

Preparación para LA TERAPIA DE MEDITACIÓN Y SANACIÓN CON LA MEDICINA ANCESTRAL O PLANTA MAESTRA AYAHUASCA (LA ABUELITA) en un entorno de ceremonia y respeto.

Guia Ino: 33133 58095 cel/whatsapp

"Tus donaciones amorosas también se aceptan".

Por razones éticas, no deseamos aumentar nuestras tarifas básicas, pero nos gustaría:

1 -poder aceptar casos de emergencia de vez en cuando. (Alojamiento y/o terapia con la abuelita)

2 -nos gustaría poder ayudar a los mas vulnerables (Terapias con la abuelita y sus seguimiento)

También se aceptan tus donaciones en especie, pero tenga en cuenta que somos vegetarianos y seguimos una dieta saludable.

Una caja de donaciones se encontrara cerca de la puerta de entrada del centro.

Gracias,

Don Ino.

La terapia o Meditación e Introspección con la medicina sagrada, Gran espíritu, Planta Maestra o Madre Ayahuasca, es una oportunidad para autoconocimiento y re-conexión con tu ser interior verdadero, con el maestro interior, y desde ahí, encontrar la sanación física, emocional y mental mediante el perdón, el entendimiento de los procesos de vida, la alegría y el amor incondicional, estados de vibración de alta frecuencia en los que los participantes deshacemos los bloqueos energéticos que hemos generado en el caminar de la vida y que han ido enfermando nuestras relaciones, principalmente la que es con nosotros mismos.

Tomar parte en esta ceremonia debe de ser un llamado en tu corazón para asistir libre y respetuosamente. Gracias doy por permitirme ser parte de tu proceso en

este viaje a tu interior sagrado. Recuerda que todo esta dentro de ti y que la medicina es un vehículo para recodar y reconectar con tu sabiduría, finalmente la medicina eres tu! Soy guardián de esta sabiduría ancestral y respetosamente seré tu guía y con responsabilidad te acompañare en tu proceso. Respetando el linaje milenario doy gracias a mi maestro y sus maestros y a la energía sagrada de la Abuelita la Ayahuasca.

DESCRIPCION DE LA AYAHUSCA:La Banisteriopsis caapi (inhibidor en el estomago de la MAO, transportador de la Dimetiltriptamina o DMT) una liana del amazonas del cual mezclada con otra planta llamada Chacrana (DMT) resulta la Bebida (Medicamento, brebaje, pócima, infusión), llamada Ayahuasca, conocida como Planta Sagrada y maestra. En **quechua** *ayahuasca* significa 'soga de los espíritus' por su etimología *aya* espíritu, muerto y *waska* 'soga, cuerda', ya que en la **cosmovisión** de los pueblos nativos el ayahuasca es la sogas que permite que el **espíritu** salga del cuerpo sin que este muera.

Utilizada desde hace más de 5000 años por los Chamanes, Curanderos o Maestros Ayahuasqueros del Amazonas como un camino para obtener la expansión de la conciencia (Sujeto – Alma). Y ahora es usada en Perú en centros para rehabilitar toxicómanos o personas adictas drogas duras o prohibidas y drogas legales como pastillas antidepresivas. La ayahuasca es, así mismo, el sacramento de varias iglesias brasileñas, como el **Santo Daime** o la **União do Vegetal**, que se han expandido por Estados Unidos y **Europa**, con un uso adecuado y respaldado por la experiencia y las investigaciones del gobierno brasileño y americano.

La bebida que se extrae de la planta Ayahuasca es la mayor fuente Vegetal conocida de dimetiltriptamina (DMT) es un neurotransmisor producido naturalmente en nuestro cerebro desde la glándula pineal que es responsable de los sueños en la fase REM del descanso inconsciente.

