

# RITUALKREIS

mit ganzheitlicher Integration



KOSMOS  
karussell

KREATIVE PROJEKTE · BEGLEITENDE PROZESSE



## Indikationen und Vorbereitung für die Zeremonie mit der Ahnenmedizin Ayahuasca / Yagé

Es wird empfohlen, die folgenden Richtlinien aufmerksam und sorgfältig durchzulesen. Zum Wohl deiner Gesundheit wirst du auch gebeten, diese strikt einzuhalten. Für Unklarheiten oder Anpassungen kannst du dich immer noch mit der Leitung der Zeremonie kurzschliessen.

Dieses Dokument dient für dich zur Vorbereitung für die Teilnahme an dieser Zeremonie; lies es also gut und sorgfältig durch. Bei einer Teilnahme wird das Leitungsteam mit dir ein telefonisches Vorgespräch halten ca. 2 Wochen vor der Teilnahme, damit du dich optimal vorbereiten kannst. Bei weiteren Fragen und Unklarheiten darfst du dich natürlich auch gerne melden.

## Die Medizin

Im Internet hat es zahlreiche Informationen zu dieser Medizin; es gibt unzählige Bücher darüber, dennoch kann man die Erfahrung erst annähernd beschreiben, wenn man an einem Ritual teilgenommen hat. Hier nur eine kurze Zusammenfassung, da es sehr gute weitere Quellen gibt. Falls dennoch Fragen auftauchen, darfst du gerne auf uns zurückkommen.

Ayahuasca (Peru), Yagé (Kolumbien), Natem (Ecuador), Abuelita (Grossmutter) sind nur einige Namen, die man diesem Gebräu aus zwei Pflanzen gibt. Dieser Trank besteht aus der Ayahuasca-Liane (*Banisteriopsis Caapi*) und den Blättern eines wilden Kaffeestrauches bzw. Chacruna (*Psychotria viridis*), und wird in gewissen Stämmen schon mehr als 2500 Jahre als Heilmittel eingesetzt. Chacruna enthält dabei den Wirkstoff DMT (*N,N-dimethyltryptamin*) und die Liane die MAOI's (*MonoAminoOxidaseInhibitoren / Harmala*), welche erst so den gewünschten Effekt erzielen können. Denn ohne die Liane würde das DMT-Molekül schon vor Eintritt in den Kreislauf abgebaut. Die Hemmer umschliessen diesen Wirkstoff dabei und lassen ihn so über die Blutbahn ins Gehirn wandern. DMT ist ein natürlicher Stoff, der überall in der Natur vorkommt und sogar von uns Menschen in der Leber produziert wird; nebst den bewusstseinsweiternden Effekten hat diese Substanz noch weitere wichtige Eigenschaften. In klinischen Studien wurde festgestellt, dass DMT zum einen die Funktion hat, die Zellen zu schützen (z.B. bei einem Unfall), und neue Verknüpfungen in den einzelnen Gehirnregionen herstellt. Jedes Lebewesen und jede Pflanze auf diesem Planeten produziert dieses Molekül in sich; ein weiterer Grund wieso es das Geistesmolekül genannt wird. Die Studien laufen dazu noch, ob dieser Stoff eine wichtige Rolle in den Träumen und in der Zirbeldrüse spielt.



Ayahuasca-Liane  
*Banisteriopsis Caapi*



Chacruna-Blätter  
*Psychotria viridis*



Ayahuasca und Chacruna  
zur Herstellung des Getränkes



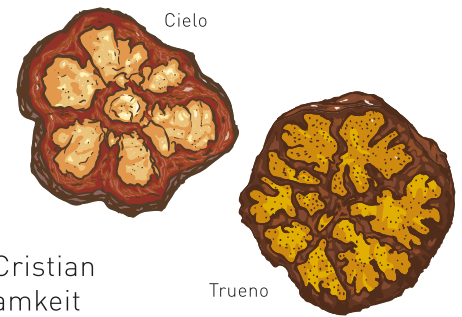
Beide Pflanzen sind im Amazonasbecken zu Hause, wo die Medizin auch hergestellt wird. Je nach Stamm und Herkunft werden diesem Getränk weitere Pflanzen beigemischt; unter anderem Engelstropfen, Chalipongablätter, Chagrapongablätter, Lianenblüten, Bobinsana und viele mehr. Traditionell werden allerdings nur diese beiden Pflanzen eingesetzt, wobei die Zusammensetzung von den Blättern und der aufgeschlagenen Liane immer unterschiedlich sind. Ausserdem gibt es nicht nur eine, sondern zig weitere Lianen die sich im Dschungel zu Hause fühlen. So gibt es eine Ayahuasca-Liane, welche in den Blättern DMT enthält, womit der dortige Stamm nur eine Pflanze braucht. Um genug Wirkstoffe aufweisen zu können, muss eine Liane mindestens 7 Jahre gewachsen sein. Nach der Ernte der beiden Pflanzen kann das Gebräu gekocht werden; ein Prozess, der mehrere Tage in Anspruch nimmt und dabei von einer strikten Diät (Einhaltung von Essens- und Gedankenprozessen) begleitet wird, damit nur die besten Intensionen bei der Aufbereitung dieser Medizin darin enthalten sind. Mit der Zeit entsteht daraus eine dunkelbraune Paste, welche einen bitteren Geschmack hat und was die eigentlich einnehmbare Medizin darstellt. Diese wird allerdings bei der Aufbereitung noch mit Wasser gemischt, damit es einfacher geht, diese trinkend zu sich zu nehmen.

