

SMERNICE ZA 21-DNEVNI PROCES Šarmejn Harli

Šarmejn Harli je pripremila sledeće smernice kao odgovor na "uvek ista pitanja" dok je tokom perioda od oko jedne godine od ranog jutra pa do usred noći pomagala mnogim ljudima u njihovom procesu preobražaja ka ishrani pranom. Zapamtite da su to samo smernice i da jedini glas koji treba da slušate je glas BOŽANSKOG JEDNOG unutar. Ako ne verujete potpuno svome unutrašnjem glasu intuicije i znanja, svome 6. i 7. čulu, onda NE pokušavajte da uradite sledeću inicijaciju. Tek kada imate punu veru možete to da uradite. - Džezmahin

Šarmejn počinje.

Ako razmišljate da se podvrgnete 21-dnevnom procesu, biće vam potrebno da pročitate ove smernice pažljivo i u celini.

Smernice: Deo 1

Tronedeljni proces je samo jedan od koraka koji ćete preduzeti na vašem putovanju "kući". Ipak, to može biti najvažnije vreme u vašem životu i pod tim mislim na sve vaše

živote na ovoj planeti.

Ovo što razmatrate je hrabar korak i mi to poštujemo, kao i vaš duh i Bog. Možete napraviti značajnu razliku na ovoj planeti, sledeći svoje srce i priznavajući Boga kao svoj jedini i pravi izvor ljubavi, *svetlosti* i hrane. Možete postići samomajstorstvo u ovom životu i ići iza rođenja/smrti, ciklusa uzroka i posledice. Ovo je jedan korak koji će vam pomoći.

Nakon 21. dana više vam neće biti potrebna hrana da bi vas održavala ili da bi obezbeđivala vaše energetske potrebe. Vašu hranu i energiju će obezbediti *svetlost* ili Bog. Vi ćete imati skok vere i zato vam odajem priznanje zbog iskoračenja izvan iluzije.

Dok čitate ove smernice, primetićete da se ja pozivam na Boga ili višu moć. U cilju odlaska "izvan" kao i samomajstorstva, potrebno je da verujete u nešto. Mi nismo privrženi bilo kakvim posebnim terminima - ja koristim reč Bog zato što mi to prija. Koja god vama odgovarala, dobro je za vas. Svi smo, ipak, jedna svest tako da u pravom smislu nema odvojenosti. Reči su nespretne - one mogu ograničavati i izgledati kao da obeležavaju stvari i stavljaju naša verovanja u "kutije". U cilju objašnjavanja, ja ću koristiti reč "Bog".

Ljudi su otkrili da je obezbeđivanje mogućih objašnjenja za delove ovog procesa imalo velike koristi - naročito kod premošćavanja sistema verovanja i izgrađivanja poverenja.

U ovim smernicama smo pisali o nekim mogućim pričama ili istinama u italik stilu, ali to ne znači da za vas neka druga objašnjenja ne bi mogla biti podesnija.

Iskustvo ovog 21-dnevnog procesa je zaista paradigma pomeranja iz stare stvarnosti u potpuno novi sistem verovanja. Mi zaista idemo izvan stvarnosti koja nam je poznata - u nepoznato.

Originalne poruke za ovaj proces su kanalisane preko

uzvišenih majstora i to je proces koji vodi do uspenja. Napomenuću nekoliko: Sananda, Sen Žermen, arhandeo Mihail, Serapis Bei, Kutumi, Ledi Meri, Aštar Komand i Hilarion. Veruje se da su ovi *majstori* ovde u ovo vreme da bi ponudili svoju ljubav, podršku i *svetlost* i da bi pomogli pri moćnoj transformaciji koja se odvija na Zemlji. Oni spremno nude pomoć i informacije onima koji su otvoreni njihovim energijama. Planeta Zemlja se sada uspinje do pete dimenzije i bilo koje biće na Zemlji koje želi uspenje u ovo vreme ima ponudenu ljubav i vodstvo da to uradi. Smatra se da su ovi *majstori* i vaš *duh/više JA/JA JESAM Prisustvo* sa vama konstantno dok ste u 21-dnevnom procesu i samo je potrebno da zatražite pomoć. Neki osećaju njihovu energiju, neki ih vide, a neki nisu ničega svesni. Bez obzira na to proces se odvija bezbedno.

Sunčeva svetlost za ručak

Knjiga koju sam nedavno pročitala govori o ishrani pranom i kako sam videla, 21-dnevni proces je korak napred ka stanju ishrane pranom i besmrtnosti, ako je to vaš izbor. Ja sam citirala deo knjige da biste ga pročitali, samo da bih vam dala ideju istinskog potencijala vašeg bića.

"Hranjenje pranom je bilo najsavršenije stanje ljudskog bića. On i ona su živeli od sunčanog isijavanja. Mase zavisne od hrane i lekova, kroz uobičajenu proždrljivost, zatvorile su ulaz za duh. Kada stomak radi vitalna sila je centralizovana u digestivnim organima umesto u 5 sinusnih duplji u glavi. Neki su istražili kosmičke istine života i počeli da ih praktikuju. "O, kako su uska vrata i koliko je težak put koji vodi životu i samo je mali broj onih koji ga nađu" (Mat. 7:14)

Svaki životni proces je reverzibilan. Može biti potrebno nekoliko nedelja ili godina da bi se napravila tranzicija

natrag ka najpogodnijoj ishrani za ljudska bića - ishrani "rajskim voćem". Oni koji imaju "metuzalemovsku" dušu i telo koje je u formi da bi se popeli na vrhove, mogu čak i da nadmaše ove vrhove da bi stigli do ishrane pranom. Profesor Hilton Hotema je razmatrao temu *Viša svest čoveka*. Pluća, a ne stomak su životni organ. Linija života je kičmena moždina, a ne probavni kanal. Najvitalnija funkcija je disanje. "Ako bi ljudska bića konzumirala samo isijavanje i to uz pomoć svojih respiratornih organa kao što su to i radili u ranom *Zlatnom dobu* kada su živeli i po hiljadu godina prema tradiciji... bolest bi bila nepoznata."

"Kada su ljudi živeli od sunčeve svetlosti i vazduha, primali su tačno onoliko energije koliko im je telo zahtevalo. Pluća i koža su prikupljali neophodnu energiju i eliminisali otpatke. Kada pokušate da izbalansirate unos hrane, vi ste skloni da unesete previše jednog nutrimenta a nedovoljno drugog. U zavisnosti od klime u kojoj ljudi žive, u cilju kompenzacije intenziteta sunčeve svetlosti, pigment kože postaje tamniji ili svetliji da bi osigurao da ispravna količina i kvalitet svetlosnih zraka uđe u ćelije tela. Pigment se ponaša kao filter koji redukuje intenzitet i kvalitet svetlosnog spektra koji prolazi kroz kožu." (Iz "Opstanak u 21. veku" Viktorasa Kulvinskasa.)

I, evo jednog drugog interesantnog štiva o moći Boga.

"Nikada nemojte verovati da živite od moći hrane a ne od moći Boga! On, koji je stvorio svaki oblik hrane, On koji je dao apetit, će se neizbežno pobrinuti da Njegovi obožavaoci budu održavani. Nemojte zamišljati da vas hleb održava, niti da vas novac ili ljudi podržavaju. Da li bi oni mogli pomoći ako Gospod uzme vaš životni dah? Oni su, takođe, njegovi instrumenti. Da li zbog neke vaše veštine vaš stomak

vari hranu?" (Iz "Autobiografije jednog jogija" Paramahansa Joganande.)

I...