La Ayahuasca activa la glándula Pineal, esta glándula esta estrechamente relacionada con las experiencias místicas. La Ayahuasca es el relajante mas

potente del planeta que fue patentado en USA como antidepresivo y es declarado patrimonio Cultural en el 2008 por el Gobierno Peruano RESOLUCIÓN DIRECTORAL NACIONAL No 836/INC.

EL DMT presente en la bebida Ayahuasca es la responsable de los sueños nocturnos. Es decir, cuando una persona se duerme, medita o hace Yoga, su cerebro, empieza a segregar una sustancia química, equivalente a la DMT de la Ayahuasca, que permite, precisamente, que la persona sueñe. El efecto de beber Ayahuasca, es entonces, aproximadamente como experimentar un sueño, pero mientras estamos despiertos, sueños lucidos. Sentir los efectos de la Ayahuasca, es como soñar, pero con plena conciencia del contenido de las imágenes y de los contenidos emocionales que tiñen el sueño. Esto es, acceder a la infinita información que contiene nuestro sub-consiente y mundo espiritual.

La ayahuasca coloca al cerebro en estados ampliados de vibración, trabajando de forma óptima y así, la persona alcanza estados elevados de conciencia. La ayahuasca NO es una droga, NO crea dependencia, NO provoca estados de alucinación desequilibrados, ni existe pérdida de la conciencia, por el contrario, el sentimiento es de total control, mayor lucidez mental, se sabe perfectamente donde se está y que se esta haciendo con mayor lucidez.

La participación en esta ceremonia exige un compromiso serio y respetuoso. El entendimiento que nos regala esta experiencia e integrarlo a nuestro ser, a nuestra vida diaria y los que nos rodean es el fin de este ejercicio. Lo que se aprendió y para que nos sirve.

La dieta que se te pide hacer es de vital importancia a nivel físico para la correcta absorción de la medicina. Se totalmente honesto contigo mismo al prepararte para

esta experiencia: si no te es posible hacerlo al 100% te pido que hagas lo mas que puedas pero que menciones tu grado de preparación el día de la ceremonia para saber en que estado de preparación llegas a la ceremonia, esto con el propósito de apoyarte mejor en tu proceso.

LAS SIGUIENTES INDICACIONES SON PARA QUE LA MEDICINA PUEDA SER MEJOR ABSORBIDA POR TU ORGANISMO Y SE MANIFIESTE MAS PROFUNDAMENTE:

PREPARACIÓN y RECOMENDACIONES: 5 días antes del día de la ceremonia y 3 días después:

Evite ingerir alcohol y cualquier otro tipo de drogas.

1. Abstenerse de realizar prácticas sexuales: esta abstención tiene que ver con que nuestro ser tenga suficiente energía vital para que la medicina pueda hacer mejor su trabajo

2. Coma moderadamente, alimentos frescos, naturales y evite carnes, cerdo, pollo, pescado (cualquier cadáver), evite también grasas, picantes, comidas muy condimentadas, cebollas, quesos añejados, ajos y ácidos.

3. Consume líquidos, sobre todo agua, hidratarse bien los días previos y especialmente el día de la ceremonia.
4. Evitar ver noticias, programas o películas con violencia, video juegos con violencia.
5. Evitar personas o situaciones negativas
6. Dormir y descansar bien los días previos, especialmente la noche anterior a la ceremonia.

Se recomienda utilizar este audio como soporte para su meditación durante los 5 días anteriores a la ceremonia, con audífonos:

<https://www.youtube.com/watch?v=g7EHidYj9BQ>

Son ondas Thetas y Sonidos Isocrónicos con cuencos tibetanos y lluvia.

No importa que te quedes dormido. Lo puedes escuchar varias veces al día. La intención es preparar a tu cerebro, tu mente y tu cuerpo.

Sonidos Isocrónicos: gracias a ellos podemos inducir el cerebro a entrar en diferentes estados, lo cual nos puede traer distintos beneficios para el cuerpo y la mente.

