

WAARSCHUWING

**SPIRIT ELIXIR BEVAT POTENTIEEL GEVAARLIJKE STOFFEN. LEES DE WAARSCHUWINGEN
IN DE HANDLEIDING VOORDAT JE POGT SPIRIT ELIXIR TE BROUWEN!**



EEN REINIGEND, PSYCHEDELISCH, VISIONAIR AMAZONE-BROUWSEL

Dus hier zijn mensen zonder electronmicroscopen die, van de grofweg 80,000 Amazone plantensoorten, de bladeren van een struik kiezen die een hallucinogeen hersenhormoon bevatten, die ze combineren met een liaan die stoffen bevat die een enzym deactiveren, dat anders het hallucinogene effect zou blokkeren. En dit doen ze om hun bewustzijn te veranderen.

De Kosmische Slang (Jeremy Narby)



INTRODUCTIE

Het brouwsel dat we gaan maken is een traditioneel medicijn uit het Amazone-regenwoud. Sjamanen en medicijnmannen van diverse stammen gebruiken het voor spirituele en fysieke genezing in zichzelf of anderen en om te communiceren met het woud. De drank wordt ook genomen door reguliere stamleden en stedelingen.

Spirit Elixir is voornamelijk een purgatief, dat ongemak in de buik en hevige overgeven veroorzaakt. Wanneer je in de juiste stemming en omgeving bent, en je drinkt een grote hoeveelheid, dan zal je meemaken wat doorgaans een psychedelische ervaring wordt genoemd. Sterke, kleurrijke visioenen, auditieve hallucinaties of overweldigende emoties nemen de gebruiker naar mentale werelden die slechts sporadisch zijn verkend door de westerling.

Het is verstandig om de waarschuwingen goed door te nemen. Tripverslagen onthullen dat dit brouwsel lichamelijke en geestelijke gevaren meebrengt voor degenen die de inheemse of westerse kennis over sjamanistische bezigheden negeren. Degenen die dat niet negeren staan op het punt aan boord te gaan van een mystiek avontuur met een buitengewoon helende, rijke, vitaliserende en ontroerende kwaliteit.



Banisteriopsis caapi struik

WAT ER IN HET PAKKETJE HOORT TE ZITTEN

In het pakketje hoort deze handleiding aanwezig te zijn, en tevens een van de volgende kruidencombinaties:

4 gr. *Mimosa hostilis* wortelbast & 2 gr. *Peganum harmala* zaden
4 gr. *M. hostilis* wortelbast & 50 gr. *Banisteriopsis caapi*
5 gr. *Diplopteryx cabrerana* bladeren & 2 gr. *P. harmala* zaden
5 gr. *D. cabrerana* bladeren & 50 gr. *B. caapi*
25 gr. *Psychotria viridis* bladeren & 2 gr. *P. harmala* zaden
25 gr. *P. viridis* bladeren & 50 gr. *B. caapi*

Deze handleiding is geschikt voor alle zes de combinaties.

BENODIGDHEDEN

- geduld, goede intenties, geschikte muziek, bekendheid met psychedelische ervaringen
- een persoon die als 'sitter' of gids kan fungeren tijdens jouw ervaring
- een normale keuken met potten, pannen, fornuis, water, etc.
- tot 10 uur bereidingstijd, afhankelijk van de bereidingsmethode
- 250-750 ml citroensap of azijn per persoon (optioneel, doch sterk aanbevolen)

WAARSCHUWINGEN

B. caapi hout en *P. harmala* zaden bevatten zogenaamde **MAO-remmers**. Deze kunnen extreem **gevaarlijk** zijn wanneer ze gecombineerd worden met bepaalde etenswaren en psychoactieve stoffen. Er is geheelonthouding vereist van slaappillen, kalmeringsmiddelen, cocaine, anti-migraine- en anti-allergie-middelen, **anti-depressiva**, kanna, mescaline, **speed**, **XTC**, alcohol en efedra 12 uur voor en na het drinken van Spirit Elixir. Deze stoffen zijn **uiterst giftig** wanneer je onder invloed van een MAO-remmer verkeerd en kunnen leiden tot coma of erger. Hoofdpijn en misselijkheid kunnen veroorzaakt worden door gefermenteerde zuivelproducten, salami, pepperoni, lever, zout, haring, andere vis, zuurkool, vijgen, bananen, ananas, avocado, rozijnen, noten, limabonen, linzen, soyabonen, chocola, cafeïne en ginseng. De eigenlijke lijst van stoffen die je moet vermijden is veel groter. Bij twijfel kan je het beste het internet raadplegen voordat je de stof inneemt. We benadrukken dat je de conflicterende stof moet vermijden 12 uur voor en na het nemen van Spirit Elixir. Wanneer je anti-depressiva op regelmatige basis gebruikt, dan kan je het beste het drinken van Spirit Elixir uitstellen totdat je reeds een aantal maanden klaar bent met je medicatie.