### Wie wird die Medizin eingenommen?

Die fertig gemischte Medizin wird in einem Shotglas, oder einer Tutuma zu sich genommen. Alle Teilnehmer trinken davon; auch die Leitung. Es ist wichtig für die Energie und den Fluss des Abends, dass alle Anwesenden von der Medizin trinken, weil hier ein starkes Heilungsfeld kreiert wird. Jeder bekommt am Anfang der Zeremonie seine Dosis; über den Abend hinweg kann es aber auch vorkommen, dass die Leitung mehr Medizin ausschenkt, falls der gewünschte Effekt noch im Hintergrund agiert. Bei einer weiteren Einnahme kann man aber auch aus seinem bisherigen Prozess hinausgerissen werden, womit du bei einer allfälligen Zusatzdosis dich selbst fragen darfst, ob es jetzt gerade so für dich stimmt.

## Unsere Medizin

Unsere Medizin stammt aus Perú aus der Region Pucallpa, wo der Shipibostamm zu Hause ist. Sie sind sehr bekannt für die Textilien und die Linien, welche für sie die Icaros (die heiligen Lieder) im Ayahuasca darstellen. Für uns kochen ein Vater und ein Sohn die Medizin, welche zwar einen indigenen und traditionellen Hintergrund haben, aber im westlichen Umfeld aufgewachsen sind, und somit ähnliche Konzepte haben wie wir hier in Europa. Carlos ‚Chi Chi‘ Escudero und sein Sohn Cristian ‚Cri Cri‘ Escudero sind es, welche uns die Medizin mit viel Liebe, Achtsamkeit und Sorgfalt kochen.



Wir arbeiten dabei mit der Ayhuasca Cielo (Himmel) und der Ayahuasca Trueno (Donner), welches zwei unterschiedliche Lianen sind und somit auch ein wenig unterschiedliche Effekte mit sich bringen. Je nach Zeremonie arbeiten wir mit einer anderen Art; an zwei Nächten kommen häufig beide zum Einsatz.

## Wirkung und Effekte

Nachdem die Medizin eingenommen wurde, kann es gut und gerne 30 Minuten dauern, bis erste spürbare Effekte da sind, was aber nicht heisst, dass energetisch nicht schon vorher bei der Diät ein Erstkontakt mit ihr hergestellt wurde. Die Reise dauert zwischen 4 und 6 Stunden, wobei zusätzliche Einnahmen die Dauer nochmals verlängern; man kann es als Achterbahnfahrt beschreiben. Eine Liane wächst hoch und runter, mal auf die Seite; so fühlt es sich dann auch an, sie kommt in Wellen zu uns. Dies ist aber immer ganz individuell zu betrachten, da die Eigenverfassung und die Gruppendynamik hier eine wichtige Rolle spielen.

Nach diesen Stunden ist der Effekt der Chacrunablätter in unserem System metabolisiert; allerdings bleiben die Hemmer noch ein wenig länger im System.

Wie es wirkt? Da gibt es wissenschaftliche Studien dazu und diverse Artikel. Wir benutzen hier gerne das Bild mit dem Schneeberg als Gehirn oder die Gedankenwelten. Die Strecken unserer Muster wurden hier schon tief gefahren und weil es einfacher geht, benutzen wir immer dieselben Spuren. Ayahuasca kann dabei als Neuschnee wirken; wir haben die Möglichkeit auf dem Neuschnee neue Pfade zu beschreiten, welche in vielen Belangen zu einer deutlich besseren Lebensqualität führt. Gehirnregionen werden anders miteinander verknüpft, wobei Gerüche, Erinnerungen und traumatische Erlebnisse nun aus einem ganz anderen Blickwinkel betrachtet werden dürfen. Wir verbinden uns mit der Gruppe, spüren die Energien und wachsen dank ihren Themen auch weiter an uns; so kann ein lachender oder weinender Teilnehmer in uns etwas auslösen, und uns somit tiefer in das eigene Unterbewusstsein eintauchen lassen. Dabei werden auch Visionen und fraktale Muster gesehen, welche aber immer nur ein Netzhautfilm unserer eigenen Innenwelt sind. Ob dies die typischen Ayhuascamuster sind oder ob es eine Vision von uns in einer früheren Situation sind, hängt auch hier von diversen Faktoren ab.

Ein weiterer möglicher auftretender Effekt ist ‚La Purga‘ (*das Erbrechen auf Spanisch*). Die Reinigung, die eigentlich immer auftritt kann sich aber auch ganz unterschiedlich präsentieren. Dies muss nicht nur ein physisches sich übergeben sein, sondern kann sich auch in der Form von Tränen, Lachen und Schreien zeigen. Unsere angestaute und angesammelte Energie wird herausgelöst, damit wir uns mehr bei uns einfinden, und die Lehren von der Pflanze in einem sehr zentrierten und klaren Zustand erfahren dürfen.

Auf einer Reise können sehr tiefgründige Erkenntnisse passieren; man kann die Schuhe von einem anderen tragen, man sieht die Situationen aus einer anderen Perspektive, Emotionen werden natürlich kanalisiert und gelebt (nicht unterdrückt), man kann direkt mit dem Pflanzegeist kommunizieren und dort Informationen erhalten, Ideen und Zukunftspläne werden im Körper und im Jetzt erlebt und nicht im Verstand, Egotoderfahrungen und viele weitere Effekte können auftreten.