Ondas Thetas: 4-7 hz. Relajación profunda, meditación y imaginación.

Si ya meditas, haz tus meditaciones todos los días antes de la toma.

Si haces yoga, hazlo todos los días previo a la ceremonia (3 a 5 días)

Además de los cuidados personales y de dieta, es importante la actitud mental, emocional y espiritual frente a la experiencia: la apertura mental, la limpieza de la intención y la certeza que hacemos algo en bien de nuestra salud. También, la seguridad que estamos con personas que saben lo que están haciendo.

Asistir a la ceremonia con total respeto!

Bañarse inmediatamente antes de acudir a la ceremonia sería lo ideal

Es de vital importancia saber que la experiencia puede provocar Vómito, diarrea, moqueo, llanto, movimientos involuntarios, todo esto es parte del proceso de limpieza que la medicina hace dentro de nuestro ser.

PERSONAS QUE NO PUEDEN TOMAR PARTE: Personas con antecedentes epilépticos, con problemas cardiacos severos, ninguna operación SERIA reciente, personas con tratamiento psiquiátrico.

Si considera que requiere una evaluación personal previa a su participación, cualquier duda que surja o pregunta que se manifieste, ponerse en contacto con toda confianza. Ino: 33133 58095.

EL DIA DE LA CEREMONIA:

Hay dos opciones para inicio de la ceremonia, 10 am o 6 pm (lo cual implica que la ceremonia será toda la noche y se duerme en el lugar de la ceremonia), juntos decidiremos cual es el horario adecuado para ti o el grupo.

1. Traer algo para abrigarse, almohada o cobija preferida, ropa cómoda, kleenex, **una veladora blanca chica de cristal**, sandalias o similar para salir al baño, agua para tomar y traer algo como alimentos naturales, frutas, galletas, etc.



2. El día de la ceremonia es **importantísimo hacer ayuno** (no comer nada) pero si hidratarse bien, si la ceremonia empieza a las 6 pm, muy temprano por la

mañana se puede consumir alimentos pero deben ser ligeros de fácil digestión, y después mantenerse solo con agua (deben de ser 8 horas de ayuno como mínimo)

3. La vestimenta adecuada para la sesión es la mas cómoda posible.

4. Apagar teléfonos celulares durante la ceremonia.

5. El día siguiente de la toma se recomienda que sea para descansar, reflexionar y poner atención a nuestro ser.

6. Las mujeres que tengan el período menstrual no podrán participar en la terapia o de hacerlo se hará un trabajo mas suave con ellas.

7. Personas experimentadas pueden traer su propia música y escucharla con audífonos si así lo desean.

POR RESPETO A LA CEREMONIA, A TI MISMO Y A LOS DEMAS FAVOR DE SER PUNTUALES.

Se realizará una platica de introducción, una pequeña meditación, y se armonizará el grupo o a la persona. Duración 1 hora aprox.

La ceremonia tendrá una duración de 6 a 7 horas aproximadamente. 8 horas en total en promedio.

Después de la ceremonia regresaras a tu estado físico y mental normal. Solo mas sensible en lo emocional. Podrás manejar y hacer cualquier actividad normal.

Se recomienda que te des el espacio para descansar y reflexionar después de la ceremonia.

Por su propia seguridad usted deberá asumir el compromiso de permanecer hasta el cierre de la ceremonia. La Ayahuasca

expande la consciencia y los sentidos y deja a la persona más sensible física y espiritualmente no siendo prudente salir a la calle sin haber concluido y cerrado su trabajo.

SE TE INVITA A QUE TE INFORMES AMPLIAMENTE POR TU CUENTA SOBRE LA TOMA DE LA AYAHUASCA DE FUENTES OBJETIVAS Y ABIERTAS DE CRITERIO Y NO DE FUENTES QUE TENGAN UNA AGENDA COMERCIAL, POLITICA, RELIGIOSA O MORALISTA.