Neem Spirit Elixir nooit wanneer je in je eentje bent, en ook niet zonder een nuchter persoon in de aanwezigheid. Zelfs veel ervaren drinkers geven de voorkeur aan een 'sitter' of begeleider die over ze waakt en de basisbehoeften verzorgt. Soms hebben mensen onder invloed van Spirit Elixir fysieke interactie

met hun dromen of visioenen. Dit betekent dat ze bijvoorbeeld rond gaan lopen, dingen omver gooien of tegen de muur of het raam lopen zonder het te weten. Over het algemeen geeft men de voorkeur aan zitten of liggen, en een 'sitter' kan je helpen terug te keren naar deze veilige lichaamshoudingen wanneer je teveel door de ervaring wordt opgeslokt. Het is ook gewoon handig en gemakkelijk om een 'sitter' te hebben. Hij of zij kan de muziek, het water, en wat dekentjes regelen en onverwacht bezoek afhandelen. Het uit handen geven van dit soort verantwoordelijkheden aan een toegewijde 'sitter' heeft over het algemeen bewezen de ervaring aangenamer en meer genezend te maken.

WAT JE KAN VERWACHTEN

Het is het beste om helemaal geen verwachtingen te hebben, aangezien slechts een handjevol mensen die een vergelijkbaar brouwsel voor het eerst maken meteen het gewenste effect behalen. Dit wordt veroorzaakt door inaccuraat bereiding, psychologische oorzaken, laagpotent plantmateriaal, en vele andere oorzaken. Wees daarom goed geïnformeerd voordat je het brouwsel daadwerkelijk gaat maken. Het kan ook helpen als je de instructies zorgvuldig opvolgt.

De effecten van Spirit Elixir beginnen meestal binnen een uur nadat het is ingenomen en de ervaring duurt tussen de 2 en 6 uur. De drinker voelt zich alsof hij begint te dromen terwijl hij klaarwakker is. Er komen diverse ongebruikelijke, natuurlijke en mystieke gedachten en mentale beelden, zoals telepatie met objecten, planten en mensen, negatieve of positieve herinneringen uit de kindertijd, obstakels in het leven, diepe wensen waar je je onbewust van was, landschappen, denkbeeldige levensvormen, kosmische filosofie, etc.

De daadwerkelijke intensiteit van de ervaring, en hoe echt het overkomt, hangt af van veel factoren, alhoewel één pakketje voor één persoon over het algemeen een goede hoeveelheid is voor mensen die nooit eerder een vergelijkbaar psychoactief middel hebben genomen, of iemand die op zoek is naar een milde ervaring. Mensen die toe zijn aan een diepe, intense psychedelische ervaring nadat ze bewust en uitgebreid geëxperimenteerd hebben met lagere doseringen, kunnen het beste de inhoud van twee pakketjes voor één persoon gebruiken. Afgezien van de zojuist genoemde effecten, neigt een dergelijke dosering ontmoetingen met entiteiten, lichaamsuittredingen, ego-oplossing, overweldigende geometrische patronen, psychologische regressies en vergelijkbare fenomenen te bewerkstelligen, met een mate van realisme die de drinker zijn alledaagse leven en realiteit doen vergeten.

De meeste drinkers krijgen buikkramp, duizeligheid of diarree. Wanneer dat gebeurt, is het meestal in de eerste 2 uur na inname. De inheemsen uit de Amazone zien dit, het purgeren van zowel lichaam als geest, als één van de belangrijkste effecten van het brouwsel. Westerlingen zullen waarschijnlijk een kotsbakje bij de hand willen hebben en makkelijke toegang tot een toilet. Degenen die voornamelijk geïnteresseerd zijn in de purgatieve kwaliteiten van Spirit Elixir worden aangeraden wat *B. caapi* te zoeken en te experimenteren met infusies gemaakt van enkel deze lian.