Jede Reise ist dabei sehr individuell und gleicht niemals einer anderen, da jeder von uns ein ganz eigener Organismus ist. Die Wirkung und Botschaften zeigen sich äusserst klar und verständlich, wobei man zuweilen auch merkt, dass man klarer als klar im Alltagsbewusstsein auf der Reise unterwegs ist.

All diese Prozesse, Effekte, gemischt mit der Magie des Rituals lassen somit eine persönliche Heilung auf einer sehr tiefen und fühlbaren Ebene zu. Eine Sitzung kann über 10 Jahre herkömmliche Therapie ersetzen und zu einer deutlich höheren Lebensqualität führen.

## Diverse Settings

### In einer Gruppenzeremonie

In Gruppen hat man immer wieder die Dynamik, welche auch in unserem alltäglichen Leben auftritt. Manche Teilnehmer werden in uns etwas triggern, oder teilen eine ähnliche Energie mit einem Thema von uns. Dadurch gibt es in Gruppen sehr viele Spiegel; welche aber immer zum Wachstum von einem selbst dienen. Auch die Integrationen am Tag nach der Erfahrung können immer viel auslösen und einen so zu Punkten führen, worauf man alleine vielleicht nie gekommen wäre. Ausserdem kann man während den Pausen und bei den Mahlzeiten einen Austausch herstellen, welcher sehr heilsam und unterstützend für den eigenen Prozess sein kann.

Traditionell wird die Medizin auch immer in einer Gruppe genommen, da so die Themen besser verarbeitet und in die Kommune integriert werden können. Und wir Menschen sind in den meisten Fällen sehr gesellig und daher tut es immer gut zu wissen, dass wir hier bei dieser Erfahrung nicht alleine sind.

### Einzelzeremonie

Hier liegt die ganze Aufmerksamkeit und der Fokus ganz bei dir selbst. Der Abend der Zeremonie kann so ganz spezifisch auf dich vorbereitet werden, inklusive allfälligen Liedervorschlägen von deiner Seite (wird danach aber immer von der Leitung eingeschätzt, ob dies später dann Sinn macht). Du wirst keine weiteren Teilnehmer haben, ausser die Leitung. Dementsprechend wirst du von anderen nicht abgelenkt, welche sich in einem ganz anderen Prozess als du befinden könnten. Du wirst also nur dich selbst hören, ausser von uns singt oder sagt jemand etwas. Kein Lachen, keine Tränen werden dich also triggern, ausser deine eigene Innenwelt.

Dies kann ein sehr grosser Vorteil sein, wenn man es so betrachtet. Allerdings muss dies nicht heissen, dass du bei den Gruppen auch nicht viel profitieren kannst.

Die Zeremonie findet in einem privaten Rahmen statt, wo du alles zur Verfügbarkeit haben wirst. Zusätzlich wirst du für eine Einzelsitzung nebst dem Vorgespräch noch mit einer oder mehreren Coachingsitzungen auf die Erfahrung hin vorbereitet.

## Risiken

Besonderes Risiko besteht für Menschen, die Antidepressiva, Johanniskraut oder andere serotoninhaltige Mittel einnehmen. Alle diese Substanzen erhöhen den Serotoninspiegel. Bei gefährlicher Anhäufung des Neurotransmitters Serotonin kann es zum sogenannten Serotoninsyndrom kommen. Dabei treten starke Muskelzuckungen auf, die in schlimmen Fällen die Atemmuskulatur einbeziehen und eine erhebliche Gefahr für die Gesundheit darstellen können. Deshalb sollten diese Medikamente vorher in Absprache mit der Leitung abgesetzt werden. Während der Reise kann es zu erhöhter Herzfrequenz, erhöhtem Blutdruck, erweiterten Pupillen, schnellen Augenbewegungen und Schwindel kommen. Die Abhängigkeit wird als gering eingestuft, da die Substanz wenig Einfluss auf das durch Dopamin gesteuerte Belohnungssystem des Gehirns nimmt.

Auch auf psychologischer Sicht kann die Erfahrung Risiken bergen. Nebst sehr angenehmen und transzendenten Erfahrungen kann die Wirkung auch sehr beängstigend und traumatisch sein. Für Personen, welche Verwandte mit psychischen Krankheiten haben, kann ein zusätzliches Risiko bestehen, da solche Medizinreisen ein Auslöser für diese Symptome darstellen können.

Mit dem Vorgespräch, unserer Vorbereitung hin auf die Zeremonie und dem Einhalten eines guten Settings vermeiden wir viele Faktoren, welche risikobehaftet sind und unterstützen dich auch bei der Integration von schwierigen und herausfordernden Erfahrungen.

## Weitere Medizin

In Retreats, welche mehrere Tage gehen, besteht auch die Möglichkeit, noch mit einer zusätzlichen Medizin zu arbeiten, welche in vielen Fällen sehr hilfreich für deinen persönlichen Entwicklungsprozess ist. Für weitere Informationen melde dich bei der Leitung für die zusätzlichen Dokumente.

### Kambô

Eine Impfung von einem Frosch, die uns körperlich und energetisch wieder neu ausrichtet. Sie wird gegen Krankheiten, Allergien und weitere ähnliche Symptome eingesetzt.

### Bufo Alvarius

Eine intensive ‚kurze‘ Reise, welche dich hinaus in den Raum bringt, und dich die Einheit mit dem Universum und dem Kosmos erleben lässt.