MAS INFORMACION:

ICEERS (International Center for Ethnobotanical Education, Research & Service)

En español:

<http://www.iceers.org/interested-taking-ayahuasca.php?lang=es#.V9K7VksrdEQ>

Antropología de la Ayahuasca: VIDEO Josep M Fericgla

https://www.youtube.com/watch?v=k-D_t229sDM 1

<https://www.youtube.com/watch?v=9AI7FVkJMhg0> 2

Ayahuasca en TED Talks - GRAHAM HANCOCK. Guerra a la conciencia. Español.

<https://www.youtube.com/watch?v=eLzgJnh-8pc>

18:44 mins

DMT la molecula espiritual: VIDEO

<http://youtu.be/k7eaf9NRpN8>

1.14.01 mins

Ayahuasca y Psicoterapia Dr. Claudio Naranjo. VIDEO

<https://www.youtube.com/watch?v=Fo8pnhXVvYs>

1.31:10 mins

ALTAMENTE RECOMENDABLE ESTA PELICULA COLOMBIANA: El Abrazo de la Serpiente, Tràiler Oficial:

<https://www.youtube.com/watch?v=FdOYd-21qaA>

Es muy importante también conocer sobre la Banisteriopsis caapi, ya que es una de las plantas que compone la Ayahuasca (Yage) y que actúa como inhibidor de la monoamina oxidasa (IMAO).

Es necesario no estar tomando inhibidores de la monoamina oxidasa (IMAOs) u otra medicación que interactúe con los IMAOs. También es necesario no estar tomando SSRIs del tipo Zoloft o Prozac. El Zoloft y el Prozac no son IMAOs, sino SSRIs. Sin embargo, estos no deberían ser ingeridos junto con ayahuasca debido al riesgo de contraer el Síndrome de la Serotonina. Si estás tomando un IMAO (los cuales ya no son tan frecuentes, dado que fueron reemplazados en gran medida por los SSRIs, aunque podría ser el caso) debe suspenderlo sin lugar a dudas antes de tomar ayahuasca. Ambas medicaciones deben discontinuarse al menos de tres a cuatro semanas antes de tomar ayahuasca.

IMPORTANTE: Contraindicado el uso de la Ayahuasca para los usuarios de drogas y medicamentos psicoactivos listados a continuación a no ser después de por lo menos una semana de suspensión de la medicación como:

Antidepresivos inhibidores selectivos de la recaptación de la serotonina como:

Fluoxetina (Prozac y otros);

Citalpram (cipramil, Denyl);

Paroxetina (Ar-ropas, Cebrilin, Pondera);

Sertalina (Novativ, Sercerin);

Antidepresivos tricíclicos como Imipramina (Tofranil):

Desipramina (Norpra-mina);

Clomipramina (Anafranil);

Antidepresivos de efecto dual o complejo como:

Venlafaxina (Efexor);

Sustancia de mecanismo de acción no muy bien establecido como Lítio (Carboclim, Litiocar, Neurolithium);

Inhibidores de la Monoamina Oxidase como:

Tranilcipromina (Parnate, Stela-par);

Fenelzina (Nardil).

Abajo sigue una lista de alimentos y sustancias **a evitar 12 horas antes y 12 horas después** del uso de un IMAO:

- Comprimidos para dormir
- Analgésicos
- Cocaína
- Anfetaminas (speed)
- MDMA (XTC)
- Medicinas contra migrañas y alergias
- Antidepresivos conteniendo Inhibidores
- Selectivos de Recaptación de Serotonina
- (ISRS's) como: fluoxetina (Prozac),
- Citalopram (Cipramil), fluvoxamina

- (Fevarin), sertralina (Zoloft), paroxetina
- (Seroxat) Y kanna (Sceletium tortuosum),
- Mezcalina cacto (peyote y san pedro),
- Alcohol
- Efedra/efedrina
- Pseudo-efedrina
- Macromerina
- Phentermina