VERDERE AANBEVELINGEN

Het is sterk aanbevolen 4 uur voor het drinken te vasten. Het zou nog beter zijn als je een hele dag vast. Het is onveilig dit advies te negeren, alhoewel dit een eventuele belemmering kan vormen voor de intensiteit en 'flow' van de ervaring. Een groot deel van de westerse voeding bestaat uit vlees, vet, zuivel en complexe suikers, oftewel voedingswaren die meer actie en aandacht van je lichaam vereisen dan natuurlijk voedsel dat op planten is gebaseerd. Je dieet beperken is simpelweg een manier om energie en bronnen vrij te maken die nodig zijn om het meeste uit een psychedelische ervaring te halen.

In veel inheemse omstandigheden wordt het drinken van Spirit Elixir letterlijk nooit los gezien van een dieet dat gebaseerd is op veganistisch eten. Sjamanen zeggen dat dit, en onthouding van sex vlak voor het drinken, nodig is om zowel lichaam als geest voor te bereiden.

Verder wordt het sterk aanbevolen de volgende vuistregels voor het nemen van psychedelica te respecteren: zorg dat je tot 36 uur na inname geen verplichtingen hebt, neem de drank in een omgeving waar je je op je gemak voelt, samen met iemand die je vertrouwt en goed kent, en besteed wat tijd aan het nadenken over je motivaties.

SUGGESTIES VOOR ALS JE TREK HEBT

De lijst met voedingswaren die gezondheidsproblemen veroorzaken wanneer je onder invloed bent van een MAO-remmer is eindeloos. Het belangrijkste component dat conflicten veroorzaakt, wanneer aanwezig in relatief hoge hoeveelheden, is tyramine. Een vluchtige kijk op het internet zal je informeren over hoe lastig het is voedsel te vinden dat helemaal geen tyramine bevat. Desondanks kan je de volgende dingen eten zonder je zorgen te maken: brood, een appel, zuivelvrije koekjes en chips (naturel).

AANTEKENINGEN BIJ HET RECEPT

Er zijn letterlijk miljoenen recepten voor brouwels als Spirit Elixir. We hebben ons best gedaan de makkelijkste bereidingsmethodes te vinden, zodat je je concentreren op de ervaring zelf. Daarnaast hebben we gezocht naar methode met balans tussen wetenschap en spiritualiteit. Je kan of de instructies opvolgen, of je kan improviseren de instructies gebruiken als richtlijn.

Hoe je 't ook doet, houd het volgende in gedachten:

- Hoe meer hitte je gebruikt, hoe meer actieve ingrediënten er verloren gaan.
- Hoe korter je de kruiden laat sudderen in het water, hoe meer zuur je nodig hebt.
- Hoe minder water je gebruikt, hoe meer zuur je nodig hebt.
- Het is ook mogelijk om helemaal geen zuur toe te voegen, wat in feite de voornaamste traditionele methode is. Op deze manier duurt het echter aanzienlijk langer om de extractie te voltooien, want het zuur helpt de actieve ingrediënten wateroplosbaar te maken.
- Je kan de twee planten ook samen koken in dezelfde pan, en is een gevestigde methode in diverse stammen en tradities. Wanneer je echter de twee planten tegelijkertijd inneemt, dan wordt een deel van de actieve stoffen uit *M. Hostilis*, *D. caberana*, of *P. viridis* inactief gemaakt in het spijsverteringssysteem, aangezien het eventjes duurt voordat de MAO-remmers effectief zijn.
- Sommige mensen hebben een sterke voorkeur voor het gebruiken van gedestilleerd water. In de meeste landen is kraanwater ook geschikt.
- Wanneer je twee of meer Spirit Elixir pakketjes wilt klaarmaken, dan vermenigvuldigt je simpelweg alle hoeveelheden water en citroensap met hoeveel pakketjes je gebruikt. Wanneer je 2 of 3 pakketjes met *P. harmala* voor één persoon maakt, gebruik dan nooit meer als 5 gram van de zaden.



Psychotria viridis bladeren
Spirit Elixir bevat een visionaire verbinding die elk zoogdier en veel planten produceren.



