

# Retreat Healing SELF



5 Tages Retreat mit Psilocybin-haltigen Trüffeln,  
Kakao und Rapé Zeremonien



30. Juli -  
3.AUGUST



Wierschuur Stroeërdijk 1,  
1777 PG Hippolytushoef,  
Niederlande

**FORDERE WEITERE  
INFORMATIONEN BEI SILKE AN  
WHATSAPP 0176-45608620**



Schön, dass Du da bist

GENIESSE DEINE ZEIT, DENN DU LEBST NUR  
JETZT UND HEUTE. MORGEN KANNST DU  
GESTERN NICHT NACHHOLEN UND SPÄTER  
KOMMT FRÜHER ALS DU DENKST.

*Albert Einstein*

**Mal angenommen, Dein Leben fühlt sich nicht in allen Lebensbereichen  
so an, wie Du es Dir wünschst**

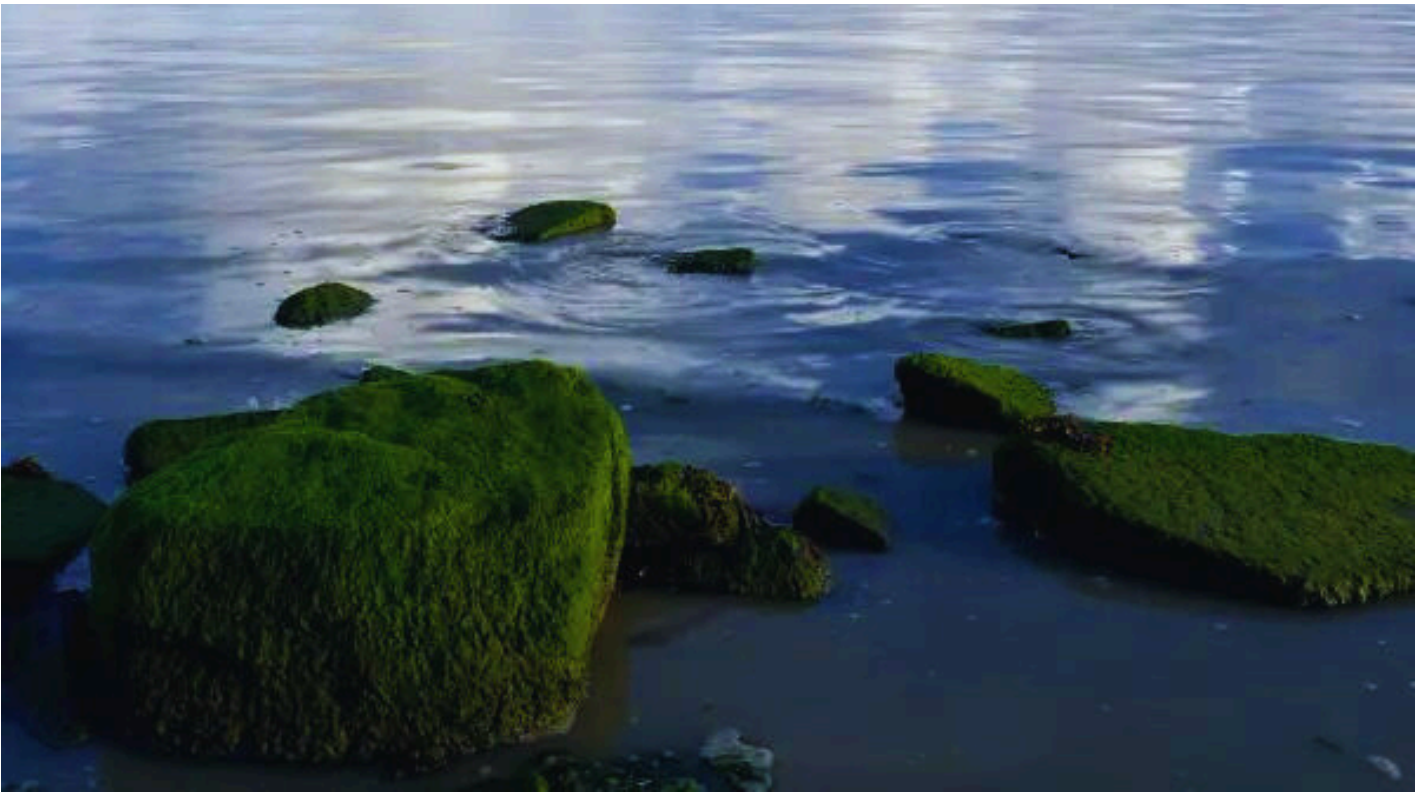
**Und auch, wenn Du Lösungen weißt, die heißen... wenn ... dann. Wenn  
das passiert, dann kann ich mich so fühlen.**