Puede causar nausea o migrañas en combinación con un inhibidor de IMAO:

- Productos lácteos fermentados (yogur, natas, suero de leche)
- Queso curado/semicurado (excepción: queso fresco, queso crema)
- Chorizos secos y fermentados
- Carne o huevos no frescos
- Arenque y pescado seco con sal
- Extractos de carne, extractos de levadura (Marmita)
- Productos con fermento (pan no hace daño)
- Choucroute
- Frutas (higos, piña, aguacates, habas, ciruelas enlatadas rojas, frambuesas)
- Nueces judías y alubias (lima, habas de fava, lentejas, guisantes de nieve, y rebentode soya)
- Salsa de soya

- LSA (Morning glory y semillas de Baby Hawaiian Woodrose)
- Hierbas con MDA (sweet flag/Acorus calamus, nuez moscada)
- Chocolate/Cacao, productos con cafeína (guarana, café, té, cola, bebidas energéticas, etc.), Ginseng
- Inhaladores nasales como Vicks Sinex, Prevalin o Otrivin

Eliminamos también a los candidatos bajo el uso de psicoestimulantes como ritalina.

La sensatez indica que mientras no se conocen con certeza los efectos específicos de cada una de las sustancias citadas con relación a las dosis habituales de DMT y agentes inhibidores de la monoamina oxidase típicamente contenida en la infusión, no se debe incentivar el uso de la Ayahuasca en personas usuarios de estas medicaciones.

¿QUÉ DROGAS HAY QUE EVITAR CUANDO SE PRETENDE PARTICIPAR?

El siguiente tipo de medicamentos no son adecuados para su uso con la Ayahuasca:

- Otros IMAOI
- SRS (cualquier inhibidor selectivo de la recaptación de serotonina)
- Alcohol
- Antisicóticos
- Supresores del apetito (pastillas)
- SNC (depresantes del sistema nervioso central) Anfetaminas (incluyendo metanfetamina y dex, variantes)

-Antihipertensivos (medicinas para la presión alta)

-Medicinas para el asma, la bronquitis y otros problemas respiratorios

-Antihistamínicos, medicamentos para los resfriados, problemas de sinusitis, fiebre del heno o alergias (Benadryl, Benylin, Chlor-Trimeton , Compoz, etc.)

Drogas y hierbas que se debe evitar:

Actifed

Amantadine hydrochloride (Symmetrel)

Amoxapine (Asendin)

Benadryl

Benylin

Bupropion (Wellbutrin)

Buspirone (BuSpar)

Carbamazepine (Tegretol, Eptol)

Chlor-Trimeton

Clomipramine (Anafranil)

Cocaina

Ciclobenzaprina (Flexeril)

Cyclizine (Marezine)

Desipramina (Petrofrane)

Dextrometorfano (DXM)

Disopiramida (Norpace)

Doxepina (Sinequan)

Ephedra

Efedrina

Flavoxato clorhidrato (Urispas)

Fluoxetina (Prozac)

Ginseng

Imipramina (Tofranil)

Isocarboxazida (Marplan)

Kava

Levodopa (Dopar, Larodopa)

Loratadina (Claritin)

Maprotilina (Ludiomil)

Meperidina (Demerol)

Metilfenidato (Ritalin)

Nortriptilina (Aventyl)

Cloruro de oxibutinina (Ditropan)

Orfenadrina (Norflex) Parnate

Paroxetina (Paxil) Phenergen

Fenelzina (Nardil)

Procainamida (Pronestyl)

Protriptilina (Vivactil)

Pseudoefedrina

Quinidina (Quinidex)

Salbutamol

Salmeterol

Selegilina (Eldepryl)

Sertralina (Zoloft)

Sinicuichi

St John Wart

Tegretol

Temaril

Tranilcipromina (Parnate)

Antidepresivos tricíclicos (amitriptilina, Elavil)