



Uzgoj PC gljiva na raži

Sve što ste htjeli znati, a niste se usudili pitati!

Written by: RedSh & Eric
Edited by: Reality

SADRŽAJ

1. KAKO NAPRAVITI SPOREPRINT?	3
2. KAKO NAPRAVITI ŠPRICU SA SPORAMA?	7
3. UZGOJ PC GLJIVA NA RAŽI – e sad zabavni dio!	12
3.1. Kako napraviti inkubator za uzgoj gljiva	13
3.2. Uzgoj micelija.....	16
3.3. Kako pripremiti Vermiculit?	20
3.4. Uzgoj gljiva.....	21
4. BRANJE GLJIVA.....	24
5. SUŠENJE GLJIVA	25
6. KONZUMIRANJE I PAR MALIH TRIKOVA	26
6.1. Priprema	26
6.1.1. Odabir Prijatelja	27
6.1.2. Odabir mjesta	28
6.1.3. Psihička i tjelesna priprema	28
6.1.4. Muzika	29
6.1.5. TripToys	29
6.1.6. Mješanje droga	30
6.1.7. Ostalo	30
6.1.8. Cilj tripa (Što želite postići?).....	31
6.2. Trip (Što će se događati tokom tripa i što napraviti sa njim?).....	32
6.2.1. Savjet	32
6.2.2. Fizičke smetnje.....	32
6.2.3. Faze djelovanja	34
6.2.4. O halucinacijama.....	35
6.2.5. Psihodelični stupnjevi	42
6.3. Što nakon tripa? (Što se događa nakon tripa psihički i fizički?).....	44
6.3.1. Post-Trip efekti	44
6.3.2. Rijetki simptomi.....	45
6.3.3. Jako rijetki simptomi.....	45
6.4. Savjeti za putnika	46
6.5. Savjeti za vođača.....	48

1. KAKO NAPRAVITI SPOREPRINT?

Da bi napravio špricu sa sporama, treba ti print.



Da bi napravio print sve mora biti sterilno.

Treba ti:

- gljiva koja je potpuno sazrijela tj. da ima potpuno otvoren klobuk
- oštar nož ili skalper
- izvor vatre
- komad aluminijske folije
- čaša
- pinceta
- mala zip vrećica
- nosi rukavice i steriliziraj površinu na kojoj radiš sa alkoholom

Steriliziraj skalper nad nekakvim izvorom vatre. Makni ga sa vatre tek kad se potpuno zacrveni i pričekaj nekoliko sekundi da se **SKROZ** ohladi. **Toplina ubija spore** zato budi strpljiv.



Odreži stabljiku sto bliže klobuku. Dok režeš pripazi da sa nožem ne dotakneš spore ispod klobuka.



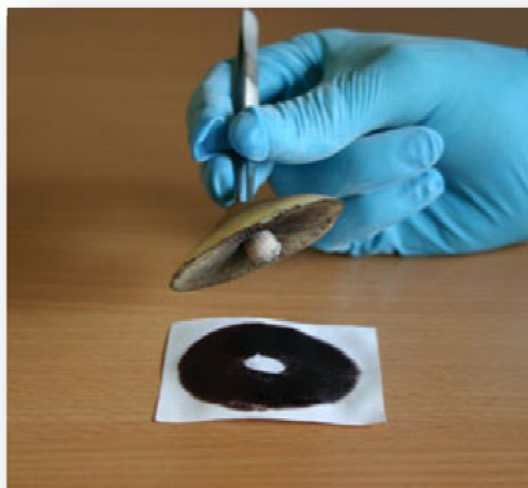
Stavi klobuk na komad folije, vidi koliki ti je klobuk pa izreži 2 ista kockasta komada. Na jedan ide klobuk, a sa drugim ćeš prekriti foliju sa klobukom. Na slici nije folija ali vjeruj mi da je tako 😊



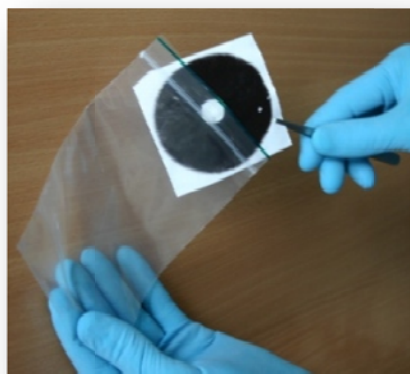
Pokrij gljivu i foliju sa čistom čašom i **ne diraj više čašu!** Spore se ne mogu izlagati čistom zraku.



Za cca. 24 sata većina spora će ispasti iz klobuka. Ako vidiš spore oko klobuka, to znači da je dovoljno da kreneš dalje.



Sa pincetom podigni klobuk (i njega možeš iskoristi za konzumaciju pa ga stavi na sušenje). Kad to napraviš otkrit ćeš crni krug sa brdo spora tj. print. Sa ostatkom folije poklopi print, lagano zatvori rubove i spremi u zip vrećicu. **Ona mora biti potpuno zatvorena i ne smije se izlagati zraku. Zapamti da folija mora biti čista, zato pazi! Sterilizira se alkoholom, jednostavno i učinkovito!**



Print možeš držati u frižideru mjesecima, samo je bitno da je vrećica skroz zatvorena i to je to. Bravo...imaš print ☺ Ništa lakše zar ne??

2. KAKO NAPRAVITI ŠPRICU SA SPORAMA?

Postoje razni načini kako ubaciti spore na tvar na kojoj će rasti ali sa špricom je najsigurnije. Šprica sadrži destiliranu vodu i spore.



Kad napraviš špricu sa sporama MORAŠ ju pustiti u frižideru na 24 sata da se spore napiju vode jer su inače presuhe pa je šansa za uspjehom manja!

Sve mora biti čisto, zato, steriliziraj površinu na kojoj radiš, nosi rukavice i steriliziraj ruke također. Radi brzo i efikasno, pazi da nije propuh u prostoriji i ne diši direktno u mjesto na kojem radiš, stavi majicu preko usta i nosa...reda radi 😊 Nikad neznaš...

Možeš napraviti nekoliko šprica od jednog printa. Zависи koliko je print velik.



Treba ti :

- prazna čista šprica od 10 ml (kupi ih više jer nikad ne znaš koliko će ti trebati)
- voda
- spore print
- upaljač ili neki izvor vatre
- skalper
- folija
- pinceta
- expres lonac (to nabavi obavezno jer bez toga ne mozes nikako)

Prvo moraš sterilizirati 1 dec vode. Koristi usku čašu ili posudu kao na slici i u nju ulij 1 dec vode.



Vrh čaše prekrij sa komadom folije i zatim ju stavi u expres lonac da se sterilizira jedno 15-30 min.

Ako nikad nisi radio sa expres loncem onda znaj da unutra moraš staviti malo vode. Za naše potrebe je dovoljno staviti 1 cm vode. Nakon toga stavi unutra čašu, zatvori lonac, čekaj da počne pištiti pa smanji vatru na minimum i tek onda računaj 15-30 min. Kad prođe vrijeme ispusti zrak i tek onda otvori.



Nakon 15-30 minuta izvadi čašu i pusti ju da se ohladi. **MORA BITI POTPUNO HLADNA** inače ćeš uništiti spore i ode sve u kurac. Toplina ubija spore! Nemoj bit nestrpljiv, pričekaj pola dana ili 24 sata da budeš 100% siguran. Ne otvaraj foliju sa vrha ne diraj ništa.

Uzmi pincetu i steriliziraj ju na vatri. Neka se ful zacrveni pa pričekaj dok se potpuno ne ohladi. Steriliziraj skalper i pusti nek se hladi.

Ako želiš ubrzati hlađenje skalpera i pincete možeš to napraviti tako da ih obrišeš maramicom koju si prethodno natopio u alkoholu. Ako se odlučiš na ovu metodu, vodi računa da alkohol ubija spore zato pričekaj da ishlapi sve, skalper ili pinceta nesmiju biti natopljeni.