### Wayra Huasca

Eine Reise, welche dich mit vielen optischen Visionen der Natur und deinem Sein näherbringt. Unterstützt zusätzlich die Bilder in Ayahuasca.

### Yopo

Prozesse voller Visionen, welche dich all die Masken deiner Persönlichkeit ablegen lassen und keine Flucht mehr vor dem Thema zulassen. Intensiv, schnell, und heilsam.

# Indikationen und Vorbereitung

## Prä-Diät

Die folgenden Richtlinien sollten eingehalten werden, damit dein Körper am Tag der Zeremonie in der besten Verfassung ist, um die Medizin optimal aufnehmen zu können. So sollte deine Reise lohnenswert und reibungslos verlaufen, weil einige der aufgeführten Lebensmittel deinen Körper bei einer solchen Erfahrung schädigen können.

### 2 Wochen vor der Zeremonie

Auf die Einnahme von alkoholischen Getränken und weiteren Betäubungsmitteln (wie z.B. Marihuana) sollte verzichtet werden. Von Vorteil ist auch, dass man schon hier mit der eigentlichen Diät beginnt. Nebst der Reinigung des Körpers, zollt man dem Pflanzegeist Respekt (in Form des Verzichtes als Opfergabe), bereitet sich schon energetisch auf das Ereignis vor und fühlt sich dementsprechend am Tag der Zeremonie bereit für die Einnahme der Medizin.

### 1 Woche vor der Zeremonie

Vermeide die Einnahme von raffiniertem Zucker, rotem Fleisch und Junk Food. Es wird empfohlen, Gemüse (frisch und/oder gekocht) zu essen und Fruchtsäfte zu sich zu nehmen. Das Fasten in dieser Zeit hilft dir dabei, angesammelte Giftstoffe aus dem Körper herauszuschaffen. Je weniger Giftstoffe du in dir hast, desto angenehmer wird die Erfahrung auf der körperlichen Ebene.

### 3 Tage vor der Zeremonie

Kein Sex (einschliesslich der Masturbation). Damit wir während der Zeremonie klare Gedanken haben und nicht energetisch mit diesen Energien (einschliesslich unserem Partner) verknüpft sind. Durch die Klarheit stärkt sich auch unsere mentale Stärke.

## MAO-Hemmer-Diät

### mind. 1 Woche vor der Zeremonie

Die MAOI's (MonoAminoOxidaseInhibitoren) entfalten ihre Wirkung in der Blockade der Monoaminoxidasen (MAO), wobei die Enzyme wiederum die Aufgabe haben, Monoamine wie Serotonin, Noradrenalin, Dopamin und Tryptamine aufzuspalten und so deren Verfügbarkeit im Gehirn zu verringern. Die Hemmer verringern dabei die Konzentration der Abbauenzyme, wobei eine höhere Konzentration der Monoamine im Gehirn stattfinden kann.

Für eine erfolgreiche und sichere Einnahme einer Substanz, die MAOI's enthält, sollte daher auf nachfolgend aufgeführte Mittel verzichtet werden.

**Die Diät muss nicht dermassen strikt eingehalten werden, falls es für dich nicht möglich ist. Es ist wichtiger, dass du ausgeruht und mit vollen Kräften an die Zeremonie kommst. Dennoch ist ein Verzicht auf diverse Lebensmittel von grossem Vorteil, und zollt zudem der Medizin Respekt.**

- **Stimulantien**  
Koffein- oder Kakaohaltige Getränke, aber auch Tee
- **Ananas**
- **Asarone**  
z.B. Kalmus und Matico-Pfeffer
- **Hochkonzentrierte Öle oder Auszüge**  
z.B. Dillöl, Fenchelöl oder Petersilienöl
- **Überreife Früchte**
- **Tofu, Sojabohnen oder Produkte daraus**
- **Tryptophanreiche Kost**  
Fisch, Fleisch, Wurst, Getreide, Nüsse, Milchprodukte  
Vor allem durch Räuchern, Luftrocknen oder Fermentation hergestellte Produkte
- **Tyrosinreiche Kost**  
Fisch, Geflügelleber, Pferdebohnen
- **Alkohol**  
Vor allem unpasteurisierte Biersorten, roter Wein wie z.B. Chianti
- **Antihistaminika**  
Allergie-Medikamente
- **Antidepressiva**
- **Beta-Blocker**  
Insbesondere Metoprolol
- **Beruhigungsmittel**

**Ausserdem hilft der Verzicht von Citrusfrüchten (z.B. Zitrone, Orange), da diese die Wirkungsphase der MAOI's abklingen oder später aufkommen lassen.**

**Wichtig**



## Arzneimittel / Ergänzungen **3 Wochen vor der Zeremonie**

Beende die Verwendung von Antidepressiva nach Rücksprache mit der Leitung der Zeremonie. Der Grossteil dieser Medikamente hat kritische Nebenwirkungen im Einklang mit der Medizin. Ausserdem müssen einige Antidepressiva dosisbeschränkt schrittweise unter ärztlicher Aufsicht zurückgestellt werden, um schädliche Reaktionen auf die Psyche zu vermeiden. Zudem gibt es auch Medikamente die länger im System bleiben; was von Medikament zu Medikament sehr unterschiedlich ausfallen kann.

Auch auf Johanniskraut-Präparate (ein natürliches Antidepressivum) muss verzichtet werden.