"18. septembra 1962, Tereza Njuman je umrla u Konnersreuth-u, malom selu u severnoj Bavarskoj, gde je i rođena i gde je provela čitav život. Resl, kako ju je zvala porodica i prijatelji, je imala 64 godine i nosila je stigme 36 godina. Pre nego što ih je dobila, bila je čudotvorno izlečena od slepila i paralize nogu. Od momenta kada je Tereza primila na svojim rukama, stopalima i srcu rane razapetog Hrista, nije morala ni da jede ni da pije: istragom koju je naredila crkva i koju su potvrdili lekari ustanovljena je stvarnost ovog apsolutno jedinstvenog stanja stvari. Kada bi je ljudi pitali od čega živi, Tereza bi odgovarala u svoj svojoj jednostavnosti "Od Gospoda", tj. od posvećene hostije koju je primala svakoga dana." (Iz knjige "Tereza Njuman" Paole Đoveti.)

I...

Ilustrujući da postoji viša moć izvan našeg razmišljanja, kakvog ga poznajemo, Dipak Čopra kaže:

"Naše ljudsko telo je polje bezgranične moći organizacije. Postoji 6 triliona reakcija koje se javljaju u telu svake sekunde i svaka od njih je povezana sa svim drugim reakcijama. Svaki biohemijski događaj "zna" koji se drugi biohemijski događaj dešava u telu. Ljudsko telo može da misli, svira klavir, peva pesmu, vari hranu, eliminiše toksine, ubija klice, posmatra kretanje zvezda, pravi bebu, sve to u isto vreme i da drži sve ove aktivnosti u korelaciji sa svim drugim aktivnostima." (Iz "Stvaranje bogatstva" Dipaka Čopre.)

Meni izgleda arogantno da smatramo da sve možemo uraditi sami, bez pomoći beskonačnog izvora. Postoji divan

nacrt, Stvoritelj koji voli i koji će podržati svakog od nas ako mu to dozvolimo.

I ovo, iz knjige "Bog JA JESAM" Petera O Erbea.

"Naša tela npr. imaju sposobnost da transformišu tj. vezuju fotone zvezdane ili sunčeve svetlosti, u "hranu" koja je potrebna telu. To je proces sličan fotosintezi. Ova sposobnost će "izroniti" na kolektivni nivo kada čovečanstvo uđe u supersvest. Možda je već razvijen u stanju *istinite percepcije*. Ovo "razvijanje" nije svesni proces. Ono se javlja na nivou suštine duše, predstavljajući sposobnost da se hrani unutrašnje sagorevanje u fizičkom telu direktno iz "elektruma" etera, bez zaobilaznice preko hrane od ugljenika. Ovo stanje će prirodno izroniti na površinu. To dolazi u onoj meri koliko je i naše buđenje. Proces ide dalje: u stanju supersvesti mi ćemo prestati sa crpljenjem energije (iz fosilnih goriva, minerala itd.) iz Zemlje, već ćemo transformisati *svetlost* direktno u oblike koji predstavljaju naše dnevne potrebe."

Gde počinjete?

- Morate da ustanovite datum početka procesa.
- Pričajte sa nekim ko se podvrgao 21-dnevnom procesu, postavite gomilu pitanja i budite sigurni da znate sve što treba da znate o svojim strahovima, nadama i radostima.
- Pročitajte upitnik za samoproveravanje i budite iskreni i poštteni u svojim odgovorima. Ovaj proces ne predstavlja beg od sveta ili aspekta vašeg života koji ne funkcionišu onako kako biste želeli. Ako mislite da je to njegova suština bićete jako frustrirani kada naknadno otkrijete da je vaš teret još uvek tu i da vas čeka. U stvari on je tu, direktno vam "bije u lice". Sa uvidima i objektivnošću

koje osoba ovim procesom dobija, ipak, izgleda da je mnogo lakše i čistije posmatranje i oslobađanje od ovih problema.

- Preduzimanje ovog procesa zbog poboljšanja zdravlja ili dobijanja savršene težine nije preporučljivo. Ovo može biti propratna pojava na putu ka majstorstvu; ipak, vezanosti za njih, kao i sve vezanosti uopšte, treba da se napuste.
- Mi ne postavljamo bilo kakve medicinske tvrdnje bilo koje prirode i ne preuzimamo odgovornost i ne dajemo savet za bilo koje zdravstveno stanje, ili pak lečenje.
- Nakon ovoga, molimo vas, zasigurno potražite unutrašnje vodstvo po pitanju vaše spremnosti i obavezivanja ovom 21-dnevnom procesu.

Džezmahinina beleška: Ovo je proces samo za one koji nakon čitanja knjige oseće da njihova srca odišu velikom radošću! Jer, radost je glas *BOŽANSKOG UNUTRAŠNJEG JEDNOG* i kada smo u poravnanju sa našim istinskim planom sa nama se komunicira putem emocije radosti.

Upitnik - Šarmejn Harli

Kada ljudi prvo čuju za proces, reakcije su različite! Za one koji rezoniraju u skladu sa njim, koji u svom srcu znaju da je to za njih, to je veličanstveno. Ipak - nije bitno koliko je uzbuđenja upleteno - na kraju krajeva, um mora biti takode pobeđen. Ovaj izazov može biti obeshrabrujući i zbu-njujući, tako da prva stvar koju ćemo ovde reći je to da iako će vas ovaj proces vratiti kući, Bogu, izvan svega što znate - postoji nekoliko prepreka koje treba preskočiti ili nekoliko

mostova koje treba preći, kao i smetnje koje su stvorene umom koje poriču vašu autentičnost i veličanstvenost.

Vidite! Ako biste zaista znali čuda svega onoga što ste vi, vaš pravi potencijal, ovaj proces vam onda ne bi bio potreban, mogli biste samo da se spakujete i da odmah odete kući! Ipak naša današnja priroda predstavlja borbu i bol, a ne mir i protok, tako da nam je potrebno da stvorimo proces koji nam omogućava da STANEMO i da krenemo unutar sebe. To je proces iz uma koji će nas osloboditi uma. To je ono što ćete verovatno gledati da uradite, tako da je svrha ovog upitnika da vam omogući da shvatite da li je ovaj 21-dnevni proces za vas, u ovom trenutku.

Zato što se proces sastoji od predaje ega i svih vaših verovanja veoma je važno da kod donošenja odluke pogledate ova pitanja "pravo u lice". Ako ne možete da kažete "da" na postavljena pitanja, onda se zapitajte zašto želite da se podvrgnete ovom procesu. Morate iskreno biti sposobni da kažete "da" svim pitanjima.

Upitnik za samoproveravanje:

1. Da li ste spremni da se desi bilo šta?
2. Da li ste spremni da se predate Božjem načinu (putu)?
3. Da li ste spremni da iskreno sledite set pravila za 21 dan?
4. Da li ste voljni da svoj život ostavite po strani 21 dan?
5. Da li ste sposobni da se odreknete privrženosti za stvari u "vašem svetu" ako se to od vas zatraži? To može da bude vaša porodica, vaši odnosi, deca, vaš dom, kola, karijera, novac, životni stil, stvari koje posedujete? To može biti samo za 21

dan i/ili i nakon toga?