Uzmi vrećicu sa spore printom, izvadi print i pažljivo otvori filiju. Koristi pincetu. Nosi rukavice!

Lagano sastruži spore sa folije u čašu sa vodom. Ako ti se lijepe na skalper, lagano ih gurni u vodu.



Odmah prekrij grlo sa folijom koja je već bila gore.

Zna se dogoditi da je print na samo jednom komadiću folije i u kontaktu sa zip-vrećicom. Zbog toga pri ruci imajte sterilizirane škarice za svaki slučaj jer će biti lakše razrezati vrećicu i fino pokupiti te spore.

Odmah možeš uzeti špricu i napuniti ju mješavinom vode i spora. Za početak ju par puta napuni pa isprazni tako da se sve te spore jednoliko pomješaju s vodom. Kad vidiš da više nema većih grupa spora, možeš napuniti špricu.





Kad napraviš šprice, nemoj ih odmah koristiti. Ostavi ih u frižideru na 24 sata da se spore napiju vode. Zamotaj svaku špicu u foliju i stavi ih u frižider. Tako ti šprice mogu stojati mjesecima u prije nego ih iskoristiš. Evo, imaš šprice sa sporama, ništa lakše!

3. UZGOJ PC GLJIVA NA RAŽI – e sad zabavni dio!

Postupak koji ćemo ovdje opisati je najjednostavniji od svih postojećih. Osim toga za njega ti ne treba puno love. Ne slušaj savjete od drugih, već se drži ovog što ovdje piše ko pijan plotu. Meni na ovaj način sve funkcionira savršeno..zato nemaš beda.



Treba ti:

- raž (možeš je kupiti u svakoj boljoj biljnoj trgovini - 1 kg je oko 9 kn)
- voda
- tegla (uzmi teglu od pola litre – može i tegla od krastavaca ili ajvara)
- šprica sa sporama
- filter vata (Možeš ju kupiti u trgovini za kućne ljubimce. Tražiš vatu za filtriranje vode u akvarijima. Izgleda kao obična vata ali je sintetička.)
- plastična posuda (npr. plastična posuda od 1kg sladoleda)
- casing tj. Vermikulit
- expres lonac
- folija
- plastični kontejner (Možeš ju kupiti u kućnim potrepštinama. Pripazi da ima poklopac.)

3.1. Kako napraviti inkubator za uzgoj gljiva



Ovo je maleni guide, korak po korak, kako da napravite vlastiti inkubator za uzgoj gljiva kada temperature nisu na vašoj strani, pogotovo zimi.

Treba vam:

- termometar (10-20 kn)
- grijač za akvarij (oko 100 kn)
- 2 plastična kontejnera sa poklopcem (oko 50-100 kn zavisi od veličine)
- tegle i posude su tamo samo kao primjer kako to treba da izgleda
- također vam treba nešto da bar malo podigne tegle i posudu od dna kontejnera



Sada kada imamo sve možemo početi.



U prvi kontejner ulijemo oko 10 cm vode i ubacimo grijač.



U drugi kontejner za stjenku zaljepimo termometar da možemo kontrolirati temperaturu unutar kontejnera gdje će nam rasti gljive ili micelij. Postavimo ga u onaj sa vodom.



Ubacimo tegle ili posude i zatvorimo. Unutar tog kontejnera treba biti temp. oko 26 - 28 c za razvoj micelija a ako pak cekamo na gljive onda od 20-25 c.



I to bi bilo to :) Nadam se da smo sada razjasnili i ovaj misterij oko grijanja i odgovorili na sva moguća pitanja i zablude oko ovoga.

3.2. Uzgoj micelija

U teglu stavi raž, ali samo do pola. Ulij vode do vrha i sve to zajedno pusti da stoji 24 sata da se raž napije vode.



Za ove tegle (720ml) je provjerena količina suhe raži od 200 do 250ml jer ako staviš više bit će ti teško mućkat teglu. Drugi dan će se raž nabubriti od vode. Tvoj posao je da ispustiš sav višak vode van.

NAPOMENA 1: Nakon što se raž napila vode, moraš ju dobro ocijediti. Raž izvana mora biti suha i ne smije se ljepiti! Da bi bio siguran da je suha možeš ju izvaditi van i isušiti sa papirnatim ubrusom ili krpom. Ako to ne napraviš i imaš vodu na dnu tegle, vrlo je velika vjerovatnost da će doći do kontaminacije!

NAPOMENA 2: Uvijek pripremi najmanje dvije tegle jer nikad ne znaš da li će doći do kontaminacije. Na ovaj način uvijek imaš rezervnu teglu!

Na poklopcu od tegle izbuši rupu u sredini (ne veću od promjera malog prsta) i kroz rupu provuci malo filter vate. Tako će sav zrak koji ulazi u teglu biti filtriran i raž se neće kontaminirati. Zatvori teglu sa raži i prekrij polopac sa komadom folije.



Ulij 2-3cm vode u expres lonac, stavi unutra teglu, zatvori expres lonac, i čekaj dok ne počne pištati. Kad počne pištati kao lud, smanji vatru i steriliziraj 1 sat. Kad prođe sat vremena, ispusti zrak i tek onda otvori poklopac i izvadi teglu. **Tegla i raž se moraju POTPUNO ohladiti prije nego u njih ubaciš spore, zato pusti teglu na 24 sata da se ohladi.**



Kad se sve zajedno ohladi možeš ubaciti spore. Uzmi špricu sa sporama. Makni foliju sa tegle. Steriliziraj iglu od šprice sa upaljačem, i pričekaj da se ohladi. **PRIČEKAJ!!!!**



Prije nego ubrizgaš spore, protresi špricu dobro par puta da se spore raštrkaju. U jednu teglu je dovoljno da istisneš samo 1-2 ml vode sa sporama. Izgleda malo ali je dovoljno. Kroz rupu na poklopcu i kroz vatu ubrizgaj spore. **Ako radiš par tegli za redom, nakon svake tegle STERILIZIRAJ IGLU!!!!**



Kad ih ubrizgaš, dobro protresi teglicu tako da se sva ta voda sa sporama dobro promješa sa raži.

Teglu ostavi na MRAČNO mjesto, npr. ormar ili nešto slično. Mora biti u mraku cijelo vrijeme na temperaturi od 28 - 30 stupnjeva. Inače kad je zima tegle stavljaš u plastične kontejnere koje griješ jer se bez prave temperature neće se ništa dogoditi. Poklopac NORMALNO ne otvaraš!

Nakon 3 - 7 dana će se na raži pojaviti bijele točke, a to znači da je POČELO!

Zapamti ako u tegli vidiš bilo koju drugu boju kao npr. zelenu umjesto bijele, to znači da se tegla kontaminirala i da ju možeš baciti. Zato je važno da **SVE** što radiš bude čisto i sterilizirano. Nikad ne znaš gdje si nešto sjebao. Možda kod šprice, možda kod printa možda kod tegle...tko to zna, zato moraš paziti...zajebano je znam.

Nakon 2-4 tjedna tegla bi trebala biti potpuno bijela. Ovisi o tome koliko su bile dobre spore i temperatura.



Svaki par dana kad vidiš da se raž bijeli, protresi teglu, to ubrzava proces! 😊

Kad vidiš da se sve zabjelilo, vrijeme je da pripremiš CASING tj. Vermikulit.