**Und mal angenommen, es gibt eine Lösung, die nichts damit zu tun hat.  
Die es schafft, dass Du Dich jetzt schon so fühlen kannst.**

**Die Dein Herz weit öffnet... wärst Du jetzt bereit den Mut aufzubringen?**

**Wenn ja, ist das Retreat die Lösung für Dich.**





# Unsere Mission

Für persönliche Veränderung und Wachstum findest Du bei uns einen sicheren Raum. Damit Du tiefe Themen und Muster bearbeiten und Dich dabei emotional und körperlich sicher fühlen kannst. Einen Raum, in dem Du Dich in Deiner Authentizität gesehen und verstanden fühlst, weil Du in jedem Moment empathische Wertschätzung erfährst, ganz gleich wie Du gerade bist.

Deine Veränderung steht im Fokus. Anstatt immer weiter aus- und durchzuhalten, wollen wir gemeinsam Lebensfreude und Leichtigkeit in unseren Alltag zurückbringen. Wir wollen den kleinen Dingen wieder mehr Aufmerksamkeit schenken und lernen, die Schönheit in jedem Augenblick und in den Menschen um uns herum zu sehen.

Ein wichtiger Schritt auf diesem Weg ist die intensive Aktivierung des Kontakts zu Dir selbst, zu den lieben Menschen in Deinem Leben und zu Deiner Umgebung. Wir unterstützen Dich dabei mit einem ganzheitlichen Ansatz, der indigene Praktiken mit wissenschaftlichen Erkenntnissen in Einklang bringt.

Unser Ansatz ermöglicht einen tiefen Prozess, den man allein nicht durchlaufen kann. Im Verlauf dieses Prozesses sind wir stets an Deiner Seite. Von der zielgerichteten Vorbereitung bis zur ausführlichen Nachlese begleiten wir Dich bei jedem Schritt – in Deinem Tempo.

*Silke & Darko*



# Inhalte

## Tiefe Prozesse

- 01** Kakao Zeremonie
- 02** Rapé Zeremonie
- 03** Psilocybin Erfahrung
- 04** Sananga

## Verbindende Erlebnisse

- 05** Ganzheitliche Betrachtung
- 06** Ecstatic Dance - Yoga-  
Faszienübungen und Massagen
- 07** Meditation - Breathwork -  
Achtssamkeitsübungen
- 08** Begegnung von  
Herzensebenen auf einer  
Herzensebene



# Inhalte



Wir nutzen die anregende und herzöffnende Wirkung des Kakaos, um Verbindungen herzustellen: sowohl untereinander in der Gruppe als auch mit der Natur.



Rapé hilft uns, Verbindungen in der Gruppe herzustellen, loszulassen, Vertrauen aufzubauen, uns anzunehmen und uns von kleineren Themen gleich zu befreien.



Psilocybin-haltige Trüffel geben Dir die Möglichkeit, alte, festsitzende Themen auf sanfte und liebevolle Art tiefgreifend und nachhaltig zu bearbeiten.



Sananga löst Blockaden, findet ihre Quelle und führt zur völligen Balance, erhöhter Konzentration und Seelenfrieden.

# Inhalte



05

Die ganzheitliche Betrachtung beinhaltet auch das Essen was wir zu uns nehmen. Den Ausgleich zu Bewegung und Ruhe. Die Achtsamkeit zu unserem Körper und was wir ihm zuführen in jeglicher Art.



06

In unserem Körper manifestieren sich viele Themen. Er speichert Emotionen und deshalb ist es ungeheuer wichtig, ganzheitlich zu arbeiten. Dazu dienen verschiedene Übungen, die den Körper miteinbeziehen wie z.B. Ecstatic Dance, Yoga oder Faszientraining.



07

Praktiken wie Meditation, Breathwork oder ein Spaziergang in der Natur dienen dazu, in uns hineinzuspüren. Jedes Gefühl ist in uns und wir können es fühlen. Es ist wichtig, unseren Körper auf dieser ganzheitlichen Ebene wahrzunehmen.