Psychotria viridis zaden

BEREIDING VAN *P. HARMALA* ZADEN

Wanneer je een Spirit Elixir combinatie met *B. caapi* hebt, ga dan verder naar het kopje 'Bereiding van al het andere plantmateriaal' hieronder.

DE MAKKELIJKE MANIER

Gebruik een vijzel of koffiemolen om de zaden te verpoederen. Doe het poeder in een kopje en voeg 50 tot 100 ml water toe. Je zal de komende minuut het poeder naar de bodem zien zinken. Vlak voordat je het goedje drinkt moet je nog even goed roeren, en dan kan je het in één slok opdrinken, of uitspreiden over 15 minuten als je een gevoelige maag hebt. Wanneer er wat poeder achterblijft in het kopje, dan voeg je wat water toe, roeren, en opdrinken.

EEN ANDERE MANIER

Voor veel mensen is *P. harmala* zadenpoeder zwaarder op de maag dan een vloeibaar extract. Het volgende recept is de makkelijkste manier om een goed extract te maken. Houd echter in gedachten dat een deel van de actieve ingrediënten bij deze bereidingsmethode verloren zal gaan. Als je meer van deze zaden hebt liggen, dan zou je dit kunnen compenseren door ongeveer een halve gram extra te gebruiken. Een vloeibaar extract maken zoals hieronder beschreven, is over het algemeen het beste geschikt wanneer je een brouwsel voor 3 mensen of meer gaat maken.

- 1) Gebruik een vijzel of koffiemolen om de zaden te verpoederen.
- 2) Doe het poeder in een pan en voeg 250 ml water toe en 50 tot 100 ml citroensap of azijn.
- 3) Zet de pan op het fornuis en breng het water aan de kook. Gebruik geen deksel.
- 4) Zodra het water begint te borrelen of koken, plaats de pan dan direct op het laagst mogelijke vuur op je fornuis.
- 5) Laat het 30 minuutjes sudderen.
- 6) Filter het met een koffiefilter.
- 7) Het extract is klaar voor gebruik. Als je het teveel vindt om naar binnen te werken, kook het dan eerst in. Het poeder zelf kan bij je tuinafval.


BEREIDING VAN AL HET ANDERE PLANTMATERIAAL

DE EERSTE EXTRACTIE

- 1) Doe het plantmateriaal in een pan. Wanneer je 2 planten bereidt, gebruik dan aparte pannen voor elke plant.
- 2) Wanneer je *M. hostilis* of *D. cabrerana* gebruikt, voeg dan 300 ml water toe. *P. viridis* en *B. caapi* hebben 500 ml water nodig.
- 3) Voeg aan elke pan 200 ml citroensap of azijn toe.
- 4) Zet de pan(nen) op het fornuis en breng het water zonder deksel aan de kook.
- 5) Zodra het water begint te borrelen of koken, plaats de pan dan direct op het laagst mogelijke vuur op je fornuis en laat het 30 minuutjes sudderen.
- 6) **Pas op! Heet!** Giet elke pan af met een t-shirt, kaasdoek of zakdoek (of iets anders dat van fijingazig katoen is gemaakt). Wanneer je 2 planten aan het extraheren bent, bewaar de vloeistoffen dan in gescheiden containers.
- 7) **Pas op! Heet!** Nadat je al het vocht uit het plantmateriaal hebt geperst (pas op dat je niet verbrandt!), zet je de container(s) aan de kant.

DE TWEEDE EXTRACTIE

- 8) Verzamel wat er over is van het plantmateriaal in een pan. Hier geldt ook dat wanneer je 2 planten bereidt, je gescheiden pannen gebruikt voor elke plant. Gebruik gewoon de pan die je in stap 1 hebt gebruikt (zonder af te spoelen o.i.d.).
- 9) Wanneer je *M. hostilis* of *D. cabrerana* gebruikt, voeg dan 300 ml water toe. *P. viridis* en *B. caapi* hebben 500 ml water nodig.
- 10) Voeg aan elke pan 200 ml citroensap of azijn toe.
- 11) Zet de pan(nen) op het fornuis en breng het water zonder deksel aan de kook.
- 12) Zodra het water begint te borrelen of koken, plaats de pan dan direct op het laagst mogelijke vuur op je fornuis en laat het 30 minuutjes sudderen.

