

## Vorbereiding voor plant medicijn ceremonie voor stellen

### Locatie

Den Haag  
(volledige adres na ontvangst betaling).

### Programma

- Invullen [intakeformulier](#) (ieder voor zich)
- Online intakegesprek vooraf (minimaal 1 week van te voren)
- Tussen intakegesprek en ceremonie voorbereidingsfase (zelf thuis)
- Dag van ceremonie: aankomst tussen 8.30 en 9.00, start programma 9:00 met kennismaking/thee, inrichten van jullie eigen plek, wandeling in duinen/bos/strand, start ceremonie rond 11:00, einde rond 21:00
- Afhankelijk van hoe jullie je voelen overnachten of naar huis/B&B/hotel

### Vorbereiding

We vragen je om Lars Faber zijn boek De Gewijde Reis te lezen, dat je kunt downloaden van de website [www.degewijdereis.nl](http://www.degewijdereis.nl).

De meeste medicijnen kunnen niet gecombineerd worden met Voyahuasca. Als je medicijnen gebruikt, moet je z.s.m. bij je arts / apotheker navragen of deze gecombineerd kunnen worden met een MAO-remmer (zoals in de Voyahuasca).

Als ze niet kunnen worden gecombineerd, moet je je arts raadplegen als het mogelijk is om de medicatie tijdelijk te stoppen. Je arts bepaalt of en hoeveel dagen van tevoren je met de medicatie moet stoppen voordat je de Voyahuasca drinkt. We moeten worden geïnformeerd als dit het geval is.

Contra-indicaties voor het drinken van Voyahuasca zijn onder meer een hoge bloeddruk, het nemen van medicijnen tegen hoge bloeddruk en het gebruik van antidepressiva.

Contra-indicaties voor het nemen van alleen truffels zijn anti-depressiva. Andere medicatie altijd in afstemming met de begeleider.

We vragen je om gedurende ten minste een maand voorafgaand aan de ceremonie met Voyahuasca of truffels geen drugs of psychedelica te gebruiken. Op deze manier opent de intelligentie van je lichaam en geest zich voor de ceremonie en kun je op de puurste manier contact maken met de medicijnplant. Wacht minstens één maand na de ceremonie met medicijnplanten met het innemen van drugs. Op deze manier kan de Voyahuasca of truffel in je lichaam en geest integreren zonder dat de medicijnen het werk van de heilige planten overheersen.

Sommige medicijnen zijn zelfs levensbedreigend gevaarlijk in combinatie met Voyahuasca, zoals GHB.

Als verdere voorbereiding op de medicijnplant ceremonie; we vragen je om geen (of in ieder geval heel weinig) piekorgasmen te hebben drie weken voor de ceremonie (wat betekent geen ejaculatie voor mannen en geen clitoraal orgasme voor vrouwen).

Dit zal je helpen om het energieniveau in je lichaam te verbeteren en daardoor kan de heling van de Voyahuasca op een veel dieper niveau plaatsvinden.

Je kunt seks hebben, maar zonder een piekorgasme. Je kunt je seksuele opwindning laten stijgen tot 70-80% en dan je bekkengebied ontspannen; op

deze manier kan de energie zich door je lichaam verspreiden en circuleren in plaats van naar buiten te worden vrijgegeven.

Drie dagen tot een week van tevoren; neem elke ochtend voor je ontbijt een glas gezuiverd of gebotteld water met het sap van een citroen en een theelepel zuiveringszout (natriumbicarbonaat  $\text{NaHCO}_3$ ). Dit zal je helpen om je lichaam in een hoger tempo te ontgiften. Neem geen pijnstillers.

### **Vasten en eten**

Drie dagen tot een week van tevoren; neem elke ochtend voor je ontbijt een glas gezuiverd of gebotteld water met het sap van een citroen en een theelepel zuiveringszout (natriumbicarbonaat  $\text{NaHCO}_3$ ). Dit zal je helpen om je lichaam in een hoger tempo te ontgiften. Zorg goed voor jezelf en voel wat je lichaam nodig heeft.

We vragen je minimaal 2 dagen voor de ceremonie licht en bewust te eten: vasten met soepen en sappen of het eten van lichte vegetarische maaltijden. Controleer de lijst met producten die u de laatste dagen voor de retraite beter niet kunt eten: [MAO-remmer](#).

Eet gewoon bewust en probeer de week voordat de retraite begint te stoppen met het drinken van koffie en alcohol. Zodat je systeem zich kan openen en gevoeliger kan worden. Op de ceremoniedag vragen we je om helemaal niet te eten. Je kunt wat water of kruidenthee drinken. Neem absoluut geen pijnstillers.

### **Kleding**

Draag tijdens de ceremonie witte kleding en ook kledinglagen zodat je je temperatuur kunt aanpassen (in het begin van de ceremonie kan je het koud hebben en tijdens de ceremonie kan je lichaamstemperatuur stijgen).

Breng een blinddoek/mindfold mee.

Breng slippers of gemakkelijke schoenen mee, zodat je ze gemakkelijk aan en uit kunt trekken als je naar het toilet moet.

### **Eten / drinken tijdens ceremonie**

We raden je aan om een flesje water mee te nemen.

Na de ceremonie wordt er een lichte maaltijd (fruit en brood) geserveerd. Dit helpt je om weer geaard te worden.

We raden je ook aan om kennis te nemen van de lijst met voedingsmiddelen die je beter niet eet tot 8 uur na de ceremonie (omdat ze hoofdpijn en misselijkheid kunnen veroorzaken). Voyahuasca zit dan nog in je lichaam en zal heel langzaam oplossen. De volgende dag kun je alles eten wat je lekker vindt, maar luister naar wat je lichaam wil en vooral niet wil.

### **Persoonlijke vragen / amuletten**

Zoals vermeld in Lars zijn boek *De Gewijde Reis*, kun je Voyahuasca of truffels vragen stellen over jezelf. Het is niet nodig, maar een optie. We vragen je iets mee te nemen uit je jeugd, een foto of (knuffel) speeltje. De ervaring leert dat deze je tijdens je Gewijde Reis kunnen ondersteunen.

Een Gewijde Reis duurt 4 tot 10 uur. Dit verschilt per persoon. Je kunt na de ceremonie zo lang blijven als je wilt in onze ceremonieruimte om terug te komen en je weer geaard te voelen. Na de officiële sluitingstijd van de ceremonie zijn de

begeleiders niet aanwezig in de ceremonieruimte. Maar je kunt hen altijd vragen als dat nodig is en ze zullen er natuurlijk zijn om regelmatig even te checken indien nodig.

**Samenvatting, wat mee te nemen:**

- Ondertekende intakeformulier
- Ondertekende voyahuascaverklaring
- Flesje water
- Foto's/knuffel of iets anders uit je jeugd
- Foto(s) van jullie samen
- Amulet als je wilt (niet noodzakelijk)
- Witte kleding (in laagjes)
- Warme sokken

**Disclaimer**

Ceremonies, workshops en retraites van De Gewijde Reis zijn bedoeld voor persoonlijke en spirituele ontwikkeling en kunnen het werk van artsen, psychiaters of therapeuten op geen enkele manier vervangen. We raden je aan altijd je arts of psychiater te raadplegen voordat je een Voyahuasca-ceremonie overweegt.