Andere Medikamente wie Nasentropfen, abschwellende Mittel, Amphetamine, Ephedrin, Pseudoephedrin, Diätpillen, Allergiemedikamente und Opiate, Betäubungsmittel, einschliesslich Dextromethorphan im Hustensaft, fallen auch in diese Kategorie und müssen vermieden werden. Sie können eine schädliche Wechselwirkung im Einklang mit der Medizin hervorrufen.

Migränemedikamente wie Sumatriptan (Imitrex) sind ebenfalls ein Problem wie auch natürliche Kräuter wie Ephedra und Yohimbe.

Die Leitung muss über deinen Gesundheitszustand Bescheid wissen, die Sicherheit auf physischer, mentaler, und spiritueller Ebene gewährleistet werden kann. Dazu gehört auch die Information über Behandlungen oder unterzogene Operationen. Danach kann der Status beurteilt werden ob alle Voraussetzungen für die Zeremonie vorhanden sind. Dazu gehört auch das wahrheitsgetreue Ausfüllen des Fragebogens für das Seminar

Andernfalls wirst du gebeten weiter auf eine Erfahrung mit der Medizin zu warten.



## Für wen bleibt die Einnahme der Medizin verwehrt?

- Menschen mit Herzproblemen im fortgeschrittenen Stadium  
Tachykardie, Herzflattern, Herzschrittmacher, Operationen am Herz, usw.
- Menschen mit Bluthochdruck, niedrig oder hoch (in fortgeschrittenem Stadium)
- Menschen mit Leber- oder Magenerkrankungen
- Menschen mit schwerem Krebs oder Krebs in fortgeschrittenem Stadium
- Menschen mit fortgeschrittener Diabetes
- Frauen in fortgeschrittener Schwangerschaft
- Menschen mit psychischen Erkrankungen (Epilepsie, Schizophrenie, usw.)
- Personen, die 48 Stunden vorher Drogen konsumiert haben
- Personen unter 21 Jahren
- Personen unter 21 Jahren dürfen nur in Begleitung eines erwachsenen Teilnehmers teilnehmen, sofern dieser auch teilnehmen wird

## Psychologische Vorbereitung

Wir wollen eine möglichst saubere, angenehme und klare Umgebung schaffen vor der Zeremonie. Denn nebst dem Ort ist auch die eigene Vorbereitung das A und O. Stichwort Set und Setting. Vermeide lästige oder unangenehme Situationen, wie z.B. Stress bei der Arbeit, Extremsport, Horrorfilme oder sowas in der Art.

Versuch dir über deine Absichten und Intentionen für die Zeremonie im Klaren zu sein. Warum mache ich diese Erfahrung und in welcher Form wird sie mein Leben bereichern? Steck dir deine Ziele und Themen ab; mache wahlweise auch ein paar Notizen in der Diätzeit, meditiere viel und werde dir bewusst, um was es bei dir geht. Sei allerdings auch offen dafür, dass die Erfahrung anders herauskommen kann, als du es erwartet hast. Der Geist der Pflanze ist äusserst weise, und mit deiner Intention holt ihr gemeinsam das Beste aus diesem Abend heraus. Sobald du dich für eine solche Reise entschieden hast, befindest du dich schon darin. Komm mit einer Absicht und nicht aus einer Verpflichtung.

## Was muss ich mitbringen?

Was für Gegenstände und Sachen du an eine Zeremonie mitbringst, hängt immer von den örtlichen Begebenheiten ab. Ausserdem besteht dabei auch ein Unterschied, ob du in einer Gruppe oder als Einzelperson betreut wirst. Die finale Mitbringliste wird dir in einem separaten Dokument vor dem Seminar zugeschickt.

### Bekleidung

Wichtig ist, dass du bequem an die Zeremonie kommst, und auf Einteiler (Onepiece) verzichtest. Es ist von Vorteil, wenn du auch wärmere Kleider wie z.B. einen Pullover dabei hast. Da dies allerdings ein feierliches und heiliges Ritual darstellt, ist es schön, wenn man sich auch dementsprechend kleidet.

**Frauen** - Vorzugsweise in einem langem, bequemen Rock mit einer weissen Bluse

**Männer** - Bequeme weisse Kleider, von Vorteil ein weisses Hemd.

### Zum Mitbringen

- **kleiner persönlicher Gegenstand für den Altar**  
ein kleiner Gegenstand, der während der Zeremonie darauf platziert wird, und von dir danach auch wieder mitgenommen werden kann. Dieser wird ‚aufgeladen‘ während der Zeremonie.
- **Eimer**  
falls du während der Zeremonie erbrechen musst. Säcke werden zur Verfügung gestellt.
- **Kuscheldecke, Matte für den Boden, Kopfkissen, Felle, Stuhl, etc.**  
damit du dir deinen eigenen Platz während der Zeremonie einrichten kannst. Es ist von Vorteil wenn du aufrecht sitzen kannst, es ist aber kein Muss und wesentlich bequemer, wenn du dich später während der Reise hinlegen kannst. Je nach Ort kannst du auch ein Zelt mitbringen, um dir deine persönliche Schlafstelle zu erschaffen.
- **Persönliche Hygieneartikel**  
Zahnbürste, Shampoo, Duschartikel, etc.
- **Wasserflasche**  
damit du über den Verlauf des Abend immer wieder etwas zum Trinken hast.
- **ausgefülltes Dokument ‚Anweisungen‘**

### Optionale Gegenstände

- **Notizheft**  
ein persönliches Heft, wo du dir während der Integration oder während der Reise Notizen machen kannst. Es wird dir helfen, die Erfahrung mehr festhalten zu können.
- **Augenbinde**  
diese hilft dir dabei, die Reise mehr intern gestalten zu können.
- **eine Blume für den Altar**
- **Früchte für den Altar**  
die Früchte werden nach der Zeremonie miteinander in der Gruppe geteilt.
- **Organische Opfertgaben für den Altar**  
dies kann in Formen von Früchten, Nüssen, Samen, Tabak (ohne Zusatzstoffe), Räucherwaren oder weiteren Gegenständen sein.