6. Da li shvatate da privrženosti koje imate prema ljudima, verovanjima ili stvarima mogu da vam onemoguće da postignete samomajstorstvo i da shvatite vaš pravi potencijal i veličinu?
7. Da li ste svesni razlike između odricanja od ljudi i stvari i onoga što je odricanje od vaše privrženosti ljudima i stvarima?
8. Da li u potpunosti shvatate koliko um može biti moćan i to da on stvara ono što vi nazivate svojom stvarnošću 100 % vremena, i da će to biti uključeno i u vreme koje provedete u 21-dnevnom procesu?
9. Da li ste znali da to znači da šta god da se dogodi u procesu, to je stvorio vaš um i to je deo procesa koji ste stvorili da biste mu se predali - zarad oslobađanja i lečenja?
10. Kao primer, recimo da nakon jedanaestog dana od početka procesa još niste praznili svoja creva. Recimo da ste stvorili bol u tom delu i počinjete da se plašite da imate začepljenje u crevima. Da li ste svesni da iako je to stvorio vaš um - on vam može reći da bi to moglo biti zaista i stvarno. Možete se uplašiti još više i ako podlegnete ovoj drami straha tada ćete reći "ne" čudu i veličini vašeg bića i sposobnosti samozlečenja Božjom energijom. Baš zato što je to stvorio vaš um, to možete izlečiti jednostavno uz pomoć svog verovanja, ulaska unutra i traženja pomoći. Ovaj proces je stvorio um i može vas osloboditi uma. Da li to shvatate? Naravno, ne postoji razlog zašto bi se ovo desilo tokom procesa (naročito ako izaberete da imate nekoliko ispiranja debelog creva pre procesa - Džezmahin).

11. Da li razumete da će 21-dnevni proces promeniti vaš život od onog momenta kada ste za njega čuli i da možda nikada više nećete biti isti?

12. Da li znate da se ne morate podvrgnuti ovom procesu? Izazovi koje on može doneti su samo vaši, tako da je veoma važno da razumete šta je to čemu se posvećujete. Da li ste razgovarali sa nekim ko se podvrgao 21-dnevnom procesu? Da li se osećate apsolutno pozitivno u smislu da znate od čega se on sastoji i šta je to što birate?

13. Da li ste 100 % sigurni da ste ovaj proces izabrali zbog sebe, a ne zbog nekog drugog: vaše porodice, prijatelja, vođe, učitelja ili zbog grupnog pritiska itd?

14. Mnoge koristi mogu proizaći iz ovog procesa, kao što su poboljšano zdravlje i idealna težina. Ipak, vaša težnja za ovim stvarima nije dovoljna da biste počeli proces. Da li ste svesni da je vaša vera u Boga ili *višu moć* potrebna da biste prošli kroz dostizanje samomajstorstva ili ekspanziju svesti?

15. Da li ste svesni mogućnosti lepote, jasnoće, svetlosti, stanja bitisanja, povezanosti i blaženstva, nežnosti, ljubavi, mira, radosti i slobode koje vam ovaj proces može doneti? Da li ste spremni za to?

16. Da li zaista želite Boga i da budete u stanju *Jednote*?

Ako ste rekli “da” svim ovim pitanjima, onda ste verovatno veoma dobro usklađeni sa čistotom i sposobni da poštuju svetost ovog procesa.

Smernice: Deo 2

Staratelj

- U ovim smernicama ja predlažem da imate savetodavca i staratelja.
- Staratelj je osoba koja razume i koja je voljna da podrži ovaj proces.
- Savetodavac je osoba koja ima “bistrinu” i koja se već podvrgla 21-dnevnom procesu.
- Termin “bistrina” se ovde koristi da bismo označili dobru, jasnu komunikaciju sa *duhom* i intuitivno znanje o tome kako vaš proces teče i kako se odražava na vas.
- Ono što je važno tokom procesa je da imate savetodavca koji će vas informisati o različitim delovima ovog procesa koje treba da razumete, i takođe staratelja koji bi trebalo da fizički vodi brigu o vašim potrebama. Staratelj može biti savetodavac, ili može biti kontakt osoba između vas i savetodavca, ili možete sami izabrati svog savetodavca.
- Savetodavac mora biti osoba vrlo svesna svoje uloge u procesu. On vas može posećivati ili zvati telefonom.
- Dozvolite da vam ovde predložim da imate samo jednog savetodavca i staratelja jer u suprotnom možete stvoriti konfuziju zbog velikog broja različitih mišljenja.
- Staratelj treba da bude topla osoba puna ljubavi koja se podvrgla procesu ili nije. Ona prihvata i razume vašu posvećenost i obavezuje se da vas podrži 100 %. Ako ne živite u istom prostoru sa njom, ona vas posećuje svakog dana da bi fizički vodila računa o vašim potrebama. To su npr. menjanje posteljine na vašem krevetu, pranje odeće, pomoć u kupatilu ako vam je potrebna, nabavka sokova, aranžiranje

cveća, zalivanje bašte - sve ono što zahtevate.

- Uloga staratelja je uglavnom na fizičkom nivou, a i da vas podseća na proces kao i da vas "drži na putu". Kažem na fizičkom nivou jer bi uplitanje na emocionalnom ili mentalnom nivou predstavljalo odvratanje pažnje. Oni takode filtriraju tzv."stvarni svet". Ne diskutuju sa vama o svetovnim stvarima i ne odvlače vas od vremena koje ste posvetili sebi. Oni vam obezbeđuju mir i slobodu od bilo kog odvratanja pažnje.
- Tokom procesa, mnoge osobe postaju razdražljive i nekako nerazumne (ovo je u redu i za očekivati). Ako se ovo desi ne prebacujte krivicu za svoju nelagodnost na staratelja. Oni su ljudi i rade najbolje što mogu. Budite im zahvalni što su se ponudili da budu tu za vas.
- Svi dogovori sa starateljem, kao i ono što zahtevate od njega treba da se razjasni i treba o tome porazgovarati pre početka procesa. To je veoma važno jer su tri nedelje vreme za vas i duh.
- Ovo je vreme predaje, objektivnosti (nevezivanja) i ostavljanja kontrole, i vi tj. vaš ego će smišljati načine da sabotira vaš mir i da vam odvraća pažnju od sadašnjosti.
- Ako se 21-dnevnom procesu podvrgavate u kući vašeg staratelja, budite svesni troškova koje treba da platite. Većina staratelja traži donaciju i/ili plaćanje troškova. Ovo pitanje razjasnite pre nego što započnete putovanje. Staratelji su srećni što mogu da ponude svoje vreme i ljubav kao deo svoje usluge, ali možda nisu obavezno u mogućnosti da vas podrže i finansijski.

Uloga staratelja

Onome ko izabere ulogu staratelja treba odati priznanje. Ne samo da je odgovornost velika, velika je i čast učestvovati u ovom putovanju sa drugima. To je uloga ljubavi, razumevanja i snage. Vaša ljubav i hrabrost mogu mnogo pomoći pri procesu predaje i osećanja bezbednosti. Postoji onoliko tipova procesa koliko i osoba, i svaki je jedinstven.

Ponekad uloga može biti izazov. Kao čuvari, vodimo osobu kroz proces tako da ima veru u Boga, da se preda i da traži vođstvo. I mi treba da učinimo isto, kada nam je potrebna ljubav i podrška treba da tražimo vođstvo od Boga.

Budite veoma svesni osoba o kojima se brinete, njihove ličnosti/ega. Ophodite se sa njima sa ljubavlju i u isto vreme budite čvrsti. Budite osetljivi na njihove potrebe, ali ne "popuštajte" im i ne dozvolite da vas kontrolišu.

Zapamtite da ste im vi jedini kontakt sa spoljnim svetom tokom te 3 nedelje. Pružite im podršku i biće vam zauvek zahvalne. Budete li bezosećajni i to će zapamtiti zauvek. Uporedite ih sa "ranjivom tek rođenom bebom". One su zavisne i osetljive i u vašoj su milosti. Vaša ljubav i poverenje su veoma važan deo veze koja se uspostavlja zbog ovog procesa.

Zbog poteškoća koje se mogu javiti savetujemo da se ne starate za dve osobe u isto vreme.

Kada ljude pripremite za proces, budite sigurni da su se unapred organizovali, da su dobro informisani i da imaju sve što im je potrebno. Kada uđu u proces - to je to. Nema ulaženja u diskusije. Ako se niste unapred dogovorili da nabavljate određene stvari za njih ili da prenosite njihove poruke, ne potežite tada to pitanje jer im možete odvratiti pažnju od procesa.