08

Die gemeinsamen Erlebnisse mit Rapé, Kakao, Trüffeln und Deinem Atem bringen die Gruppe zusammen. Sie machen unser Retreat zu einer Begegnung von Herzensmenschen auf einer Herzensebene. Verbindung und Austausch innerhalb der Gruppe spielen eine zentrale, nachhaltige Rolle.





# Unser Team

KOSTBAR SIND DIE MENSCHEN, DIE KEINE  
GROSSEN REDEN SCHWINGEN, SONDERN DA  
SIND WENN MAN SIE BRAUCHST.

*Unbekannt*

Unser Team besteht aus Herzensmenschen mit medizinischem Hintergrund.

Alle haben langjährige Erfahrung in der Begleitung von psychedelischen Reisen. Ebenso wie viele eigene Erfahrungen mit Psilocybin und anderen Psychedelika.

Gemeinsam haben wir eine große Fülle von verschiedenen Methoden und Übungen, um jeden Moment während des Retreats passend und sicher zu gestalten.

Wir sind emphatisch und fürsorglich im Umgang mit unseren Teilnehmer\*innen.

Da wir nur eine kleine Gruppe sind, können wir auch im 1zu1 für Dich da sein.



# Kakao

## IM GRUNDE SIND ES DOCH DIE VERBINDUNGEN MIT MENSCHEN, DIE DEM LEBEN SEINEN WERT GEBEN.

*Wilhelm von Humboldt*

Kakao holt verdrängte Gefühle, die meist auf der individuellen Lebensreise ins emotionale Exil geschickt wurden, wieder ins Bewusstsein des Konsumenten.

Du hast dann die Entscheidung sich diesen Gefühlen zu stellen, sie zu verarbeiten und so Blockaden zu lösen. Oder aber Du verschiebst die Aufarbeitung und widmest Dich auf Deiner emotionalen Reise anderen, für Dich derzeit wichtigeren Themen.

Der Geist (Deva) des Kakao hilft Dir dabei, Dich für das Wesentliche und Wichtige zu entscheiden und unterstützt Dich dabei, Elementares zu erkennen und aufzulösen.

Negative Aspekte der Lebensreise werden dabei sehr sanft, meist mit einem „Puffer“ aufgezeigt, was die Konfrontation mit diesen Themen deutlich erleichtert. So werden „alte Wunden“ sanft geheilt.

Oft werden Dir dabei neue Perspektiven für den individuellen Lebensweg aufgezeigt und Du kannst Dich, ganz ohne Druck, für diese entscheiden. Viele Konsumenten berichten, dass sie nach der Zeremonie viel mehr Mut im Alltag haben, was auch daran liegt, dass der weitere Lebensweg mit weniger Ballast beschritten wird.

Kakao verbindet und verbessert die Zusammenarbeit von linker und rechter Gehirnhälfte oder, spirituell gesehen, aktiviert er sowohl männliche als auch weibliche Energien.

So wird der Ideenimpuls der weiblichen Energie gemeinsam mit der Schaffenskraft der männlichen Energie ideal kombiniert und wirkt so direkt auf das Leben des Konsumenten in einer sehr positiven Art und Weise.

Du kommst ins Handeln.





**LEBEN IST DAS WAS PASSIERT, WÄHREND DU  
BESCHÄFTIGT BIST, ANDERE PLÄNE ZU MACHEN.**

*John Lennon*

Rapé wirkt in erster Linie auf der spirituellen Ebene. Er hilft mental festgefahrene Denkmuster aufzulösen, befreit den Energiekörper von fremden Energien und er öffnet und harmonisiert die Chakren (Energiezentren des Körpers).

Auf der Herzesebene befreit Rapé von Panema, eine indianische Bezeichnung für eine Pechsträhne, welche dem Glauben der Ur-Einwohner nach, für Blockaden und Antriebslosigkeit verantwortlich ist.

Auf der körperlichen Ebene wirkt Rapé reinigend und entgiftend auf die Nasenneben- und Stirnhöhlen. Giftstoffe werden zusammen mit Schleim ausgeschieden. Auch wird Rapé immer öfter mit der Entgiftung der Zirbeldrüse in Verbindung gebracht, bisher ist dies noch nicht wissenschaftlich erwiesen.