## Am Tag der Zeremonie

- Nimm ein leichtes Frühstück zu dir
- Das Mittagessen wird leicht sein; normalerweise wird dies von der Leitung zur Verfügung gestellt, da man da schon inmitten der Vorbereitungen ist. Dies geschieht meist in Form von einer Suppe.
- Wichtig ist, dass circa 2,5 Stunden vor der Zeremonie nichts mehr gegessen wird. Die Einnahme von Kokablättern / Mambe hingegen ist erlaubt.
- Geh in ausgeruhtem Zustand zum Seminar. Verzichte auf Arbeiten, die grosse physische oder mentale Kraft benötigen. Versuch alle Arten von Stress zu vermeiden.
- Komm mit einer positiven Absicht und offenen Einstellung und nicht aus einer Verpflichtung. Vertraue in die Erfahrung und in die Medizin. Öffne deinen Geist und zeige Respekt für diese uralte Praktik der Heilung.

## Der Ablauf der Zeremonie

Der Ablauf hängt von folgenden Faktoren ab: Gruppe, Ort oder Einzelbetreuung. Falls du diesbezüglich Fragen hast, wende dich bitte an die Leitung. Wir werden dir gerne mehr Auskunft dazu geben. Nachfolgend der Beschrieb für eine Zeremonie in der Gruppe.

### Ankunft

Du wirst Zeit haben, um dir deinen persönlichen Ort im Zeremonieraum wie auch im Zimmer oder im Saal einrichten zu können. Ausserdem wirst du mit jemandem von der Leitung noch ein kurzes Gespräch haben.

### Vorbereitungsritual und Abschlussritual

Um uns optimal auf die Nacht mit der Medizin vorzubereiten, werden wir ein Ritual mit einem Feuer machen, was ein wichtiger energetischer Bestandteil der Zeremonie ist. Wahlweise wird aber auch etwas anderes zur Vorbereitung verwendet. Auch am Ende des Retreats arbeiten wir nochmals mit dem Feuer, um den Kreis so wieder schliessen zu können.

### Zeremonie mit Ayahuasca

Sobald alle im Saal sind, wird die Zeremonie vorbereitet. Zu diesem Zweck stellt sich jeder Teilnehmer vor und nennt seine Intentionen für die Reise. Wahlweise wird dies auch mit einer Übung verknüpft, oder mit der Einnahme einer vorbereitenden Medizin. Nachdem die Teilnehmer ausgeräuchert wurden, wird jeder an den Altar gebeten, um die Medizin zu sich zu nehmen. Die Reise selbst dauert gute 4 bis 6 Stunden; bis es aber losgeht verstreichen zwischen 20 bis 45 Minuten. Währenddessen kannst du dir nochmals Gedanken über deine Intentionen machen, und so langsam aber sicher in die Erfahrung eintauchen.

Über den Abend hinweg kommen Klänge, Gesänge, Musik, Gerüche, energetische Reinigungen und Räucherungen zum Einsatz. Wie und in welcher Form dies geschieht liegt im Energiefluss des Abends.

Am Ende der Zeremonie (du wirst den Zeitpunkt schon spüren) wird der zuvor geöffnete Raum geschlossen und es kann noch eine Räucherung oder ein Reinigungsritual erfolgen; wahlweise wird auch ein Tee ausgeschenkt und Früchte werden geteilt.

Danach darfst du gerne noch im Saal bleiben, ein wenig reflektieren oder dich schlafen legen.

### Frühstück oder Kambo

Am Morgen danach gibt es für alle ein Frühstück. Die Teilnehmer, welche Kambo zu sich nehmen möchten, verzichten dabei seit der Einnahme von Ayahuasca allerdings auf das Essen; dürfen aber nach der Erfahrung mit dieser zusätzlichen Medizin auch frühstücken. Alle Interessierten können sich bei der Leitung melden, damit weitere Informationen geteilt werden können.

### Integration

Damit die Erfahrung nicht nur bei einer Erfahrung bleibt, wird das Erlebte anhand einem seelenzentrierten Integrationscoaching und weiteren psychotherapeutischen Elementen integriert. Dabei wird jeder Teilnehmer zu Wort kommen und kann dadurch weitere wichtige Schritte im persönlichen Wachstum vorwärts kommen.

### Nachmittag / weitere Medizin

Danach steht der Nachmittag zur freien Verfügung, wobei die Möglichkeit besteht weitere Medizin wie Bufo Alvarius oder Wayra Huasca zu sich zu nehmen. Für weitere Informationen bitte mit der Leitung Kontakt aufnehmen. Der Nachmittag kann auch dazu verwendet werden, um sich weiter auszuruhen. Wahlweise wird auch nochmals ein leichtes Mittagessen zubereitet.