3.3. Kako pripremiti Vermiculit?

Napuni jednu teglu sa Vermiculitom. Jedna tegla vermiculita za jednu teglu sa sporama. Tu količinu stavi u neku posudu i napuni ju vodom tako da se Vermikulit napije vode. Nakon par min, uzmi Vermikulit sa rukom i stisni ga dobro dok voda ne iscure, kad vidiš da skoro ništa ne curi van stavi ga nazad u teglu. I tako svu količinu. **Vermikulit ne smije biti premokar!**

Ovo je jako neuredan dio posla. Ako ne želiš da ukućani saznaju za tvoje namjere morat ćeš improvizirati, a to znači i puno nereda! Najbolje je ovaj dio obaviti nad sudoperom i sa dvije posude. U jednoj neka ti bude natopljeni Vermikulit, a u drugu istišći višak vode.



Opet probuši rupu na poklopcu kao i prije, stavi filter vatu i zatvoru Vermiculit. Opet stavi u expres lonac i steriliziraj 45 min - 1 sat. Izvadi ga van i pusti **24 sata** da se ohladi.

3.4. Uzgoj gljiva

E sad...

Kad je tegla sa potpuno kolonizirana, dakle sva je potpuno bijela, malo ju protresi da se raž odvoji od stakla. To je teško jer mycelium(to bijelo) sve to jako poveže.



Uzmi plastičnu posudu i operi ju sa malo alkohola. Nakon toga ju obriši i pričekaj da iz nje ispari alkohol. Na dno stavi pola tegle Vermiculita(0,5 cm - 1 cm) i rasporedi ga po dnu tako da je svugdje jednake debljine. Uzmi vilicu i steriliziraj ju sa alkoholom pa s njom to radi. Kad si stavio Vermikulit na dno, preko njega istresi teglu sa sporama i raži. Ako ti raž ne ide van, pomogni se sa steriliziranom vilicom pa razbij raž i povuci ju van. Lijepo rasporedi. I opet preko svega toga stavi preostali Vermiculit. Mora ga opet bit 0,5 – 1 cm. Inače, Vermiculit štiti od bakterija, isušivanja i održava vlagu.



Nakon toga posudu zatvori sa poklopcem ili folijom. **BITNO JE da u posudu NE ulazi zrak i da je vlaga unutar nje 100%**. Posudu opet stavi na neko POTPUNO mračno mjesto na temperaturu od 28 - 30 stupnjeva. To radiš zato da mycelium izbije na površinu, a za to mu treba 3 - 5 dana. Svako toliko pogledaj u posudu i kad vidiš da je 20 - 30% površine prekrrio bijeli mycelium onda skini poklopac ili foliju.

Nakon toga moraš staviti posudu u plastične kontejnere zato što će oni zadržavati gljivama potrebnu vlagu. Potrebno im je od 80 do 100% vlage. Zatvori kontejnere sa poklopcem ili sa folijom.

Sada je potrebno svjetlo. NE direktno svjetlo ili sunce. Gljive nisu kao biljke, one reagiraju na jako malu količinu svjetla. Kada mycelium osjeti svjetlo tek onda počne izbacivati gljive prije ne. Temperatura koja je sad potrebna je 23 - 26 stupnjeva, malo niža nego prije. Ako je hladno onda opet kažem, moraš zagrijavati prostoriju ili same kontejnere, jer ako je hladno neće se ništa dogoditi. Dakle, malo svjetla, puno vlage i određena temperatura.

Ono što sad moraš napraviti je čekat, nakon 3 - 7 dana trebale bi se pojaviti male gljive. Jedino moraš bar 1 - 2 puta na dan OTVORITI kontejner i pustiti svježi zrak da uđe ali samo na kratko (30 sekundi), tek toliko da dođe do izmjene zraka. To napravi svaki dan od kad staviš posudu u kontejner. Nikako nemoj prečesto otvarati kontejner jer ćeš tako narušiti vlažnost, a i postoji puno veća šansa da se pojave abortusi tj. da stručak gljive dobije smeđe fleke kao na slikama i gljiva prestane sa rastom.



Gornji sloj gdje je Vermikulit nikada ne smije biti suh! Nabavi plastičnu bocu za špricanje i u nju stavi destiliranu vodu. Ako primetiš da je Vermikulit suh pošpricaj ga. Kad špricaš to radi iz daljine, jer ako si previše blizu možeš oštetiti gljive i mycelium. Osim toga ne pretjeruj s vodom nego pošpricaj samo 2-3 puta i ne špricaj svaki dan ko lud već samo ako primetiš da se osušio.

***** VAŽNO! *****

Možda nije tako često kod raži, ali ako radite sa kejkovima dobro je napomenuti da kad voda dođe u doticaj sa micelijem on POPLAVI. Upozorenje da se izbjegne nepotrebno cimanje i sto pitanja tipa: Što sad???



Ja sam se cimnuo 😊 Desno je odrezani dio kejka jer sam se uplašio koliko je promjenio boju, a lijevo je normalan micelij. U sredini je ono plavo o čemu vam pričam!

4. BRANJE GLJIVA

Prva stvar

Dok gljive rastu vidjet ćeš da neke od njih ostaju male i ne rastu u skladu sa ostalima. One se zovu **ABORTUSI**. Tako da ako vidiš neku gljivu da danima ne raste, a ima i malo drugačiju boju od ostalih, jednostavno je uberi i baci. Ako to ne napraviš, ona će ugnjilit i kontaminirat ostale gljive, a onda možeš sve bacit u kurac.

Ako su abortusi malo veći, možeš ih i osušiti jer i oni sadrže psilocibin, ali zato ih treba cijela šaka za trip 😊

Druga stvar

Gljive rastu u flush-evima. To znači da npr. prvo izraste 10 gljiva i ti ih sve ubereš, nakon par dana opet narastu nove, pa kad ih ubereš opet izrastu nove, itd. To se zovu flush-evi. Zato ne brini kad ubereš prvu turu, a ono par dana nema ničega jer će u periodu od 3 do 5 dana opet narasti nove. Najčešće imaš 3 - 4 flusha 😊

Gljive se beru tek kad se klobuk odvoji od prstena, znači kad klobuk pokida onu malu mrežicu ispod klobuka. Beru se odprilike kad sve gljive odjednom sazriju, a ne jedna po jedna. Pričekaj par dana dok ne primjetiš da su skoro sve iste veličine, da su skoro sazrile i onda ih uberi.

Kad bereš gljivu, lagano ju ulovi skroz na kraju, zatim ju okreni i povuci.

5. SUŠENJE GLJIVA



Da bi osušio gljive moraš ih sušiti ili na zraku gdje ima propuha i manje vlage ili u kutiji za sušenje.

Kad ubereš gljive stavi ih ili na nekakav papirnati ručnik ili na novine i pusti da stoje 2 - 3 dana.

Nikad ne suši gljive direktno na suncu ili na pećnici zato jer temperatura iznad 30 stupnjeva ubija psilosibin tako da ćeš na taj način smanjiti jačinu djelovanja gljive.

Onda ti trebaju granule za sakupljanje vlage iz zraka, a njih možeš kupiti u željezariji. Inače to ljudi kupe kad imaju problem sa vlagom u stanu. Ono što trebaš napraviti je kad se gljive malo posuše na zraku, uzeti manju plastičnu kutiju sa poklopcem koji se zatvara u potpunosti i na njeno dno postaviti tanki sloj tih granula. Nakon toga na granule stavi nekakav papir i na papir postavi gljive. Poanta je u tome da **gljive ne smiju doći u dodir sa granulama!**