### **Zusammenfassend hat Rapé u.a. folgende Wirkung:**

- Tiefgehende Öffnung und Ausrichtung aller Chakren
- Verbesserung der körperlichen Erdung
- Befreiung von Erkrankungen auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene
- Entkalkung der Zirbeldrüse und Öffnung des dritten Auges
- Entfernung von belastenden Gedanken und Herstellung geistiger Klarheit
- Befreiung von energetischen Blockaden und Entitäten
- Verbindungen mit dem kosmischen Atem und spirituelle Schwingungserhöhung



# Psilocybin

## PROBLEME KANN MAN NIEMALS MIT DERSELBEN DENKWEISE LÖSEN, DURCH DIE SIE ENTSTANDEN SIND.

*Albert Einstein*

Psilocybin ist der Wirkstoff aus „Magischen Pilzen“. In seiner Wirkung ähnelt Psilocybin dem LSD, wird jedoch als sanfter oder wärmer beschrieben. Faszinierende Halluzinationen werden nach der Erfahrung beschrieben, aber auch das Gefühl, Einsicht erlangt zu haben in die wirklich wichtigen Lebenszusammenhänge. Auch von spirituellen Erfahrungen wird berichtet.

Viele psychoaktive und psychedelische Pilze werden über Jahrtausende in Ritualen von Naturvölkern und in frühen Hochkulturen verwendet. In unserer westlichen Zivilisation war es 1955 Gordon Wasson, der an einer Pilzzeremonie einer mexikanischen Schamanin teilnahm. Gordons tiefgreifende Erfahrung „meine Seele schwebte durch das Universum“, traf auf großes Interesse bei psychologischen Fachleuten. In der Folge wurde Psilocybin von 1960 bis 1966 als Medikament vertrieben.

Über Psilocybin und das ebenfalls aus einem Pilz synthetisierte LSD gab es tausende Studien und viele Berichte über therapeutische Erfolge. 1971 setzten die USA allerdings eine Konvention durch, wonach alle Mitgliedstaaten der Vereinten Nationen sämtliche psychedelische Substanzen ohne medizinischen Nutzen einstufen und verbieten.

Das hat sich in den letzten Jahren deutlich geändert. 2019 klassifizierte die US-Behörde für Arzneimittel, die FDA, die Verabreichung von Psilocybin sogar als Durchbruch-Therapie, der US-Bundesstaat Oregon legalisierte Magic Mushrooms. Und in Ländern wie Jamaika und den Niederlanden, wo psilocybinhaltige Pilze bzw. Trüffel legal sind, werden immer mehr Retreats angeboten, in denen die Pilze unter kontrollierten Bedingungen genutzt werden.

Aktuelle Studien mit positiven Ergebnissen einer Psilocybin-Behandlung gibt es unter anderem zu Depressionen, Zwangsstörungen, Suchtproblemen bei Nikotin und Alkohol, Angststörungen von krebserkrankten Menschen etc.

Auch in Deutschland läuft derzeit am ZI Mannheim eine große klinische Studie zur Behandlung therapieresistenter Depressionen mit Psilocybin. Pilze führen zur Vernetzung von Hirnregionen und sind wirksamer als Antidepressiva. Psilocybin bewirkt, dass Gehirnareale, die im Normalzustand getrennt voneinander funktionieren, unter Psilocybin-Einfluss besser miteinander kommunizieren.

Bereits in früheren Studien konnte gezeigt werden, dass es Psilocybin erlaubt, Bereiche des Gehirns miteinander zu verknüpfen, die sonst nicht viel miteinander zu tun haben. Es befördert die Neuroplastizität, sorgt also für also mehr Verbindungen zwischen Nervenzellen im Gehirn.

Dies erklärt, warum viele Zauberpilz-Erfahrungen von neuen Eingebungen und Erweiterung ihres Bewusstseins berichten. Psychedelika scheinen gedankliche Schranken aufzulösen, die wir uns im eigenen Leben oder durch unseren Kulturkreis oder durch die schnelle, moderne Gesellschaft aufgestellt haben. Nach einer Psilocybin Reise fühlt sich die Welt für immer anders an.