### Abendessen und weitere Zeremonie

Gegen den Abend gibt es nochmals etwas zu essen, bevor nochmals mit Ayahuasca gearbeitet wird.

# Verhaltensregeln während der Zeremonie

## Die Gegenstände vom Altar sind tabu

Die Leitung braucht während der Zeremonie eine Ordnung in dem Chaos, das geschieht; daher ist es wichtig, dass alles an seinem Ort bleibt und sie gut auf jede Situation reagieren kann.

## Stille ist wichtig

Wir befinden uns auf einer sehr tiefen und privaten Arbeit der inneren Heilung. Bitte sprich weder über deinen Prozess, noch mache zu viele laute Geräusche. Unterhalte dich während der Zeremonie nicht mit deinem Nachbarn. Bitte bleibe auf deiner persönlichen Reise und versuche, deinen Prozess intern zu halten. Die Reise ist eine Reise ins innere Selbst.

## Die Interaktion mit anderen ist nicht erlaubt, bis auf die Leiter selbst

Gehe auf keinen hinzu, noch berühre einen Teilnehmer, einschliesslich deines Partners (falls dieser anwesend sein sollte). Falls du Hilfe benötigst, frage nach der Leitung oder einem der Assistenten; oder ruf um Unterstützung. Es ist besser, sich selbst zu helfen; dennoch ist es wichtig, die helfende Präsenz von jemandem da zu haben.

## Bleib während der Zeremonie im Kreis / im Raum

es sei denn, wenn du die Toiletten aufsuchen musst. Es ist wichtig für alle, dass die Energie an einem Punkt gebündelt wird. Die Zeremonie dauert zwischen 4 bis 6 Stunden. Wenn du den Raum wirklich verlassen musst, MUSST du einen der Assistenten oder der Leitung Bescheid geben, wohin du gehst. Die Sicherheit unserer Teilnehmer liegt uns am Herzen. Respektiere auch den Raum, der dir für diese Erfahrung gegeben wird.

## Rauchen ist während der Zeremonie nicht erlaubt

ausser die Leitung gibt etwas anderes zu erkennen oder reinigt dich mit Mapacho-Tabak. Am Ende der Zeremonie kann geraucht werden. Bitte respektiere die anderen Teilnehmer und störe diese nicht durch deine Interaktionen. Wahlweise gibt es auch die Möglichkeit während der Zeremonie vorne an den Altar zu kommen um mit der Leitung heiligen Mapacho-Tabak zu rauchen.

## Trinkwasser

Es ist erlaubt Wasser nach der Einnahme der Medizin und auf der Reise zu trinken, dies sollte allerdings nicht im Übermass geschehen. Wird es übermässig eingenommen kann dies während der Zeremonie schwer liegen. Du hast aber immer die Möglichkeit Wasser zu trinken und sollte dieses nicht mehr vor Ort sein, kannst du einen der Assistenten oder den Leiter danach fragen.

## Eimer

Dieser sollte sich immer in deiner Nähe befinden; wenn er voll ist und sich dein Prozess am verändern ist, wird sich jemand von der Leitung darum kümmern. Versuche nichts zu verschütten und wenn du Hilfe benötigst, wende dich an einen Assistenten oder die Leitung. Falls du deinen Ort wechseln solltest, nimm auch den leeren Eimer mit dir mit.

## Toiletten

Die Türen von den Toiletten werden nicht verriegelt, wenn diese also zu ist, befindet sich schon jemand darin. Respektiere dies. Falls du Hilfe benötigen solltest, frage einen Assistenten um Begleitung.

Wenn du dich schlecht fühlen solltest, bring bitte deinen Eimer zu den Örtlichkeiten mit.

## Elektronik

Verwende weder Taschenlampen noch Handys. Die Medizin verursacht ein gewisses Mass an Lichtempfindlichkeit; daher kann dies sehr unangenehme Folgen haben. Die Telefone befinden sich im Flugmodus oder sind nicht im Kreis anwesend. Das Licht wird ausreichend für die Erfahrung sein, da sich überall Kerzen befinden werden. Der Ton der Zeremonie wird nach Einverständnis aller mit einem Telefon oder Aufnahmegerät aufgenommen, was später zur Verfügung gestellt wird.

## Am nächsten Tag

Es ist ratsam am Morgen danach zu fasten, da der Organismus des Körpers sehr viel gearbeitet hat und nun etwas Ruhe braucht, um sich wieder aufladen zu können. Später teilt jeder Teilnehmer seine Erfahrung des Vorabends mit und reagiert so auf die Antworten, welche sich zu diesem Zeitpunkt ergeben haben. Die ideale Zeit um wieder Nahrung zu sich zu nehmen (wenn der Körper dich darum bittet) ist normalerweise mittags. Dies sollte auch in leichter Form geschehen. Danach darfst du dich noch ausruhen; wahlweise macht die Leitung noch etwas mit dir, oder du darfst nach Hause gehen.

### Empfehlungen für die Tage nach der Zeremonie

#### bis 15 Tage danach

Keine Antidepressiva, Medikamente noch andere Psychedelika (Ecstasy ist extrem gefährlich)

#### bis 8 Tage danach

Kein Alkohol, kein Marihuana, rotes Fleisch, Schweinefleisch, Antibiotika, Cortison und Betäubungsmittel

#### bis 5 Tage danach

Keine Milchprodukte, fermentierte Produkte, raffinierter Zucker, Soja und Sojaprodukte. Auch keine kalten Getränke (Getränke mit Eis, usw.)