Uživajte u svom učešću u njihovom procesu i videćete lepotu koja počinje da sija u njima, sve više i više sa svetlošću koja dolazi iz njihovog iskustva.

Beleška: Staratelj treba da pročita ove smernice radi razumevanja, i možda da popriča sa nama da bismo mu pomogli pri glatkom putovanju svih onih koji su u tome.

Priprema za 21-dnevni proces

- Budite spremni da budete tri nedelje bez ičega svetovnog - telefona, kompjutera, rada ili posla, društvenog života. Ovo je činjenica koja se nikako ne može dovoljno naglasiti pošto nivo predaje koji se zahteva, da bi vam proces koristio 100 %, zavisi upravo od toga.
- Odrecite se svih zadataka i misli o tome da radite bilo šta tokom ovog perioda.
- Ne smete biti zabrinuti za bilo koga drugog tokom ovog perioda - jedino o čemu treba da vodite računa ste vi sami.
- Izolujte se od spoljašnjeg sveta što više možete. Pod ovim mislimo na posao, porodicu, prijatelje, društvene aktivnosti i vezanost za svoje kućne ljubimce. Preporučljivo je da ne budete u svojoj kući jer vam se tamo vrlo lako može odvući pažnja.
- Kada počnete ovaj proces, nećete biti u mogućnosti da napustite svoje neodložne aktivnosti, a sa druge strane, ne treba da se bavite bilo čime što ima svetovni karakter. Zato dovršite sve svoje poslove ili dogovorite se da to neko uradi umesto vas. U to ubrajamo skupove, sastanke, plaćanje računa, zalivanje bašte, brigu o ljubimcima...
- Od vas se traži da se odreknete svega na 3 nedelje.
- Ako proces obavljate u svojoj kući, osigurajte se da se sve

vaše potrebe poštuju i sve kupovine obavite unapred.

- Iako nije ohrabrujuće da budete u istom prostoru sa porodicom, prijateljima ili ljubimcima, ako to i odaberete, bar nemojte biti u obavezi da budete sa njima ili posetiocima. Takođe se nemojte javljati na telefon (nabavite sekretaricu ili ga isključite kada nema ukućana koji bi se javljali na telefon).
- Postavite se u ruke *božanstvenosti (duha)*. Ovo je putovanje i izazov gde se traži prepuštanje.
- Preporučuje se program detoksikacije nedelju dana pre procesa. To u osnovi znači konzumiranje lakše hrane i bez crvenog mesa tokom poslednje nedelje. U isto vreme uživajte u hrani koja će vam možda nedostajati, razmazite sebe.
- Svaka osoba ima drugačije razumevanje "lakšeg". Ipak, kao pripremu, počnite da "čistite" vašu ishranu.
- Preporučuje se da alkohol izbacite iz upotrebe nedelju dana pre početka procesa, ali definitivno 3 dana pre početka, jer je često toliko potrebno da se on iščisti iz sistema.
- Od vas se traži da ne upotrebljavate drogu i/ili cigarete.
- Nikakva seksualna aktivnost tokom 21-nog dana nije dozvoljena, a nakon toga biće vam potrebno da po ovom pitanju tražite vođstvo od vašeg *višeg ja*.

Ako vas mami ideja da potražite pomoć od spoljnih izvora ili sa drugih strana, npr. lečenje tela, medicinski savet, nutricionistički dodaci... važno je da shvatite da je ovo odgovor od vašeg starog uslovljavanja i programiranja. Naša preporuka je da razmislite i da sami sebi budete lekar. Zapitajte se čemu vas ovo uči i šta vam pokazuje - zatim udite u sebe i tražite od *duha* da vam pomogne u ovakvoj situaciji. Verujte da je *duh* više nego sposoban da reši vaš problem. Ovo je vreme da podsetite sebe na predaju i poverenje koje se od vas očekuje prilikom ovog velikog skoka koji preduzimate. To je uslov za vaš budući napredak u samomajstorstvu.

Tokom 21-dnevnog procesa, telo pokazuje znake čišćenja i nema razloga za strah. Majka priroda zna najbolje, i "prevešće" vas preko svake krize jer je ona istinski Božji lekar.

(Molim vas, imajte na umu, da ako ste prethodno očistili svoj sistem ništa od ovoga ne mora da se desi.)

Neki od znakova da je telo počelo da se čisti mogu biti:

- nemogućnost spavanja;
- glavobolja;
- mučnina;
- iritiranost;
- bol u mišićima;
- obložen jezik;
- loš zadah;
- osećanje slabosti;
- nemir.

Prvi dani su najteži i ako postoje znaci nelagodnosti oni obično ne traju dugo. Ako se pojavi bol, on prolazi u roku od nekoliko sati. Tada se samo odmarajte dok bol ne prođe. Nelagodnost je rezultat oslobađanja toksina koji mogu iritirati tkiva i nerve. Tip eliminacione krize koja se može javiti zavisi od dela tela u kome su se sakupili toksini. Ne treba da brinete jer su sve ovo uobičajeni znaci čišćenja tela. Priroda će odstraniti samo ono što može bez preopterećivanja organa. Savršeno ste bezbedni. Priroda izvodi svoje unutrašnje "prolećno čišćenje" i verovatnije je da ćete osećati radost svojeg čistijeg tela, lakoću, ljubav, lepotu, bistrinu uma kao i povezanost sa *duhom* ili Gospodom.

(Džezmahinina beleška: Izričito preporučujem da se pripremite pažljivo PRE procesa:

1. *budite jaki i u formi;*
2. *postepeno eliminišite jaku hranu, naročito meso i alkohol;*
3. *postite, i ako ste vođeni da to radite, uradite ispiranje debelog creva da biste očistili crevni trakt i odstranili toksine. Što se bolje pripremite, 21 dan će biti lakši!)*

Tokom 21-nog dana ne postoji naročiti raspored koji treba da sledite. Ovo je vreme predaje (prepuštanja). Ipak, možda biste želeli da prodiskutujete sa svojim starateljem (ako ste izabrali da ga imate pošto to nije uslov već sopstveni izbor), u koje vreme najbolje da vas posećuje, ako osećate da je to bitno.

21-dnevni proces je podeljen na četiri dela:

1. prva tri dana, pre odlaska duha* treće noći;
2. od četvrtog do sedmog dana;
3. od osmog do četrnaestog dana;
4. od petnaestog do dvadeset prvog dana.

**(Ovo znači da se energetsko polje spiritualnog tela stapa sa energetskim poljem više frekvencije višeg ja ili JA JESAM Prisustva - u zavisnosti od nivoa inicijacije kojoj ste se podvrgli. Ovo ne znači da ćete napustiti telo i ostaviti ga bez nadzora. To znači da je spiritualno telo čisto samo po sebi i da mu nije potrebno energetsko regulisanje kao što je to slučaj sa fizičkim, emocionalnim i mentalnim telom. - Džezmahin.)*

Stvari koje su potrebne za tri nedelje:

- Topli, sa puno svetlosti i svežeg vazduha, "odgajališni", mirni prostor sa krevetom i, što je vro poželjno, udobnom stolicom. Biće veoma koristan i mali prostor izvan ovog područja zbog izlaska na svež vazduh i sunčevu svetlost.