# Sananga

## DIE PHANTASIE IST DAS AUGEN DER SEELE.

*Joseph Joubert*

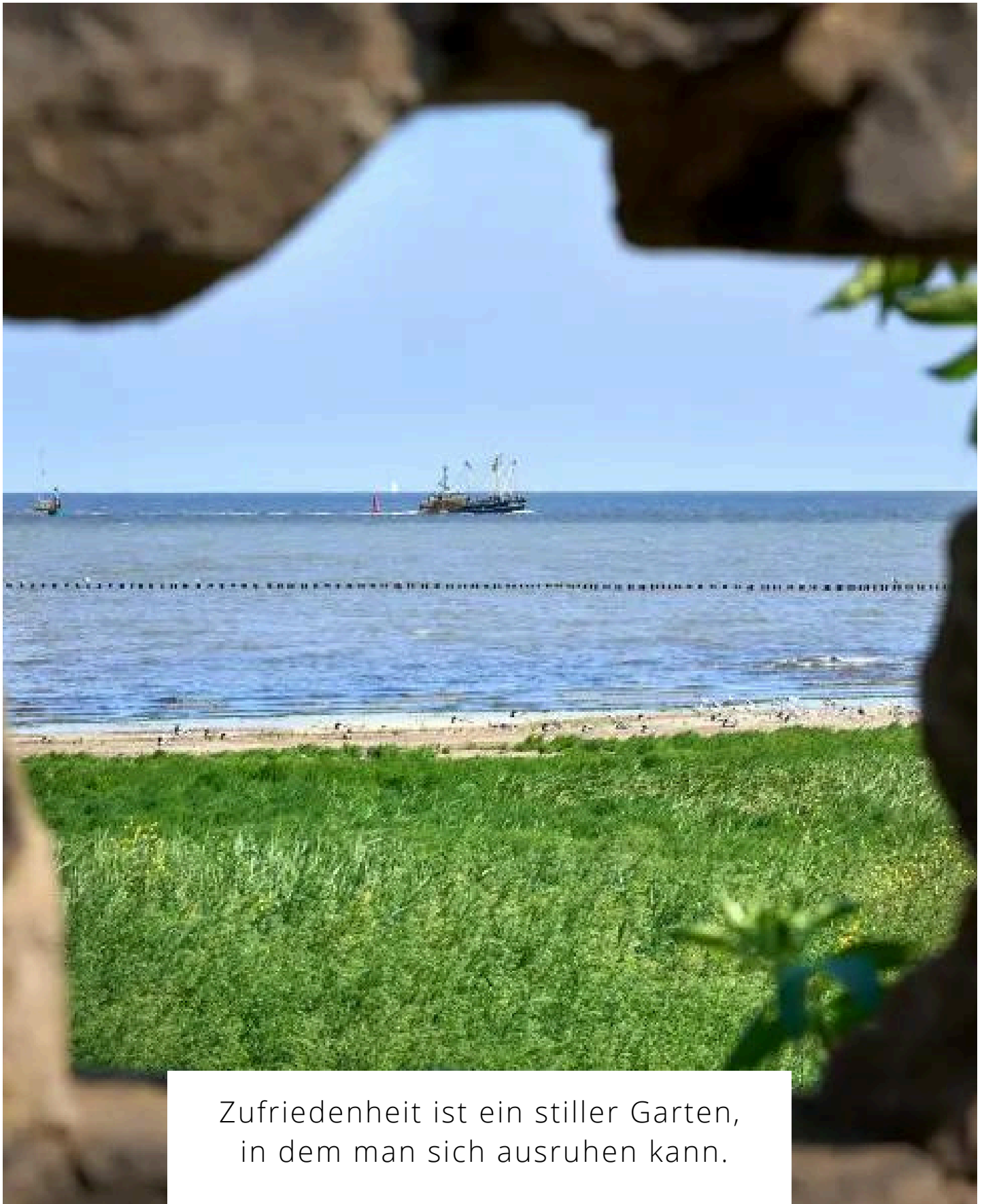
Sananga wird verwendet um körperliches und geistiges Leiden zu heilen, den Geist von ablenkenden Energien zu reinigen und eine völlig neue Art des Wahrnehmens und Konzentrierens zu ermöglichen. Sananga löst Blockaden, findet ihre Quelle und führt zur völligen Balance, erhöhter Konzentration und Seelenfrieden.