- 
- 13) **Pas op! Heet!** Met hetzelfde stuk katoen giet je de pan(nen) af in de container(s) die je hebt gebruikt in stap 7.
Voorbeeld: Wanneer je een *P. viridis* extract maakt, voeg dan het tweede extract toe aan de container die je voor het vorige *P. viridis* extract hebt gebruikt.
Wanneer je 2 planten extraheert, bewaar dan de vloeistoffen in gescheiden containers.
Voorbeeld: Wanneer je een *B. caapi* en een *D. cabrerana* extract maakt, voeg dan elk extract toe aan de container die je voor het vorige extract hebt gebruikt.
- 14) **Pas op! Heet!** Nadat je al het vocht uit het plantmateriaal hebt geperst (pas op dat je je niet verbrand!), zet je de container(s) aan de kant.

DE DERDE EXTRACTIE

- 15) Verzamel wat er over is van het plantmateriaal in een pan. Wederom gescheiden pannen gebruiken elke plant wanneer je 2 planten aan het extraheren bent. Gebruik nog steeds de pan die je in stap 1 hebt gebruikt, zonder te wassen.
- 16) Wanneer je *M. hostilis* of *D. cabrerana* gebruikt, voeg dan 150 ml water toe. *P. viridis* en *B. caapi* hebben 250 ml nodig.
- 17) Voeg 50 ml citroensap of azijn toe aan de pan(nen).
- 18) Zet de pan(nen) op het fornuis en breng het water zonder deksel aan de kook.
- 19) Zodra het water begint te borrelen of koken, plaats de pan dan direct op het laagst mogelijke vuur op je fornuis en laat het 30 minuutjes sudderen.
- 20) **Pas op! Heet!** Met hetzelfde stuk katoen giet je de pan(nen) af in de container(s) die je hebt gebruikt in stap 7 en 15.
- 21) **Pas op! Heet!** Nadat je al het vocht uit het plantmateriaal hebt geperst (pas op dat je je niet verbrand!), kan je het plantmateriaal bij je tuinafval doen.

INKOKEN EN DRINKEN

Je hebt nu één container met een vloeibaar *P. viridis*, *D. cabrerana* of *M. hostilis* extract, en een andere container met of een vloeibaar *B. caapi* extract of *P. harmala* poeder in water (of een extract daarvan).

De smaak van Spirit Elixir is vreselijk en zorgt ervoor dat je over wilt geven. Om de thee binnen te houden moet je het volume verkleinen, zodat je de hele dosering in één à twee slokjes weg krijgt. Dit doe je heel simpel door desbetreffend extract in een pan te doen en op het laagste vuur te zetten, **zonder deksel**. Het inkoken naar een formaat van een klein kopje kan ergens tussen de 15 minuten en een aantal uren duren. Blijf daarom je pannen goed in de gaten houden als je aan het inkoken bent. Zelfs wanneer het proces erg langzaam lijkt te gaan is het verstandig elke 15 minuten even kijken hoe alles gaat. Als je 'm te lang laat staan kook je het zodanig in dat het stroperig en onhandelbaar wordt. Als je 'm nog langer dan dat laat staan, zal het verbranden omdat het er geen vocht meer over is dat nog kan verdampen. Verder wil je sowieso niet dat de thee onnodig op het vuur staat, aangezien temperaturen boven de 60°C langzaam de psychoactiviteit van het brouwsel verminderen.

Als de thee eenmaal een volume heeft bereikt waar je je in kan vinden, dan is hij klaar voor consumptie. Als je van jezelf weet dat je over het algemeen een gevoelige maag hebt, dan is het aan te raden eerst het *B. caapi* of *P. harmala* sap te drinken, verspreid over 15 minuten. Eenmaal klaar, begin je meteen het *P. viridis*, *D. cabrerana* of *M. hostilis* sap te drinken, ook verspreid over 15 minuten. Wanneer je geen gevoelige maag hebt, drink je eerst het *B. caapi* of *P. harmala* sap binnen een minuutje op. Voor smaak-gerelateerde redenen wil je waarschijnlijk liever alles in één slok nemen. Wacht 15 tot 20 minuten en drink het *P. viridis*, *D. cabrerana* of *M. hostilis* sap op dezelfde wijze.

De twee kruiden mengen (ze samen te drinken of koken) of meer tijd nemen om de thee binnen te krijgen, resulteert in een zwakker effect.



- HAVE A SAFE AND AWESOME JOURNEY -

