. También debes traer toallón de baño, cepillo de dientes y una libreta de notas (o diario) para apuntar tus experiencias personales.

Si sigues las instrucciones, el proceso se convertirá en una etapa fluida y ligera. El motivo de estas recomendaciones es para que transites el proceso con la máxima consciencia y puedas ir más allá de tu ego mental. Debes confiar plenamente, sin dejarte guiar por la fuerza de la razón. Así empezarás a descubrir a tu maestro interior y dejarás de ser el esclavo de un espíritu condicionado por la razón. Cuanto más te entregues a lo que es (simplemente dejarte ir), antes podrá revelarse tu verdadero ser. Cada batalla sencillamente será una lucha contra ti mismo. La oruga no pregunta ni lucha por su antigua forma, simplemente se convierte en una bella mariposa. Ahí no hay dolor ni resistencia, es una transformación natural.

RECOMENDACIONES PREVIAS

Estas sugerencias se realizan con el objetivo de crear un ambiente favorable con vistas al proceso que realizarás en nuestro Espacio. El hecho de poder llevar a cabo estas recomendaciones, en la medida de tus posibilidades, redundará en un doble beneficio. Disfrutarás mejor tu proceso, evitando las incomodidades de las crisis depurativas que se ponen en marcha al abordar el Proceso de Luz y a su vez obtendrás mayor eficiencia.

Regularizar la eliminación intestinal diaria. Si es necesario, usar mezcla purgante (medio litro de decocción al acostarse), sulfato de magnesio (cucharada sopera en vaso de agua, por la noche al acostarse) o licuado de hoja completa de aloe (licuar con agua, colar y tomar, al acostarse).

Aliviar y descongestionar los riñones. Tomar diariamente un litro de infusiones renales (cola de caballo, diente de león, ortiga, yerba meona, barba de choclo). Cada día tomar una infusión diferente (rotar), que puede usarse como agua para mate o beberse simplemente como infusión.

Limpiar la sangre. Tomar el Tónico Herbario, preparado herbario que se consigue en paquetes de 50 gramos, a través de Prama y sus corresponsales que figuran en nuestra web. Compre un paquete, hacer la doble decocción con dos litros de agua, filtrar y conservar en heladera. Toma 4 cucharadas soperas por la noche al acostarte y otras 4 cucharadas soperas al levantarte.

Hacer reposo digestivo semanal. Un día a la semana solo con frutas, frescas, de la estación, sin límites, no mezclar dos frutas distintas en una misma ingesta, o sea, ese día no hacer "ensalada de frutas": una fruta en cada ingesta.

Privilegiar alimentos más fisiológicos. Priorizar el uso de frutas, hortalizas y semillas. Todo lo más crudo posible. Las semillas "activadas", o sea remojadas durante la noche en agua (descartar el agua antes de consumir). Usar licuados o jugos hechos por ti mismo. Durante los tres días previos al ingreso, trata de alimentarte exclusivamente con frutas (y hortalizas), que tú mismo licues o conviertas en jugo.

Evitar comidas congestivas. En la medida de las posibilidades, ir limitando el uso de lácteos, panificados en general y proteína animal. Evitar gaseosas de todo tipo, helados, fritos y cocciones a más de 100 grados de temperatura (ebullición del agua).

Desayunar con licuados. Trata de habituarte a desayunar un licuado de frutas con semillas de lino. La noche anterior moler un par de cucharadas de semillas de lino con un molinillo de café, generando una especie de harina. Remojar esa harina en un cuenco durante la noche, cubriéndola con abundante agua. Por la mañana echar el contenido del cuenco (masa gelatinosa) en la licuadora y licuar con fruta de estación. Si toma mate, té o café, que sean amargos (sin edulcorantes) y sin harinas de acompañamiento.

PERTENENCIAS A TRAER

Necesitarás ropa cómoda, mejor de fibras naturales (tipo buzos de algodón), en sintonía con el clima serrano (días calientes, noches frescas). Es útil disponer de toallas personales (toalla, toallón de baño), abrigo, sombrero y anteojos para el sol, calzado cómodo para caminatas, ojotas, linterna, reloj despertador, cepillo de dientes y libreta de notas (o diario) para apuntar tus experiencias personales.

También debes enviar completada la ficha con tus datos personales, a fin de poder evaluar y confirmar la reserva.

ASPECTOS ORGANIZATIVOS

Fecha de ingreso: sábado 11 de abril de 2020. Ese día de ingreso tendrás una entrevista médica de admisión, realizarás una sesión de lavaje intestinal, estableceremos las reglas de convivencia para el proceso y compartiremos los últimos alimentos. El Proceso de Luz iniciará esa media noche y se desarrollará en los 21 días sucesivos (finaliza el domingo 3 de mayo). Se recomienda no venir en automóvil, preferir el colectivo, ya que al salir del Proceso no es aconsejable manejar muchas horas.

Valor total del PROCESO DE LUZ DE 21 DIAS 2020:

Hasta Mayo 2020 inclusive:

\$ 31.900 (Residentes en Argentina), u\$s 700 (Centro y Sudamérica) y u\$s 900 (Resto Norteamérica que incluye a Méjico y Europa).

A partir de Septiembre 2020:

\$ 44.900 (Residentes en Argentina), u\$s 890 (Centro y Sudamérica) y u\$s 1090 (Resto Norteamérica que incluye a Méjico y Europa).

Esto incluye el alojamiento en habitación individual, tranquila, con una cama (habrá cambio de ropa de cama semanalmente), un pupitre y una silla cómoda, mucha luz, aire fresco, un patio para tomar aire y sol, hamacas paraguayas o reposeras para descansar al aire libre, Pileta para refrescarse, ropa de cama abrigada, jabón (para piel y cabello), una cuchara sopera para el raspado cotidiano de la lengua, agua caliente para duchas y un taburete plástico por si te sientes débil al momento de ducharte, jugos y asistencia emocional.

Forma de pago: Dado que son sólo 12 lugares disponibles, se solicita una seña del 30% para confirmar la reserva. La seña puede realizarse por depósito o transferencia en nuestra cuenta bancaria. El saldo restante se puede abonar al llegar al Espacio de Luz. La reserva queda confirmada con la recepción de la ficha de datos y la transferencia de la seña.