Der reine Geist von Sananga unterstützt die tiefe Reinigung von blockierten Energien auf der emotionalen, physischen und spirituellen Ebene. Darüber hinaus werden die Tropfen die spirituelle Sicht und das Bewusstsein erweitern und die Fähigkeit verbessern, die Absichten anderer Menschen zu erkennen. Sananga stärkt auch Visionen, was bei Visualisierungen und Prognosen für die Zukunft hilfreich ist.

### **Zusammenfassend hat Sananga u.a. folgende Wirkung**

- Scharfe Wahrnehmung und höhere Konzentration
- Entkalkung der Zirbeldrüse und Öffnung des dritten Auges
- Entfernung von belastenden Gedanken und Herstellung geistiger Klarheit
- wirkt bei Rheumatismus, Sinusitis und chronischen Kopfschmerzen.
- Es zeigt bei verschiedenen Augenerkrankungen eine heilende Wirkung.
- Es ist ein antituberkulöses und antimikrobielles Mittel und wirkt deshalb entzündungshemmend.





Zufriedenheit ist ein stiller Garten,  
in dem man sich ausruhen kann.

*Ernst Ferstl*



# Retreat Haus

DAS GESTERN IST FORT - DAS MORGEN  
NICHT DA. LEB' ALSO HEUTE!

*Pythagoras von Samos*

## Retreat Ort

Wierschuur ist der ideale Ort für unser Retreat. In einer geräumigen, komfortablen und ruhigen Atmosphäre kannst Du dem Alltag entfliehen.

Die Anlage bietet absolute Privatsphäre für das Retreat und ist daher perfekt geeignet, um zusammenzukommen, in Verbindung zu gehen und in Einklang mit Dir selbst und Deiner Umgebung zu sein.

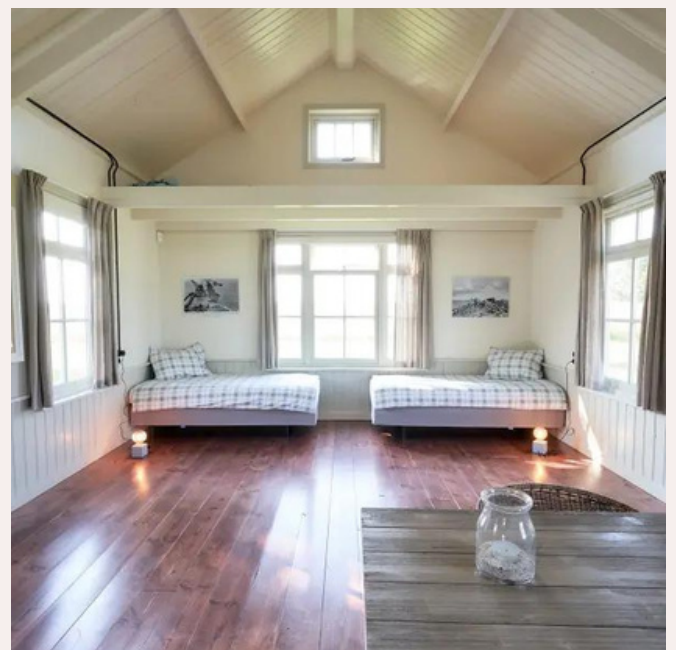
Die Nähe zum Meer ermöglicht es Dir zudem, eine tiefe Verbindung mit der Natur zu erfahren.



## Zimmerausstattung

Es gibt insgesamt fünfzehn Schlafzimmer mit eigenem Bad. Alle Einzel-, Doppel- und Dreibettzimmer sind mit komfortablen Einzel-Boxspringbetten, einem Schreibtisch und einem eigenen Badezimmer mit Regendusche ausgestattet.

Die Betten sind mit frischer Bettwäsche bezogen. Handtücher werden gestellt.





[Wierschuur - 1777 PG](#)  
[Hippolytushoef - Die Niederlande](#)

*Für eine Anfahrtsbeschreibung  
einfach auf die Adresse klicken.*





# Setting

DAS LÄCHELN, DAS DU AUSSENDEST, KEHRT  
ZU DIR ZURÜCK.

*indisches Sprichwort*

Wir schaffen einen Raum, in dem Du in Deinem natürlichen Rhythmus einfach sein kannst. Ohne eine Uhr, ein Telefon oder andere Ablenkungen. Wir möchten, dass Du voll und ganz bei Dir ankommen kannst.

Gemeinsam erschaffen wir ein Gefühl der Verbundenheit in der Gruppe, sodass Du Dich wohl und aufgenommen fühlst.