- “Gomila” udobne kao i tople odeće, u zavisnosti od vremenskih prilika. Budite spremni jer vaš telesni termostat može biti drugačiji nego obično.
- Sarsaparilla (Lekoviti koren američke vrste tetivke. Na latinskom: Smilax sarsaparilla. Prim. ured.) i voda, u zavisnosti od vašeg individualnog ukusa (*ili zamena*).
- Led, da biste ga lomili u ustima a zatim i ispljunuli. Neke osobe vole hladno.
- Posuda za pljuvanje sa svežim kriškama limuna, koje će dati svežinu.
- Ubrusi za lice.
- Telefon za ograničene pozive, da biste kontaktirali vašeg staratelja i savetodavca četvrtog, sedmog, dvadesetprvog ili nekog drugog dana kada je to potrebno - naravno u vezi sa procesom.
- Esencijalna ulja, gorionik, mirišljavi štapići, tamjan, sandalovina i lavanda se preporučuju za aromatizovanje vazduha, ako to želite.
- Sveće za atmosferu.
- Kada, da biste u njoj uživali.
- Stolica za ispod tuša, ako se kojim slučajem osećate slabim.
- Menstruacija tokom procesa ostaje nepromenjena, ipak budite spremni za varijacije, jer su neke žene iskusile neredovnost, jači ili slabiji odliv...
- Nešto za kreativni rad poput umetnosti bilo koje vrste, vez, sviranje gitare ili neki blagi hobi, sve dok u tome uživate, ali ne morate da se time bavite pošto poto.
- Štivo koje je lako i koje čini da se osećate dobro. Materijal za čitanje u ovo vreme ne treba da se ocenjuje kao dobar ili loš - on će samo okupirati um jedan deo vremena. Preporučujem novelu “Magle Avalona” ili neku drugu dobru priču, romantične novele, časopise itd.

- Meditativna i inspirativna muzika.
 - Za drugu nedelju, voćni napitak (od narandže, jabuke ili nečeg drugog što vam odgovara) koji je samo 25 % koncentrovan. Zapamtite da je “stari” sok bolji od sveže ceđenog soka - jedan od razloga za to je činjenica da sveži sok može biti veoma kiseo i usled toga, u to vreme, prouzrokovati nelagodnost u vašem sistemu.
 - Za treću nedelju, bilo koji voćni sok ali ne više od 40 % koncentrovan.
- Džezmahinina beleška:*** Zapamtite da ako imate bilo kakvih pitanja o kvalitetu ili izboru sokova, koristite svoje rasuđivanje jer čitava ideja ovog procesa je u slušanju unutrašnjeg bića. Glavni zahtev je da sok bude razblažen zbog lakšeg apsorbovanja od strane vašeg novog osetljivog sistema. Ako osećate da treba da ostanete na vodi, uradite tako.
- Blok za skiciranje i olovke u boji za kreativno pisanje ili crtanje.
 - Dnevnik da biste pisali o svom ličnom iskustvu i putovanju tokom procesa.

Ono što vam nije potrebno i što ne treba da radite:

- televizor;
- umni rad;
- čitanje nečega što vas opterećuje;
- posetioci;
- telefonski pozivi;
- muzika sa stihovima, ako osećate da vas može ometati;
- jake vežbe;
- izlazak izvan granica vašeg prebivališta;
- bilo šta što će vam odvući pažnju od bitisanja u sadašnjem trenutku.

Beleška: Završetak procesa može biti prolongiran iz individualnih razloga. Ipak, ako pratite smernice, one će za vas obezbediti tekuće i lako vreme. Razlog postojanja smernica jeste taj da vam one pruže podršku, onoliko koliko je moguće, da biste otišli izvan ego uma, da biste prestali da donosite odluke bazirane na navici ili uslovljavanju. Predajte se potpuno bez pozivanja na um. Ako možete zamisliti sebe kao oštroumnog učenika ovih smernica, osećam da ćete početi da otkrivete *majstora* unutar sebe i da više nećete biti rob uma. Što ste više u mogućnosti da se predate da bude ono što treba da bude... samo da dozvolite... pre će vaša suština moći da prosija kroz vas.

Gusenica ne preispitava, i ne bori se za svoj stari oblik - ona jednostavno prihvata proces transformacije i postaje prelepi leptir. Nema bola. Nema otpora. To je prirodni preobražaj.

21-DNEVNI PROCES PREOBRAŽAJA FIZIČKOG TELA Šarmejn Harli

Prva 3 dana:

- Radi lakšeg pamćenja, možda biste želeli da vaš proces počne u ponoć, i od tog vremena pa na dalje neće više biti hrane i pića narednih sedam dana.
- Ovo je mirno vreme da se smestite, meditirate (šta god to značilo za vas) i da ostanete sami sa sobom.
- Uđite unutar sebe da biste uspostavili “cev” komunikacije sa svojim *duhom*, svojim unutrašnjim učiteljem.
- Potvrdite da želite da se proces nastavi.
- Ovo je vaše vreme, vreme u kome treba da budete mirni i da komunicirate sa Bogom.
- U dubokom miru, možete zapitati za ime vašeg *JA JESAM Prisustva*.
- Drugog dana ćete možda osetiti bol u predelu bubrega, donjem delu kičme i/ili u bedrima. To može biti uobičajeno jer ste ostali bez tečnosti koja ispira vaše bubrege a to može prouzrokovati nelagodnost i glavobolju. Toksini koji su otpušteni unutar tela još uvek nisu isprani - za ovo je potrebno vreme. (Ovo se verovatno neće desiti ako ste “bili čisti” pre početka procesa - Džezmahin.)
- Možete otkriti da urinirate mnogo i možete, za kratko, osetiti peckanje.
- Nemojte biti zabrinuti za vaš crevni trakt, pošto se možda još uvek nije ispraznio onoliko brzo koliko vi smatrate da treba. (Možete odlučiti da izvršite ispiranje *debelog creva* pre početka procesa - Džezmahin.)
- Možete osetiti slabost tela i drhtavicu, tako da prilikom

tuširanja možete koristiti stolicu. Ako je ovo slučaj, neka vaš staratelj bude tu da bi vam pomogao. Možete koristiti i kadu, ako to želite.

- Kada je potrebno da koristite sarsaparillu - isperite usta, a zatim ispljunite to u kofu.
- Lomljenje leda u ustima a zatim ispljuvavanje može biti još jedna opcija - nijedna druga forma olakšavanja žeđi nije dozvoljena.

Nikakva tečnost se ne sme progutati.

- Usta mogu postati hrapava zbog nagomilavanja toksina ili mogu biti sluzava, tada nastavite da ispirate. Ako je potrebno perite zube.

3. dan:

- Naredba dana je da ćutite i budete mirni!
- U jednom trenutku večeri, *duh** će se odvojiti na jedan vremenski period i sačekati dok vaše telo ne bude spremno da se on vrati u svoj svojoj veličini.
- Potvrdite svoju želju da *duh* ode* ove noći i da se proces nastavi.
- Možete da zatražite da budete svesni onda kada *duh* odlazi.*

* (*"Odlazanje duha" se sastoji u stapanju energetskog polja spiritualnog tela sa poljem finije vibracije božanskog ja. Sva energetska tela postoje u okviru polja JA JESAM Prisustva, koje je uvek sa nama, koje je naša suština i koje vodi ovaj proces božanstveno. - Džezmahin.*)

Jutro 4. dana:

- Duh je otišao najverovatnije dok ste spavali.
- Možete se osećati drugačije. Kada je *duh* napustio vaše telo, sva osećanja i ljubav su takođe otišli - stoga se možete

osećati prazno.

- Oslonite se na sopstvenu unutrašnju usklađenost, ili kontaktirajte savetodavca (ako ga imate) ako to želite, da biste videli da li je *duh* otišao.
- Vaše **božansko ja** i *uzvišeni* će početi da rade odmah pošto je *duh* otišao da bi predupredili "proces smrti". Oni su započeli svoj proces danima, možda i nedeljama pre, ali oni neće učiniti ništa što se ne može okrenuti unatrag, u slučaju da promenite mišljenje pre ovog trenutka. Tokom ova četiri dana oni su radili sa energetskim poljima svih vaših tela, menjajući vaš sistem tako da koristi *energiju svetlosti* koja će povisiti vibraciju vašeg tela.