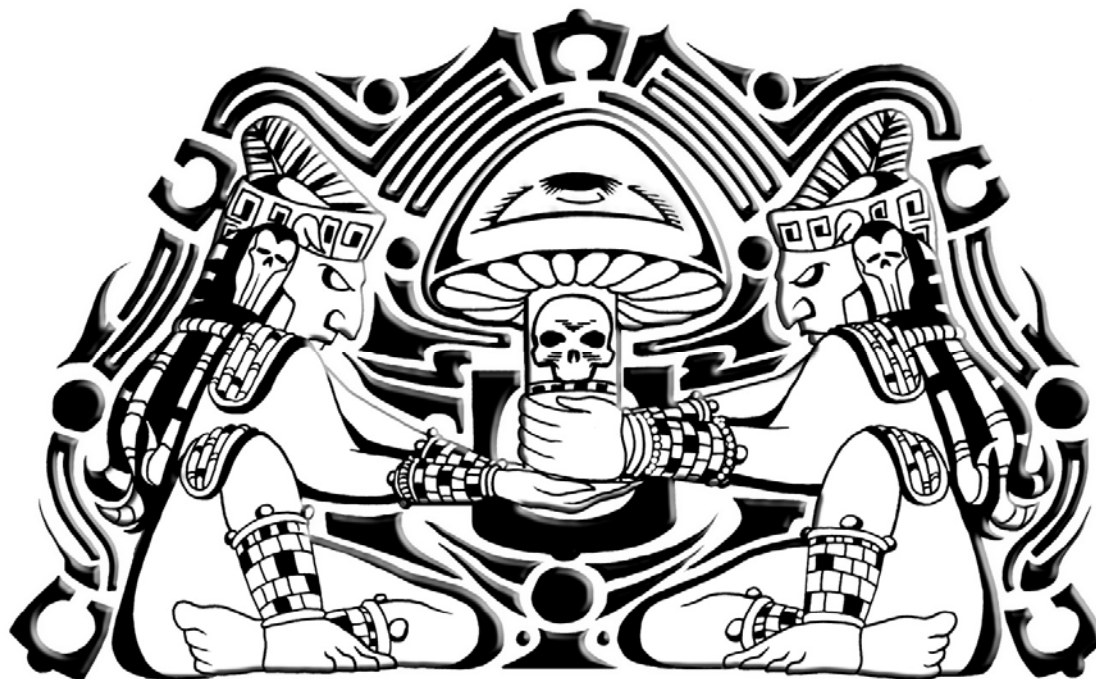
Hermetički zatvori poklopac tako da zrak ne ulazi unutra i to je to... za 2 - 3 dana imaš potpuno suhe gljive;)

Kako znaš da su potpuno suhe?

Ako saviješ gljivu, a ona je elastična to znači da nije dobro osušena. Ako je saviješ i ona pukne kao kreker, znači da je potpuno suha. Kad si ih osušio spremi ih ili u zip vrećicu ili u nekakvu posudu koju možeš potpuno zatvoriti. Tako ih možeš držati od 6 do 8 mjeseci, a i više. Samo ih nemoj stavljati u frižider jer za to nema potrebe. (Jedino ih možeš staviti u frižider kad su svježe i to na par dana. U tom slučaju ih stavi u kartonsku vrećicu.)

6. KONZUMIRANJE I PAR MALIH TRIKOVA

6.1. Priprema



Za nekog tko nikada nije probao ili iskusio nekakvo psihodelično iskustvo, od svih halucinogenih droga, najbolji izbor bi bile upravo gljive. Sam trip traje najviše 6 sati, dok na LSD-u i do 12, a tih 6 dodatnih sati mogu biti previše za nekog tko tripuje po prvi put. Iako neki ljudi vjeruju da je trip na LSD-u puno "pozitivniji" od tripa na gljivama to je diskutabilno jer to kako će trip proći uvelike ovisi o vašem psihičkom stanju i volji.

Također trebaš imati na umu da prvi put ne pretjeraš sa dozom. Ako nisi zadovoljan učinkom uvijek možeš povećati dozu, ali ako pretjeraš bad trip nikako ne možeš umanjiti. Zato ne forsiraj veliku dozu u samom početku pogotovo ako nisi siguran što jedeš i koliko su gljive jake.

Manju porciju možeš pojesti bez straha i ako slučajno nisi zadovoljan učinkom naknadno pojedi još malo, efekt se neće pokvariti kako većina misli. **Ti trebaš biti taj koji kontrolira situaciju, a ne da ono što konzumiraš u potpunosti kontrolira tebe.**



6.1.1. Odabir Prijatelja



Vrlo je važno imati dobro društvo!

Netko tko je već tripio, i to više nego jednom. Netko ko ima što za reći ali umije u isto vrijeme i šutiti kada treba. Netko ko je ozbiljan ali se zna šaliti.

Netko ko je suosjećajan, pametan. Netko ko vas nikada neće pustiti iz vida pa makar na sekundu.

Ako birate nekog s kim bi mogli imati i neko seksualno iskustvo, budite sigurni da će vas prihvatiti tako nespretnog i čudnovatog i da vam to neće zamjerati nakon svega. Netko ko nije nervozan i ko neće planuti ako postane nasrtljivi.

Ako netko odgovara ovom opisu...to je to :)

Tripati sam, pogotovo po prvi put, je glupo. Uvijek treba imati grupu ljudi u kojoj se osjećate sigurno i da je bar jedan od njih iskusan triper. Vrlo je važno da vjerujete svakoj od tih osoba s kojom tripate da kasnije ne osjećate neugodu. jer ako dođe do nekih problema ili neugodnih situacija samo će vas osoba kojoj potpuno vjerujete moći smiriti.

Osoba koja je iskusna u tripanju trebala bi uzeti manju dozu tako da ne izgubi pojam o realnosti i svijetu oko sebe. A ipak da bude na istoj razini kao i ostali.

Ako se nalazite u većoj grupi koja planira tripat treba definirat neke stvari koje će se ticat donošenja nekih odluka, kao npr. promjena muzike, promjena lokacije i slično.

- uvijek pitajte **sve** jel uredu mjenjat muziku, ugasiti svjetlo. Nešto što možda vama odgovara u tom trenutku nekom drugom može narušiti sve.

- ako svi u grupi žele napraviti nešto, a samo jedna osoba se protivi tome onda se grupa mora složiti s time.

- onaj tko je iskusniji triper trebao bi imati završnu riječ kod bilo kakvih većih nesuglasica, zato je bitno povjerenje u grupi!

6.1.2. Odabir mjesta



Moj savjet bi bila priroda, livada uz neku šumu ili more. Ali niti stan nije loš, pogotovo ako osoba živi sama i zna da neće biti nikakvih neugodnih i iznenadnih posjeta. Dovoljno mjesta za sve da mogu leći i opustiti se. Isključiti mobitele ili bilo što slično što bi moglo odvući nečiju pažnju i razbiti doživljaj ili ga narušiti.

Za prvi put bi bilo bolje da tripate unutra, za početak u nekom stanu pa eventualno kasnije izaći do obližnjeg parka. Što manje ljudi to bolje. Što manje gužve, buke i sl.

Što se tiče doba dana, po noći su halucinacije puno jače i intenzivnije nego tokom dana.

6.1.3. Psihička i tjelesna priprema

Pripremite se psihički par dana prije. Možda najbolje da dan prije ne radite i dan nakon. Dakle 3 dana samo za vas. Dan da se opustite, dan za tripanje i dan za punjenje baterija. Izbjegavajte neugodne situacije.

Na dan tripanja pojedite nešto lagano ujutro ili bar 8 - 12 sati prije, da spriječite nadraženje želuca nakon što pojedete gljive. Često vas tjeraju na povraćanje taman prije nego počme pravo djelovanje. Što nikako nije loša stvar. Shamani vjeruju da vas na taj način gljive čiste od svega lošeg i uvode u samo putovanje potpuno pročišćene. Čokolade iznad 90 % kakaa dobro su došle i tradicija su u Mexiku :)

6.1.4. Muzika

Vrlo važan dio je odabir prave muzike. Muzika može potaknuti vaš um na razne načine. Može djelovati nevjerovatno dobro a može vas i rastužiti.

Odlučite se za nešto što znate da će vam svima odgovarati i oko čega se nećete svađati. Dakle odlučite svi zajedno koja vam muzika svima odgovara tako da ako netko i želi mjenjati muziku drugima to neće smetati. Ali svakako predlažem nešto ambientalno, lagano i melodično.