## Verpflegung

Das Essen ist auch ein wichtiger Bestandteil des ganzen Seminars. Die Familie wird jeweils in der Küche zusammengehalten und um eine gute Dynamik zu erhalten, wird jeder dazu angehalten, in der Küche und bei der Vorbereitung des Essens mitzuhelfen. Später wird auch noch eine Liste geteilt, wobei jeder sieht, was er für die Verpflegung der Gruppe mitbringen muss. Hier fallen keine grossen weiteren Kosten an.

## Preise und Anmeldung

Bei Interesse an Einzelsitzungen darfst du dich gerne bei uns melden und wir schicken dir das zusätzliche Dokument zu. Gruppenzeremonien finden ab 6 Personen statt.

### Gruppenzeremonie mit Ayahuasca

€ 240.- pro Nacht (min. 2 Nächte)

#### Inhalt

- 1x Sitzung mit der Ayahuascamedizin und Begleitung (Gesänge, Musik, energetische Reinigungen, Räucherungen, etc.)
- 1x Übernachtung
- 2 bis 3 Mahlzeiten (je nach Abend und Ablauf), die der Diät entsprechen (vegetarisch, vegan)
- Vorbereitungsritual auf die Zeremonie
- zusätzliche unterstützende Medizin (Rapé, Tabaco, Mambe, Ambil, Sananga, Mulungu, etc...)
- 1x Vorgespräch zur Vorbereitung der Medizin
- 1x Integration der Erfahrung anhand seelenzentriertem Coaching und therapeutischen Elementen
- 1x Nachgespräch/Integrationsgespräch nach einer Zeitspanne von einem Mondzyklus (ca. 21 Tage)
- 1x Audioaufnahme von der Zeremonie

#### Anmeldung

Um sich seinen Platz zu sichern, ist der Betrag von € 200.- per Banktransfer, Twint, Wise oder Paypal einzuzahlen. Der restliche Betrag wird in bar bei Ankunft vor Ort gezahlt. In Absprache mit der Leitung ist es auch möglich, den ganzen Betrag vor Ort zu bezahlen.

Die Vorauszahlung MUSS ZWINGEND 10 Tage vorher erfolgen, ansonsten wird die Teilnahme/der Termin für das Ritual abgesagt.

Nachricht an Empfänger: VORNAME NAME, 31/12/2022 (Datum der Zeremonie), Betreuung Ritual  
Bsp. MANFRED MUSTERMANN, 04/05/2022, Betreuung Ritual

**Im Falle einer kurzfristigen Absage seitens des Teilnehmers; DER BETRAG WIRD NICHT RÜCKERSTATTET ODER AUF DIE SEITE GELEGT FÜR EINE NÄCHSTE ZEREMONIE, weil mit diesem Betrag die Vorbereitungskosten, die Unterkunft und die Assistenten bezahlt werden. Unter Vorbehalt gibt es aber auch Ausnahmen.**

## Zahlungsmöglichkeiten

### Banktransfer

Michael Duttwiler, Am Bach 47, CH-8400 Winterthur  
IBAN CH82 0025 7257 1528 6801 N,  
SWIFT/BIC: UBSWCHZH80A,  
Empfängerbank: UBS AG, Postfach, CH-4002 Basel  
**Anmeldegebühr mit € 200.-**

### Twint

+41 78 742 74 89  
**Anmeldegebühr mit € 200.-**

### Wise

<https://wise.com/invite/u/michaelalphonsd>  
Michael Alphons Duttwiler,  
IBAN BE47 9674 4838 4280,  
SWIFT/BIC: TRWIBEB1XXX  
**Anmeldegebühr mit € 200.-**

### Paypal (mit Kommission)

paypal.me/MichaelDuttwiler  
**Anmeldegebühr mit € 200.- (plus Kommission)**

Nachricht an Empfänger: VORNAME NAME, 31/12/2022 (Datum der Zeremonie), Betreuung Ritual  
Bsp. MANFRED MUSTERMANN, 04/05/2022, Betreuung Ritual

**ES IST WICHTIG, DASS DU EIN BILD/SCREENSHOT DER ZAHLUNGSBESTÄTIGUNG AN UNS SCHICKST.** kosmoskarussell@gmx.ch; ☎ +41 78 742 74 89

Wir werden dir eine Bestätigung zukommen lassen, sobald die Bezahlung bei uns eingetroffen ist, sowie die weiteren Informationen für die Zeremonie.

## Gruppendynamik

Sobald du dich definitiv angemeldet hast, werden wir dich in eine WhatsApp-Gruppe einladen. Hier können noch weitere Fragen gestellt werden; es werden zusätzliche Informationen geteilt und ausserdem besteht dort die Möglichkeit, sich mit den anderen auszutauschen und Fahrgemeinschaft zu bilden.



Wir behalten uns das Recht vor, dich wieder von der Zeremonie zu weisen, wenn du dich nicht an die Vorbereitungen hältst, oder du dich in einem für dich kritischen Zustand befindest. Danke für dein Verständnis.

Wir freuen uns auf eine Zeremonie mit dir! Falls du noch Fragen hast, welche nicht mit diesem Dokument beantwortet wurden, darfst du dich gerne an die Leitung wenden. Mach dich bereit einen Zyklus zu beenden und einen neuen zu beginnen.



**KOSMOS**  
**karussell**  
KREATIVE PROJEKTE · BEGLEITENDE PROZESSE