Od 4. do 7. dana:

- Od 4 - 7. dana se takođe ne sme unositi tečnost.
- Ako se tečnost unese, smatra se da će se proces usklađivanja obustaviti i neće se nastaviti za još 24 h nakon što ste uzeli tečnost (odlaganje vašeg procesa). Mnogi su osetili kako im se eterična "kap" ubacuje u ledni deo, u blizini bubrega, tako da nema potrebe da se plašite nedostatka tečnosti.
- Takođe je i dalje naredba da budete mirni!
- Tokom ovih nekoliko dana morate biti svesni potreba svoga tela.
- Preporučuje se da ostanete mirni (nepokretni) i tihi za vreme tri intervala u toku dana.
- Izaberite vreme i pridržavajte ga se. Preporučujemo 10 h ujutru, 13 h i 16 h.
- Ovaj proces preuređivanja (ponovnog poravnavanja) često može da traje oko 2 sata svaki put.
- Možete osetiti nešto od ovog procesa poravnavanja.
- Instinktivno ćete znati kada da promenite položaj (da se npr. prevrnete na drugu stranu), kada da budete mirni ili da odete u toalet itd.

- Možete se osećati “grog” ili teški što je manje verovatno ako ste prethodno već bili dobro usklađeni.
- Najvažnija stvar je da budete mirni u ovo vreme - vi možda i ne mislite da se nešto događa. Ipak, ako ste mirni bićete toga svesni. To može biti veoma istančano.
- Vaše **božansko ja** vas vodi. Bezbedni ste i zaštićeni.
- Sve što treba da uradite je da se prepustite procesu.
- Možete poželeti da govorite sa anđelima, pošto će vam oni pomagati.
- Možete se kupati i tuširati ako to želite.
- Možete iskusiti ono što se naziva “porast eterične temperature” kada osećate da vam je veoma toplo. To je znak da je sve i dalje u redu. Možete biti u iskušenju da se istuširate hladnom vodom ili da skočite u bazen - oduprite se tome - to bi bila veoma drastična promena za telo u to vreme. Da biste smanjili toplotu uzmite pakovanje leda ili zamotajte led u salvetu i postavite ga na zatiljak (to je centar koji će biti osetljiv i koji će vas rashladiti).
- Tokom ovih dana, možete osetiti da ste zaista žedni. Budite toga svesni, ali nemojte popustiti jer ćete na taj način produžiti proces i odložiti uzimanje vašeg prvog pića sedmog dana.
- S obzirom na to da ste više u prostoru uma, vaše misli mogu lutati i biti nesređene. Mogu se pojaviti mnogo misli a bez emocija. Potrudite se da smirite um i meditirajte da biste to ostvarili.
- Možete biti veoma iritirani tj. možda će vam se javiti preosetljivost ili odvratnost prema nekim stvarima, ali potrebno je da budete svesni i da umirite um.

7. dan:

- Oslonite se na sopstvenu unutrašnju usklađenost ili kontaktirajte savetodavca (ako ste izabrali da ga imate), da biste

ustanovili u koje vreme možete popiti svoje prvo piće - obično ovoga dana i to negde u kasno popodne ili uveče. Dozvoljeno je piti sok od voća.

- Sok treba da je koncentrovan 25 % i da se koristi kada je na sobnoj temperaturi i to u maloj količini. Sat kasnije, možete uzeti još malo soka.
- Zapamtite da vaše telo nije ništa okusilo 7 dana. Krenite polako i budite nežni.
- Tada ćete dobiti specifične instrukcije po pitanju vašeg pića.

Od 8. do 14. dana:

- U toku dana je i dalje bitno biti tih.
- Pričajte sa anđelima i oni će vam pomoći u lečenju. Budite srećni. Uskoro ćete se osećati čarobno.
- Od sada pa na dalje, možete piti razređeni sok (25 % koncentrovan).
- Razumite da ste se podvrgli znatnom energetsom preuređenju (poravnanju), iako uglavnom eteričnom. Odmarajte se u skladu sa tim.
- *(Opet, što ste više bili usklađeni pre procesa manji će biti rad na energetsom preuređenju tokom prvih sedam dana - Džezmahin.)*
- Sada dolazi proces isceljenja. On će trajati narednih sedam dana, i morate se striktno pridržavati navedenih uputa sve vreme.
- Hrana nije više deo vaše stvarnosti, jer vaša stvarnost nije više ono što je bila.
- Ako budete “bombardovani” projekcijama misli iz nekog spoljnog izvora (koji je negativan), onda morate pronaći način da okupirate um nečim mnogo mirnijim. Vaš logični um i ego/ličnost mogu biti van kontrole u to vreme. Vi ste potpuno bezbedni od ovoga, u to neme sumnje. Zato, molim vas,

negativnosti ne pridajte bilo kakvog značaja.

- Ovo je nedelja lečenja (isceljenja) - veoma lep period. Uživajte u njemu i odmorite se.

- Tu možete biti upoređeni sa nekim invalidom, molim vas prihvatite ovo i ponašajte se u skladu sa tim.

- Možda ćete puno spavati.

- Možda ćete se osećati omamljeno ili dezorijentisano.

- Možda će se nastaviti nelagodnost u telu.

- Svačije iskustvo je jedinstveno (i zavisi od toga koliko dobro ste se prethodno pripremili).

- Možete se osetiti vrlo energično, ipak, ne trošite ovu energiju, čuvajte je za lečenje.

- Neki ljudi su otkrili da kada se ne odmaraju dovoljno, počinju da se osećaju bolesno ili osećaju neku vrstu nelagodnosti - to je znak da *duh* želi da budete mirni.

- Možete i u ovo vreme uživati u kupanju.

- Odmarajte se, čitajte i ove dane provedite postajući bliski sa svojim *božanskim ja* (*BOŽANSKIM JEDNIM unutar*).

Od 15. do 21. dana:

- Ovo je nedelja integracije. Lečenje se privodi kraju. Više energije narednog finijeg energetskog polja svesti - *BOŽANSKOG JEDNOG unutar* - će početi da se oslobađaju unutar tela, pomalo više svakoga dana.

- Poćećete da se osećate snažnije.

- Upitajte: Šta je moja uloga, moja svrha? Šta li sam došao ovde da radim?

- Možete da, ponekad, priupitate ponešto savetodavca ili da gledate nešto preko videa. To treba da bude "stvar" od koje se osećate dobro.

- 40 % koncentrovani sok je ono što je dozvoljeno - supe i mleko su zabranjeni.

- Svaki dan prihvatite onakav kakav dolazi i nastavite da

budete u sadašnjosti.

21. dan:

- Verujte svom sopstvenom nahodaenju, ili kontaktirajte savetodavca (ako ga imate), radi razjašnjenja da ćete proces završiti u ponoć tog dana. (Molimo vas da zabeležite da upotreba ponoći nema nikakve veze sa "satima veštica", kako je to opisala jedna nama draga Francuskinja, već prosto samo označava kraj dana - Džezmahin.)

Promene nakon 21. dana

Možda ste već primetili svoju objektivnost (nevezivanje). Možete se osećati obično ili neobično. Takođe se može iskusiti izoštrije čulo mirisa, ukusa i dodira. Vaši zubi mogu biti osetljivi. Možete imati neke bolove. Znajte da se isceljivanje još uvek odvija.