6.1.5. TripToys

Nakon što vrhunac tripa oslabi trebale bi se izvaditi neke «igračke». neki se vole zabaviti i pokušat nešto drugo, a neki jednostavno ostanu ležat i nastave plutat u svom svijetu.

Evo par ideja:

- Knjige - mada neki imaju teškoća s čitanjem dok su pod utjecajem, neki uživaju.
- Voće - tekstura, sok i miris oduševljavaju
- Olovka i papir - za crtanje
- Bongosi- ponekad zvuk bubnjeva daje neku divnu vibraciju, dal samo jedan da svira ili da svi sudjeluju
- Želatinasta hrana
- Stvari koje svjetle u mraku
- Cvijeće
- Hrana općenito
- Ogledala - mogu biti interesantna ali također i rizik. Ako nemate veliko samopoštovanje često možete vidjeti vaše lice prekriveno kosom/insektima/prištevima i sl. Ali neki vole ogledala i ponekad mogu na taj način popraviti vlastito samopoštovanje
- Filmovi – možete gledat neke lagane filmove, crtiće i sl. Izbjegavati teške filmove jer mogu ispast strašni i teško ih je pratiti
- Insensi (mirišljavi štapići) - kada je mrak možete mahati njima i njihov užereni vrh će stvarati tragove po zraku a i sam miris daje neku posebnu atmosferu
- Muzički instrumenti
- Priroda - ona je vrhunac svega i moj osobni favorit. Svakako bi trebalo izaći van u prirodu. Šuma, mjesec, more, livada, trava...su nešto najbolje ikada što možete doživjeti dok ste na tripu.
- Plišane igračke - one su link u stvarnost a također su ugodne i mekane i vrlo je zabavno milovat ih, grliti ili bacat naokolo
- TV – neko voli neko se užasava

- Voda – možete ju piti, pljuskat... igrat se s njom. Ali nikako ne bi trebalo ići plivat u more tokom tripa!!!

Treba experimentirati sa stvarima oko vas. Priroda je najčešće odličan izbor, ponekad i vaš kućni ljubimac može dati neku draž svemu tome.

6.1.6. Mješanje droga

Većina lijekova loše djeluje ako se mješaju sa psihodeličnim drogama zato to izbjegavajte! Naravno stvari kao aspirin ili sl. neće imati nekog lošeg efekta na vas. Ali antidepresivi mogu imati neka neočekivana djelovanja kao npr. Prozak može umanjiti djelovanje no ipak lijekovi kao Lithium mogu vrlo jako pojačati sam efekt.

No neke droge su izuzetak:

- Marihuana - ako se puši ima tri tipična efekta. Ako se puši prije ili nakon - opušta. Ako se puši tokom tripa učinit će trip jačim. Ako se puši odmah nakon što vas pušta «špica» tripa, trip će se na kratko vratiti. Ovo su samo «tipični» efekti, svaka osoba može drugačije reagirati!
- MDMA (ecstasy)
- Nitrous oxide (N2O) - pojačat će sam trip uvelike na samo par minuta. Ne zaboravite udisati zrak s vremena na vrijeme

6.1.7. Ostalo

Odjeća bi trebala biti lagana tako da se može sa lakoćom skinuti. Temperatura tijela će narasti zato se treba obući laganije.

Uz sebe imajte neke tekućine, voda je najbolja. Nekakve grickalice koje možete pojesti nakon tripa. Nemojte piti alkohol!

Svjetlo nek je ugašeno ili vrlo slabo. Izbjegavajte crvena svjetla, često crvena svjetla privlače pažnju i mogu okrenuti stvar u nešto loše i negativno.

Tokom tripa često nećete moći objasniti signale koje vam tijelo šalje na isti način kao inače. Npr. Ako ste gladni ili žedni, hladno vam je ili vruće ili morate na wc, takvi podražaji mogu biti promjenjeni ili zakašnjeli na putu prema vašoj svijesti.

Ako iz nekog razloga tokom tripa osjetite neku nelagodu a ne možete točno odrediti zasto pokušajte:

- promjeniti muziku
- promjeniti osvjetljene
- otići u wc
- popiti malo vode

6.1.8. Cilj tripa (Što želite postići?)



- bolje razumjevanje samog sebe kao i drugih
- shvaćanje odnosa, što međuljudskih - što prema prirodi i stvarima
- oslobađanje od ega i vremensko/prostornih granica
- zabava, međuljudsko zbližavanje, senzualno iskustvo...

6.2. Trip (Što će se događati tokom tripa i što napraviti sa njim?)



6.2.1. Savjet

Kad djelovanje počme vrlo je lako zaboraviti da Vi možete promjeniti tok tripa. Misli i vizije dolaze i odlaze, sve prati neki čudanovato poznati no ipak nepoznati i čaroban put:) Netko može na to sve ragirati zadivljeno otvorenih ustiju i zaboraviti da je mjenjanje puteva vrlo lagano. Zato se uvijek pripremite: odlučite gdje želite otići, što želite vidjeti prije samog iskustva. Svatko ima svoj način na koji se priprema prije samog tripanja. **Sve je moguće!**

6.2.2. Fizičke smetnje

Moguća je lagana mučnina na početku, koja nestane čim halucinacije počmu, no ipak gljive mogu prouzrokovati fizičke i psihičke smetnje. Osjećat ćete se čudno, zbunjeno, imat ćete osjećaj «tekuće kože» ili da imate izobličene djelove tijela. Možete imati osjećaj da imate poteskoća sa disanjem; možda pomislite da ste se upišali ili posrali u gaće; možda ćete osjećati da tonete u tlo ili u samog sebe. Ako se počmete brinuti oko toga možda ćete osjećati kao da vam crvi plaze unutar trbuha, da će se krov srušiti na vas, da vas plahte na kojima ležite žele pojesti...



Pogodili ste, dolazi Bad Trip. Ali bez panike! To je normalno, i u biti se ništa ne događa niti se išta dogodilo, to samo vaš um preuveličava stvari i kreira ono čega u biti nema. Najvažnije od svega je da **TO MOŽETE ZAUSTAVITI!!!** Pokušajte usredotočiti svoje misli na nešto drugo u takvim trenucima. Nije lako, to je jasno, ali je vrlo važno da se to nauči pogotovo kod većih doza i jačeg tripa.

Zato je vrlo važno, ako te okružuju dobri ljudi s kojima tripaš, da netko može doprijeti do tebe i uvjeriti te da si još uvijek normalan i da ti se baš ništa loše ne događa. Sve je dio tvoje mašte i projekcije tvog uma. Ako imaš dobrog «vodiča» on će vidjeti da se grčiš negdje u kutu, doći će do tebe, razuvjerit te i utješiti, promjeniti muziku i izvući te iz svega toga.

6.2.3. Faze djelovanja

Početak (0 minuta nakon konzumacije): najčešće osjećamo neko djelovanje tek nakon 10 do 20 minuta. Neke čudne misli vam mogu pasti na um. Netko može biti vrlo opušten dok netko ima osjećaj da skače naokolo.

Djelovanje počinje (20 minuta nakon konzumacije): ako uopće osjetite neke fizičke smetnje, ovdje ćete ih osjetiti. Možete smanjiti osjećaj mučnine ako ne jedete puno prije samog tripa i ako se ne krećete puno tokom ove faze. Ako baš morate povraćat, povraćajte, to nije ništa neuobičajeno. Ako vaše tijelo uopće ne podnosi dobro taj osjećaj, imajte pri ruci nekakvu tabletu protiv mučnine koja će umanjiti osjećaj nelagode vrlo brzo.

Lansiranje (cca 40 minuta nakon konzumacije): počinjemo ulaziti u samo carsvo iskustva; prvi znaci su često jednostavne halucinacije zatvorenih očiju ili ako ste u mraku, maleni obojeni pikseli kruže naokolo i sl. Ako se nekom ide u wc - neka ode sada, to je pravo vrijeme... kasnije ko će se toga sjetiti?? ☺

Putovanje (70 minuta nakon konzumacije): do sada bi trebalo početi jače djelovanje. Osjećati ćete da vam je tijelo teško i mlohavo.