Wir werden Deine tiefen Erfahrungen vertrauensvoll und respektvoll begleiten und Dir auch im Nachgang noch Raum bieten, das Erlebte zu integrieren – sowohl gemeinsam in der Gruppe als auch im Einzelsetting.

Da diese Reise nie endet, werden wir auch später noch für Dich da sein, sofern Du etwas hast, das Du mit uns oder der Gruppe teilen möchtest. Fühl Dich jederzeit frei uns zu kontaktieren – wir sind für Dich da!





## Ablauf

Vor dem Retreat checken wir in einem Gesundheits-Screening ab, ob Du an einer Psilocybin Erfahrung teilnehmen kannst. Ebenso gibt es einen ausführlichen Fragebogen, bei dem Du Dich beim ausfüllen schon selbst wiedererkennen wirst.

Wir möchten auch, dass die Gruppe sich vorab kennenlernt. Dazu treffen wir uns am Dienstag den 23. Juni. 2026 im Zoom. Am Donnerstag den 30.07.2026 starten wir um 18h mit einem persönlichen kennenlernen und essen gemeinsam zu Abend.

Wir haben ein Konzept für Dich entwickelt, das es Dir ermöglicht, ganz sanft und gut begleitet Deine eigene Psilocybin Erfahrung zu erleben. Jede Erfahrung wird wohl begleitet und mit einer Integration des Erlebten gefestigt.

Wir starten am ersten Tag mit einer Kennenlern-Dosis. Diese Wirkung ist sanft. Hierbei kannst Du die positive Erfahrung gut aufnehmen und für Dich einordnen. So bist Du für den nächsten Tag bestens vorbereitet. Am Zweiten Tag startet Deine größere Erfahrung mit Psilocybin.

Neben den Psilocybin Erfahrungen wird es Kakao, Rapé & Sananga Zeremonien geben. Passend für Dich und die Gruppe abgestimmt, damit Du Dich wohl fühlst. Ebenso wird es verschiedene Achtsamkeits- und Körperübungen geben. Wir werden auch in der Natur sein und das Retreat ganzheitlich erleben.

Wir werden einen ganzen Integrationstag haben, an dem Du Kraft tanken kannst und die Erfahrungen integrieren wirst. Am Montagmittag verabschieden wir uns dann nach einer sehr intensiven und erholsamen Zeit.





## Preise

GLÜCK IST LIEBE, NICHTS ANDERES.  
WER LIEBEN KANN IST GLÜCKLICH.

*Hermann Hesse*

**Fix-Kosten** die vorab in Rechnung gestellt werden  
**1.898 €**

Die **Fix-Kosten** sind zusammengestellt aus der Location, die Köchin, Lebensmittel und alle anderen Materialien die verwendet werden. Es sind die reinen Kosten, die wir haben ohne auch nur einen Cent daran verdient zu haben.

**Wertschätzender Betrag** der nach dem Retreat zahlbar ist  
**zwischen 1000 € - 2000 €**

Den **Wertschätzenden Betrag** darfst Du im Nachhinein entscheiden. Dieser Betrag zeigt Deine Wertschätzung für den Erfolg unserer Arbeit und unsere Arbeit selbst. Suche Dir selbst eine Summe zwischen 1000 € und 2000€ aus.

Alle Preise inklusive Vollverpflegung und gesetzl. USt.



# Anmeldung

EINE REISE VON TAUSEND MEILEN BEGINNT  
MIT EINEM KLEINEN SCHRITT.

*Laotse*

**Anmeldung für Dein Vorgespräch per  
WhatsApp an 0176-45608620**

## **Du fühlst Dich angesprochen?**

Du möchtest alte Themen und Muster loslassen?

Du fühlst Dich bereit, Deinen Emotionen und Erinnerungen zu begegnen?

## **Du fühlst Dich gerufen?**

Endlich in eine Veränderung zu gehen, die sich wie eine Wiedergeburt anfühlen kann?

Du möchtest langfristig auch nach dem Retreat die Veränderung in Deinem Leben haben?

Du bist bereit, unsere Unterstützung anzunehmen und kannst uns Dein Vertrauen schenken?

Fotocredit: Wierschuur.nl

**Dann melde Dich jetzt bei uns und lass uns gemeinsam ganz unverbindlich herausfinden, ob wir und unser Retreat zu Dir passen.**