U ovo vreme, nije neobično zapitati se da li je uopšte bilo promena, ili možda, da li ih ne primećujete. Promene će u početku biti suptilne, ipak, osećanje lakoće i blagostanja (ugodnosti) biće očigledno. Ja sam lično primetila male promene i kako je vreme odmicalo primećivala sam sve više i više promena. Moj hod je bio drugačiji (moje stope su bile poravnatije, umesto da štrče ka spolja), izgledala sam viša i uspravnija. Bilo je potrebno par meseci da se otelotvori moje stvarno osećanje povezanosti i jak osećaj da sam jedno sa Bogom. Budite strpljivi sa sobom, volite svoj put i iznad svega uživajte u njemu.

Autentična sloboda je trajna

Sada kada ste završili 21-dnevni proces, vi ste iznad starih verovanja. Život uz stara verovanja, dok u isto vreme pokušavate da verujete u Boga može biti težak. Ne možete živeti u sistemima oprečnih verovanja. Veoma je korisno zapamtiti da je proces zaista početak ostatka vašeg života - zagrlite novo "sebe". Biti ponovo rođen sastoji se od puštanja prošlosti i stavljanja svoje budućnosti u ruke Boga.

Od sada nemate fizičke ili nutritivne potrebe za hranom ili pićem. Šta god odlučite da pijete, važno je da uz to ne date egu/površini uma dodatnu moć. Npr. neki ljudi su bili u iskušenju, koje je izazvalo njihovo staro verovanje, da dodaju miksiranu bananu mlečnom napitku. Ego će potvrditi da vam je banana potrebna zbog celuloze ili kalijuma. Kada biraju pića, neki ljudi misle da to moraju biti prirodni, čisti i zdravi napici. Vama više nije potrebno da birate piće prema njegovoj nutritivnoj (hranljivoj) vrednosti.

Vaša želja za hranom ili pićem nema fizičko poreklo, već dolazi iz mentalnog ili emocionalnog izvora. Ako se ova želja pojavi, možda ćete želeti da je potisnete pićem. To je u redu, savetujemo da budete svedok onoga što radite. Time što ćete biti posmatrač ovih osećanja ili misli, dobićete uvid u sebe i razvijaćete se. Promena će se desiti u toku vremena. Ipak, moguće je da vaši receptori za ukus možda žele neke ukuse (arome). To će se takođe promeniti vremenom.

Budite nežni sa sobom. Nemojte biti ponosna osoba "bez jedenja i pijenja". Neki će piti vodu ili biljne čajeve zato što smatraju da je to zdravo. Deo samosabotaže ega će pokušati da stvori iluziju tako što će vas navesti da verujete da postoji set utvrđenih pravila, sistema pijenja ili da na naročit način on mora da postoji. Bilo koje piće koje želite je potpuno u redu.

Odlučite šta ćete piti bez gubitka radosti života. Ako

želite kafu, to je u redu. Ako želite vodu i to je u redu. Ako želite đus, takođe. Možete odlučiti koje je piće "pravo" za vas, po tome kako se osećate kada ga pijete. Ako vam je preteško, to ćete definitivno znati. Naš prvi motiv je da se ide za svetlošću i ljubavlju uz uživanje. Postoji tanka linija između uskraćivanja sebe i primene samodiscipline. Morate otkriti ravnotežu, tako da se ne osetite uskraćenim.

Ne sudite sebi strogo o tome šta je dobro a šta ne kod pića. Nakon procesa neki ljudi su veoma dobri u samodisciplini i ne traže odvratanje pažnje time što uzimaju da piju nešto. Drugi smatraju da treba da piju više i da im je potrebno to zadovoljstvo da bi se osećali dobro. Svako je različit - to je sigurno - i svako je na različitom stadijumu putovanja. Mi smo tu da uživamo u svom razvoju. Lepo se zabavite i budite dobri prema sebi i drugima.

Društveno, ne postoji razlog zbog koga ne bi trebalo da praktikujete ručkove i večere sa drugima. Npr. neko može uzeti tanjir čiste supe i piće, bez da privlači pažnju na sebe ili da izgleda drugačije. Jednom, kada vam bude prijatno i kada prihvatite svoj novi način života, drugi čak neće ni primetiti ako ne jedete niti će biti zabrinuti zbog toga. Shvatili smo da su naše društvene i poslovne aktivnosti oko jela, u restoranima, kafeima i slično mnogo lakše nakon procesa. Pre smo bili naviknuti da budemo svesni o zdravlju i zabrinuti za stvari poput belog ili smeđeg šećera, kvaliteta, svežine hrane, nivoa konzervansa itd. dok sada možemo biti opušteniji i bolje se provoditi.

Sada ste na tački kada možete ući unutar sebe i tražiti da vam se obezbedi sve što vam je potrebno. Tokom poslednjih 21-nog dana savetovali smo vas da imate poverenje za svo lečenje i blagostanje. Možda će proći još neko vreme pre nego što vaše telo bude u potpunom poravnanju; dozvolite ovom procesu da se nastavi bez spoljnog uplitanja. Vi ste i

više nego sposobni da lečite sebe. Za vaše optimalno i rastuće zdravlje ne treba vam lečenje od strane drugih ljudi, npr. kiropraktičara, lekara ili sl. Vaša savršena težina i zdravlje će se ispoljavati automatski.

Završna reč

Podstaknuti ste da zatražite bilo koju pomoć koja vam je potrebna. Dok otkrivete svoju sopstvenu mudrost i jasnoću, može biti od koristi da porazgovarate sa nekim drugim, možda sa nekim ko vam je pomagao u toku procesa ili nekim ko zna put koji ste izabrali. Niko ne zna više od vas, niti ima više uvida nego vi sami. Ipak, u pričanju sa drugim osobama vaša bistrina postaje očigledna. Često, dok budete postavljali pitanje, shvatićete da, takođe, znate i odgovor! Slobodno nas kontaktirajte, pošto smo voljni da podelimo vaša iskustva.

Sa puno ljubavi,
Šarmejn Harli

I molim vas uživajte u čudima.

Kada neko posveti sebe Bogu a ne iluziji - efekat na čovečanstvo i na planetu je nemerljiv, i moć isceljenja je ogromna. Svaki put kada *bice* podigne svoju vibraciju efekat se ustalasa do najdalje tačke univerzuma.

Džezmahinina beleška: U odnosu na Šarmejnin komentar o “starom” soku, koji su neki puristi (čistunci) doveli u pitanje, želela bih da naglasim da sam ja pre procesa jela zdravu hranu i bila ovisnik od spiruline i vitamina. Shvatila sam da se veliki deo ovog putovanja sastoji od poverenja. Završavanje procesa a zatim i dalje uzimanje vitamina ili samo “zdravih” pića bi predstavljalo nepoverenje u sile *svetlosti* i u činjenicu da nas one održavaju. Veliki skok vere!

Logično, shvatila sam da pošto sam verovala da sva moja hrana, vitamini i održavanje dolazi zaista od *svetlosti* - a

zatim i iskusila koristi tog poverenja u vidu zadržavanja zdravog tela - mogu da unesem bilo koji “nezdrav” ukus koji želim, jer ću uživati samo u vrednosti ukusa, a ne u nutritivnoj vrednosti. Počela sam da menjam svoj čisti voćni sok za kapučino ili zalogaje čokolade koje sam povremeno uzimala samo zato što volim ukus slatkih stvari.

Za mene, apsolutnog puristu hrane nekih 20 godina, proces je bio veoma oslobađajući! Biti hranjena od praničnih energija i biti slobodna da jedem čokoladu ili odreske od krompira jednom ili dva puta nedeljno tokom zime samo iz zabave, je veoma zabavno!