Vrhunac (120 minuta nakon konzumacije): vrhunac samog doživljaja. Najčešće odlično.

Opadanje (240 minuta nakon konzumacije): do sada ćete već dobiti ponovno neki uvid u stvarnost i možda ćete osjećati potrebu za hranom ili pićem, popričajte sa nekim.

Kraj (360 minuta nakon konzumacije): do sada su svi efekti nestali i spavanje je moguće.

Realnost: (cca 12 sati nakon konzumacije): ako ste tripali po noći i zaspali kad je trip završio, ovo je vrijeme kada ćete se probuditi... i najvjerojatnije osjećati ODLIČNO!

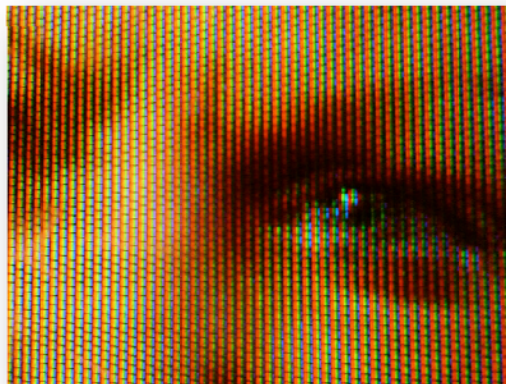
Bilo bi najbolje ako bi ostali sa grupom s kojom ste tripali ili barem sa nekim iz grupe, i podjelili iskustvo koje ste imali. Dan dva nakon samog tripa ljudi su pomalo zamišljeni i pokušavaju analizirati ono što su proživjeli, značenje samog tripa... zato je analiza sa drugima vrlo korisna.

6.2.4. O halucinacijama

Opisati halucinacije i vizualne efekte je gotovo nemoguće, ne samo što ih je teško objasniti već su za svaku osobu drugačije. No ipak, pokušat ćemo nemoguće i objasniti neke najčešće. Posložene su po redu intenziteta tripa...od najmanje doze prema većima.

***VZO** = vizualizacije zatvorenih očiju; **VOO** = vizualizacije otvorenih očiju

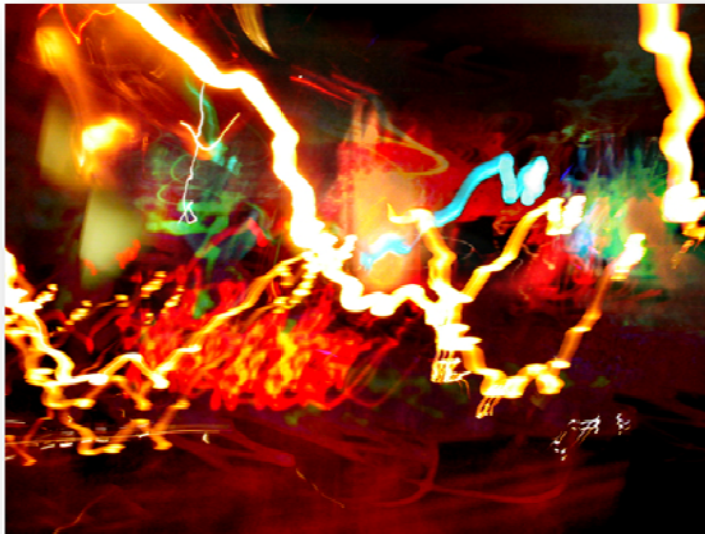
- **Crveno/ zeleno/ plave točkice(VZO ili VOO):** najčešće halucinacije, na samom početku kao kada gledate tv preblizu - sloj crvenih, zelenih, plavih točkica pojavljuje se na svemu što pogledate. Vidljive najlakše u mraku.



- **Pixalizacije:** Ovo bi bila druga faza, najšušća, kada sve što gledamo izgleda kao da je napravljeno od puno posebnih malih komadića, poput pixela na kompjuterskom monitoru. Teško je objasniti ali kada vam se dogodi znat ćete o čemu pričam. Oni koji nisu računalni frikovi opisuju ovo kao finu mrežu kojom su presvučene stvari koje gledaju.



- **Tragovi:** Objekti koji se kreću i u velikom su kontrastu sa pozadinom (npr. Zapaljeni mirišljavi stapić koji svjetli u mraku) puštaju obojani trag.

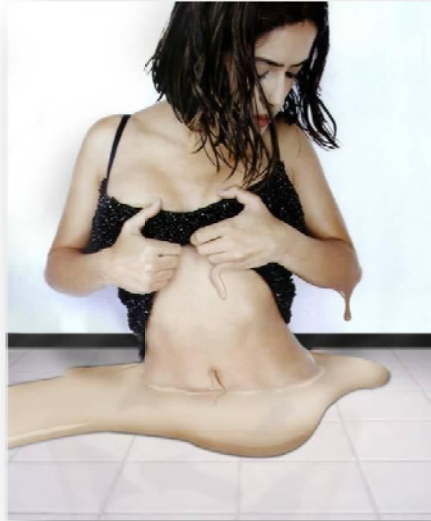


- **Crvena promjena:** Imamo osjećaj da sve što gledamo izgleda kao da gledamo kroz obojena crvena stakla.



- **Disanje:** Vrlo česta pojava kod srednjih i jakih doza. Objekte koje gledamo počmu disati, mjenjati oblik, pretakat se u druge objekte, kao da su živi. Pogotovo vidljivo kod većih objekata kao što su kuće, auti, oblaci, tepisi i sl.

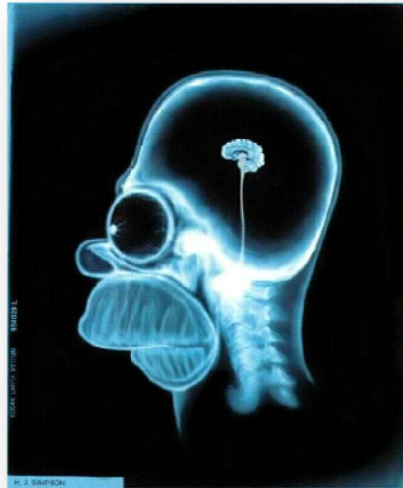
- **Topljene:** ovo ide uz «disanje», česta pojava. Najčešće vidljiva na biljkama i stablima. Ali moguće je i da se lica ljudi počmu topiti. Imate osjećaj kao da se sve rastapa, kao da netko plastiku topi i sve krene prema dole, topeći se lagano. Sjene znaju imat posebnu priču ovdje, kao da žive zasebno za sebe i igraju svoju igru.



- **Aura:** sve što gledamo dobiva nekavu obojenu auru, sastavljenu od malih pixela. Što više gledate ljude i objekte tako oni dobivaju taj sloj oko sebe koji često nestaje u nepoznato. Nešto kao snimka polaroida, pa onaj obris prije nego što vidite gotovu sliku...



- **Rengenski vid ili X-ray vision:** imate osjećaj kada pogledate objekte, ljude ili sebe da vidite kroz sve i do najmanjeg detalja. Ponekad ako gledate u sebe, npr. u ogledalo, vidite svaki mišić, žilu, krvotok...



- **Čuvar(VOO ili VZO):** nekolicina ljudi ima tu čast da u svojim halucinacijama vide nešto što je Castaneda opisivao kao «cuvar» ili «vodic». Dvije forme, uključujući plavu laticu koja sadrži crvene i zelene pipke, i svijetleću crvenu zvijezdu. Ovo se može i ne mora pojaviti tokom tripa pa ponekad čak i nakon.

- **Geometrijski oblici(VZO):** jedna od halucinacija su geometrijski oblici. Ima puno varijacija na temu: spirale, valoviti uzorci i sl. Ono što je zajedničko, uvijek su u osnovnim bojama, fraktalne prirode i to se ponavlja konstantno. Inače su dvodimenzionalni oblici pod manjim dozama, ali postanu 3D pod većim



- **Vatra: Tok Unutarnjeg Jedinstva ili «The Fire: Flow of Internal Unity»(VZO):** Ovo je uzeto iz knjige «Psihodelično iskustvo» i uključuje više **osjećaj** nego **viđenje**. Dakle halucinacije nisu pravilnog oblika već izobličene i odvojene same za sebe i direktno su povezana sa onim što trenutno osjećate, što može biti pozitivno (ljubav, mir, blagostanje) ili negativno (izolacija, tuga, ...)

- **Taditionalni oblici(VZO):** halucinacije koje sadrže slike Maya, Azteka, Indijanaca i sl. su vrlo česte. Ponekad varira jer nekad vidimo baš određenu i definiranu sliku skulpture ili građevine, hrama, a ponekad je to jednostavno oblik koji nas asocira na tako nešto tradicionalno.



- **Halucinacije(VZO i jako rijetko VOO):** Doslovne halucinacije tipa vidiš nešto što uopće nije tamo. Može se dogoditi na većim dozama. Ovdje ne pričamo o osjećaju da nešto vidimo ili doživljavamo, već govorimo o pravim realnim halucinacijama, koje osobu stavljaju u zemlju čudesa gdje sve izgleda potpuno novo i nerealno no ipak u 3Du i poput neke druge stvarnosti.



- **Subjekti(nekakva nepoznata bića) (VZO i jako rijetko VOO):** Susreti sa nekakvim nepoznati i stranim bićima česti su na većim dozama. Nećemo ulaziti u filozofska pitanja tko su oni, što znače itd. ali ćemo reći par najčešćih varijanti koje se pojavljuju:

- Insekt, glave poput aliena, koji izgleda vrlo inteligentno, svjesno i negativno /neutralno prema triperu. Može biti zelene ili sivo/bijele boje.
- Takozvani «DMT vilenjak» vrlo veseo, razigran i dobronamjeran
- Puno sretnih ljudi koji plešu u velikim grupama
- Bezoblične, ali postojane, mase hipersvemirske protoplazme (što god to značilo)

Ima još puno varijanti ali ove su najčešće.



- **Jasno Svijetlo Realnosti (VZO ili VOO):** Nirvana, gubitak ega, prosvjetljenje, krajnja istina itd. Jedno je sigurno, znat će te što je kada do toga dođete.



Treba napomenuti da samo iskusni triperi mogu uvelike reducirati dominaciju ega tokom tripa i dopustiti da vide puno više nego što bi inače vidjeli. Pojam «Čiste Svjetlosti» i potpuni gubitak ega je vrlo rijedak i čak neki iskusni triperi smatraju sebe sretnim ako ikada dožive tako nešto na svojim Level 5 iskustvima.

Ovo sve dakako nije kompletna lista. Osim ovih najčešćih halucinacija, sigurno ćete primjetiti da pogotvo priroda izgleda ponešto **drugačije** nego inače: novo, osvježavajuće i ponekad čudnovato poznato u isto vrijeme. Svaka minuta onog što vidimo je drugačija i boje su izraženije. Smatram da je mogućnost da svijet doživimo na potpuno drugačiji način jedna od najboljih strana psihodeličnog iskustva, i još jednom želim napomenuti da je najbolje otići negdje van i uvjeriti se sam.

6.2.5. Psihodelični stupnjevi



Zbog boljeg razumijevanja i same diskusije sa drugim «psihonautima» vrlo je važno rangiranje samog tripa. Intenzitet tripa i njegovo djelovanje možemo podijeliti na 5 stupnjeva.

Level 1: Lagani osjećaj obamrlosti, neki opisuju to kao osjećaj laganog pijanstva, uz pojačanu vizualnu percepciju (boja, svjetla...) lagane anomalije u kratkoročnom pamćenju. Komunikacija između lijeve i desne polutke mozga se mjenja pa muzika zvuči «šire».

Level 2: Jake boje, vizualizacije (stvari se počinju kretati, disati...) neki dvodimenzionalni oblici postaju očigledni/jasni kad zatvorimo oči. Konfuzne i zbunjujuće misli. Zbog promjene u kratkoročnom pamćenju dolazi do kontinuirajućih smetnji u tokovima misli. Dolazi do velikog povećanja kretivosti jer se moždani prirodni filter premostio.

Level 3: Vrlo jasne vizualizacije, sve izgleda zaobljeno ili/je izobličeno, promjenjivi kaleidoskopski oblici vidljivi na površinama kao zidovi i sl. Neke lagane halucinacije kao rijeka koja teče između pukotina na stablu i sl. Halucinacije zatvorenih očiju postaju 3D. Javljaju se promjene u osjetilima(vidimo zvuk...). Promjene u osjećaju za vrijeme i «beskonačni momenti/trenuci»

Level 4: Jake halucinacije, objekti se pretacu jedni u druge. Nestajanje ega ili njegovo djeljenje. (stvari pocinju pricati sa vama ili osjecate kontradiktorne stvari u isto vrijeme) Poneki gubitak relanosti. Vrijem postaje nevazno. Izvan tjelesno iskustvo i sl. Sjedinjenje osjetila.

Level 5: Potpuni gubitak osjećaja za realnost. Osjetila izgledaju kao da funkcioniraju normalno. Potpuni gubitak ega. Spajanje sa svemirom, drugim stvarima ili univerzumom. Gubitak stvarnosti je toliko jak da se ne može objasniti. Na ostalim levelima je lako objasniti promjene u mislima i osjetilima. Ali ovdje je razlika u tome što – taj svijet u kojem su stvari normalne - prestaje postojati!

Treba napomenuti jednu stvar. Vrlo važna razlika između 2. i 3. Levela je u tome što na 2. levelu možete kontrolirati VOO dok na 3. levelu one iskaču bez ikakvog truda same od sebe. Također 5. level je dio sam za sebe i vi nećete postići nirvanu samim tim što unesete ogromnu količinu gljiva u sebe!

6.3. Što nakon tripa? (Što se događa nakon tripa psihički i fizički?)

Utisak iskustva i proživljenog ostaje u nama nekih par dana do par tjedana; ono što shvatite/naučite može promjeniti vaš život. Ponekad je naučeno negativno i bit ćete u depresiji nakon toga, jer ćete shvatiti da ste oko nekih stvari bili u krivu cijeli život. Ali depresije nikad nisu jake i koliko to sada jedno zvučalo - bit će te bolja osoba nakon toga.

6.3.1. Post-Trip efekti

Svi ovi efekti imaju jednu zajedničku stvar, a to je da se njihova učestalost i intenzitet smanjuju tokom vremena. Povratak u normalu traje do mjesec dana mada je najčešće potrebno tjedan/dva.

Evo liste, kategorizirane po učestalosti i abecedi:

- **Otuđenost:** Zvuči malo gadno, ali je također najneugodnija stvar. Nakon poigravanja sa egom vidite kroz igre koje ljudi igraju. Osjećate se lagano izolirano od ljudi koji nisu nikad osjetili nešto kao vi, jer oni jednostavno NE mogu vidjeti kroz te igre koje igraju i da postoje puno važnije stvari u životu nego juriti za nekim papirima ili glupostima.
- **Dezorientacija:** Nakon tripa osjećat će te se pomalo dezorjenirano nakon svega što ste proživjeli. Pokušat će te sakupiti misli složiti ih u jednu cjelinu a to nije laka stvar. To traje nekih par dana.
- **Euforija:** «Život je lijep!!!» ovo je jedan post trip efekt na koga se nitko ne žali, nažalost traje samo dan ili dva. Blagi oblik euforije «općenito cjeniti lijepotu stvari» uživanje u malim stvarima kao nebo, jutro...tako nešto može trajati dan ili dva ponekad tjedan, a nekad i cijeli život.
- **Uvid u stvar:** Misli poput «auti su mašine», «ljudi su 3D objekti» ili «blato je cool» smiješno zvuči ali ovo su stvari o kojima inače nikada ne bi razmišljali bez psihodeličnog podmazivanja vašeg mozga.
- **Razni impulsi:** Slijedite svoje impulse jer su ZABAVNI! Tokom tjedna možete imati neke nevjerovatne želje ili potrebe da napravite nešto van normalnog i svakidašnjeg. Ti impulsi su totalno nevini i neškodljivi bez obzira što vas ljudi mogu gledati čudno ako ih provedete.