Pravi dar ovog procesa je sloboda! Sloboda izbora, sloboda od ograničavajućih verovanja, sloboda da dozvolimo *BOŽANSKOM JEDNOM u nama* da nas održava na svim nivoima a ne samo nutritivno. Lično, preporučila bih da svako ko se podvrgne procesu ostane u okviru njega bez uzimanja bilo kakve hrane barem 6 meseci ili dok ne dokaže sebi bez ikakve sumnje da ga zaista održava prana. Ipak, kao i uvek, taj izbor mora biti samo vaš. Znajte da će se vaša težina stabilizovati ako ste u vezi sa tim reprogramirali svoja verovanja i znajte da će vaši energetski nivoi postati veoma visoki. Takođe ćete otkriti da vam je potrebno mnogo manje sna nego pre. To su 3 definitivna znaka da vas hrani prana.

Pošto se ovaj proces sastoji u svesnom stapanju sa *BOŽANSKIM UNUTRAŠNJIM JEDNIM*, uvek koristite svoje rasuđivanje (oštroumnost i objektivnost), uvek verujte svom unutrašnjem vodstvu, jer ćete biti testirani na tome iznova i iznova. Proces nije staza zagarantovanog “prosvetljenja” ili brzog rešavanja problema koje imamo, već je samo naredni korak u nastavku našeg puta samomajstorstva.

Ako imate sumnje o podvrgavanju procesu, onda nemojte da mu se podvrgavate još uvek. Zatražite od *BOŽANSKOG JEDNOG u vama* da vam ga učini veoma

očiglednim da je ono deo vašeg “plana”! To nije “hir” niti najnoviji trend nju ejdža. Ponovo, lično, preporučujem da se podvrgnete procesu samo ako apsolutno osećate da je to vaš naredni korak, bez sumnje, bez pitanja i bez straha.

Podvrgavanje ovom procesu se može smatrati veoma radikalnim potezom, ipak, za one koji su usklađeni sa *BOŽANSKIM JEDNIM unutar*, za ratnike ili jogije, često je to savršeno prirodno pošto instinktivno razumeju istinske poklone ovog putovanja.

Ako ste jako vođeni iznutra, onda zatražite od *BOŽANSKOG JEDNOG u vama* da vas savršeno pripremi na svim nivoima, tako da možete proleteti u radosti, lakoći i skladu kroz 21 dan!

I budite svesni da što se bolje pripremite pre procesa, ovaj prelaz će biti lakši.

Poglavlje 15

DRUGI NAČINI

Za one koji nisu usklađeni sa, ili možda nisu zainteresovani za paradigmu uspenja, stvaranje svetog prostora i razumevanje inicijacije, ovde su predstavljene druge alternative. Ideja o životu od *svetlosti* kosmičkih sila postoji već eonima vremena. Lično, ja ovo ne mogu da izdvojim iz njegove spiritualne baze i da ga posmatram kao jednostavnu stvar ishrane, ipak rad Vilija Bruksa (Wiley Brooks) i nekih drugih pokazuje pokušaj da se učini upravo to. Program koji oni preporučuju je prilično jednostavan.

Prvo, pripremite se kao da ćete se podvrgnuti procesu. Budite nežni i fini prema svom telu, kao što je prethodno rečeno. “Moja je preporuka da pripremite telo na častan način da biste zagarantovali lakoću i užitak u ovom procesu tranzicije. Preporučujemo postepeno izbacivanje iz ishrane crvenog a zatim i belog mesa, onda prelaz na sirovu hranu, zatim na supe i tečnosti, a nakon toga nastavite onako kako ste intuitivno vođeni. Koliko će vremena proći od stanja “mesoždera” do trenutka kada ćete početi da jedete sirovu hranu i da pijete tečnost zavisi samo od vas. Uradite to na način koji vam daje zadovoljstvo i komfor. Vaše telo će vas voditi ako ga slušate.” Bez obzira na to kako pretvarate telo da bi uzimalo hranu od kosmičkih sila i dalje će ostati “stvari” u pogledu reakcija emocionalnog i mentalnog tela koje su i ćelijske i kulturne. Rad sa većim kosmičkim silama i realnost da smo duhovna bića koja imaju ljudsko iskustvo izgleda da nas još više opunomoćuje. Naročito u ovoj tački linearnog vremena, izbor da se održavamo samo uz pomoć prane nije ni uobičajen.

jen ni popularan. Za nas koji smo začetnici ovoga na Zapadu, svi dokumentovani podaci o putovanjima su korisni i mi ćemo ih slobodno podeliti sa drugima.

Pošto je moja lična stvarnost čvrsto ukorenjena u paradigmu uspenja a uz to je i moja "pozadina" u pogledu izbora ishrane bila intuitivna sve dok nisam razumela usklađivanje radi postizanja maksimalnog potencijala na svim nivoima, priznajem da mi je teško da razumem bilo koga ko preduzima ovo putovanje a da nije spiritualno svestan.

Ako radite sa nekim vašim smernicama ili intuicijom 21-dnevni proces će vam, ipak, obezbediti "brz put" u procesu konverzije. Onima koji imaju povezanost sa *uzvišenim majstorima* darovi na putovanju će biti zaista čudesni. Sa druge strane, ljudi koji su se podvrgli procesu bez stava potpune predaje i poverenja iskusiće ga kao izazov i borbu, bez tragova ikakvih darova i milosti koju će osetiti drugi.

Neuzimanje hrane ili tečnosti u periodu od 7 dana može biti veoma ekstreman proces i izazov za onoga ko nije pripremio ili uskladio svoje "vozilo". Ipak, ako osoba ima jaku unutrašnju povezanost, ova inicijacija ima potencijal da bude radosna i sveta.

Za one koji žele da eventualno žive samo na prani preporučujemo da odmah prate instrukciju koja sledi, pošto će ona "na pravom mestu" uspostaviti proces konverzije koji omogućava ishranu pranom. Zatim slušajte svoje telo. Ono će vas voditi da počnete da intuitivno i bez napora eliminišete različite supstance iz vaše ishrane i to na potpuno prirodan način. Dozovite elemental fizičko tela i zapovedite mu:

"Naređujem da od ovog momenta apsorbujete sve vitamine, nutrimente i hranu - koji su potrebni da bi održali fizičko zdravlje na vrhuncu - iz sila prane."

Znaćete kada se proces konverzije događa, jer će se vaša težina stabilizovati a energetske nivoe će biti visoki.

BUDUĆI POTENCIJAL - GLAD U SVETU

Kao što sam napisala u predgovoru, "Oni (*uzvišeni majstori*) mi pokazuju vizije sveta bez gladi, bez ostataka hrane ili uzgajanja, izuzev onog da se uzgaja zbog lepote a ne i potrebe. Zamislite koliko bi se milijardi dolara moglo preusmeriti u druge svrhe, ako bi svako verovao da ga može hraniti univerzalna supstanca, *Božje svetlo*?"

Sve više i više postajemo svesni i ulazimo u duboko znanje da ono na šta se koncentrišemo se i manifestuje i raste. Prepoznavanje moći uma da stvara predstavlja istinski potencijal čovečanstva tj. prepoznavanje moći misli da stvara a zatim i da budemo dovoljno disciplinovani da se fokusiramo na ono što je najviše i za individualno i masovno dobro. Ovo zahteva brak između ljudskog srca i uma, gde "Prava inteligencija predstavlja kapacitet uma da poštuje mudrost srca", Emmanuel Book 11, "Izbor ljubavi".

Shvatite da ako masovno nastavimo da usmeravamo misaone forme, medije i pažnju na svetsku glad potvrđujući zastarelo mišljenje "Ako ne jedete, morate da umrete.", onda će mase izglednelih i umirati.

Shvatite da ako masovno nastavimo da usmeravamo misaone forme, medije i pažnju potvrđujući zastarelo pravilo "Ako ne jedete, onda ćete umreti.", onda će i anoreksični umirati. (Na problemu anoreksije se mora raditi dvostrano. Prvo, treba raditi na emocionalnim "pitanjima" i iskorenjivanju "nedostatka samopoštovanja" koje je u korenu uzroka ove