6.3.2. Rijetki simptomi

- **Bipolarni sindrom (emocionalni vrtuljak):** Oblik depresije. Varijacije između sreće i depresije bez ikakvog posebnog razloga. Ne može se puno učiniti po pitanju toga već jednostavno treba pričekati da osjećaj nestane.

- **Preobrazba:** Nagla i potpuna preobrazba nečijeg vrednovanja i gledišta na stvari.

- **Depresija:** Jedna od najrijedih simptoma, najčešće prouzrokovana bed tripom. Nestat će nakon tjedan-dva.

- **Flashbacks:** Najčešći i najpoznatiji post trip efekt i također napuhan. Dakle Vi u sekundi proživite segment tripa koji je najvjerojatnije potaknut nečim što ste vidjeli ili vas je asociiralo na nešto. Najčešće su zanimljivi i zabavni. To je dodatak a ne problem, ne treba od toga stvarati napuhanu priču.

- **Psihotične epizode nakon 48 sati:** Drugim riječima, epizoda ozbiljnog ludila koja ne prestaje nakon tripa. Ovo je vrlo rijetko .08% (8 od 10 000). Čak i u tim rijetkim situacijama kada se to dogodi, najčešće osoba ima povijest mentalne bolesti u obitelji. No treba napomenuti da ako se dogodi netko psihotično iskustvo to ne znači da ste poludjeli i da vam nema pomoći.

6.3.3. Jako rijetki simptomi

- **Post hallucinogen perceptual disorder (PHPD) ili Post trip percepcijski poremećaj:** Nakon prvog tripa većina tripera primjeti da su vizualizacije koje imaju zatvorenih očiju (bez upotrebe neke droge) puno jače i intenzivnije nego prije. Najčešće su to stvari koje primjećujemo, a prije nismo. Predmeti i svjetla u pokretu ostavljaju tragove i sl. Ovakve stvari se mogu dogoditi vrlo vrlo rijetko i ako se dogode nije da izazovu ludilo ili nešto slično. Ponekad je to sve praćeno depresijom i panikom, mada se kod takvih slučajeva stvar smiri nakon par mjeseci. Napominjem ovo je jedan od rijetkih simptoma.

- **Samoubojstvo:** Jasno da nije direktno prouzrokovano upotrebom droge, ali kroz niz ozbiljnih epizoda depresije, negativnih iskustava i raznih mentalnih bolesti može se desiti u vrlo rijetkim ekstremnim situacijama.

- **The Eraserhead Syndrome:** Gljive su zabavne. Netko bi ih poželio jesti svaki dan. **A) nije pametno B) nije dobro.** Mentalna/fizička tolerancija se gradi jako brzo: konzumiranje 3 do 4 puta u 7 dana osjetno smanjuje doživljaj i jačinu tripa. Predlažem 4 do 10 puta na godinu, radi svježine i ljepote tripa. Ljudi koji konzumiraju trip/gljive u pretjeranim količinama pomalo su depresivni i paranoični, pomalo tupi (vidjeli film Eraserhead?) Nemojte ih koristiti kao što pijete alkohol-bez poštovanja i brige. Dakle upotrijebite zdrav razum i budite svjesni što konzumirate. Ako se želite *samo* razvaliti sa nečim ima boljih i jačih droga od gljiva.

6.4. Savjeti za putnika

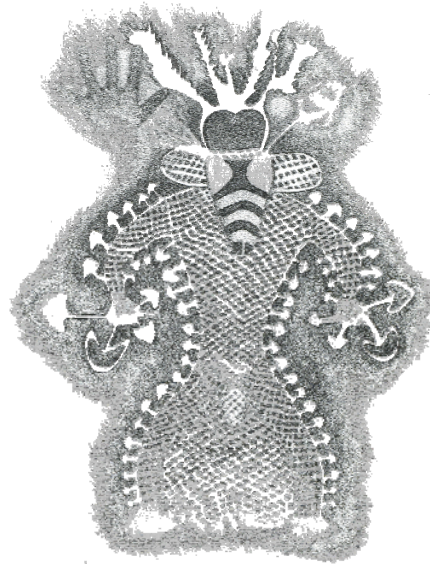


Ovaj dio je namjenjen osobi koja želi po prvi put ući u svijet psihodelija.

1. Prvi trip se nikada ne zaboravlja, spada u jednu od rijetkih kategorija kao vjenčanje, rođenje djeteta i sl. Događaj koji nikada nećete zaboraviti, u to budite sigurni, i zato ga treba tretirati kao nešto ozbiljno. Citiram Andrei Foldes: « Rodiš se sam, umreš sam i tripaš sam» **Psihodelične droge nisu igracke!**
2. Ako vam je dosadno, živčani ste, bolesni ili se samo želite zabaviti - nemojte uzeti ni jednu psihodeličnu drogu. LSD kao i psilosibin su nešto kao povećalo, ako se osjećate kao govno na tripu ćete se osjećati još gore i patiti ćete. Iskusni triper može ovo okrenuti u svoju korist i možda riješiti neki problem koji ga muči, ali svakako nije ugodno i ne savjetuje se nekome tko prvi put planira konzumirati nešto ovakvo. Ali ako se osjećate sretno, zdravo i veselite se tripu o kojem toliko maštate, onda ste spremni.

3. Sada ste sigurno paranoični i uvjereni da ako išta pođe po zlu da ćete imati 6 sati groznog iskustva. Ovo sve zvuči negativno i cijela priča malo stravično ali ovo sve se odnosi na moguće loše ishode kod tripa na većim dozama. Što se tiče manjih doza ne može ništa krivo krenuti. Kod većih doza postoji rizik Bed tripa, ali i to se može riješiti poštenom analizom i dobrim društvom i svesti na minimum. Nije sve tako crno.
4. Većina guideova piše o većim dozama i onom što vam se može dogoditi na takvom tripu. Treba imat na umu da vaša doza za prvi put najvjerojatnije neće biti veća od 3. levela, ako znate što i koliko jedete. Prema tome ne može vam se dogoditi ništa loše osim da se dobro zabavite. Imajte na umu da trip možete pogurati na mističnu stranu tako da ste u polumraku, napravite dobar odabir prijatelja, budete usredotočeni, sjedite potpuno nepokretni tokom vrhunca, zatvorenih očiju, i tek onda možda doživite neku mističnu stranu na tako malim dozama. Jednostavno se priviknite na stanje u kojem se nalazite i zabavite se. Prije smo naveli neke igračke koje možete koristiti za zabavu. Otiđite do parka, prošetajte po stanu, livadi i vidite kako ćete reagirati. Nemojte se čuditi ako se počmete ponašati poput djeteta i stvari kao najjednosavniji kamenčić će vas oduševiti i preokupirati vam maštu. Oduševljavat će vas stabla, biljke. Bit će te svjesni koliko se djetinjasto ponašate ali vam neće biti važno jer u tom trenutku možete opet osjetiti kako je to gledat kroz oči djeteta i odbaciti igre koje igra vaš ego.
5. Jedini vidljivi znak da tripate su raširene zjenice tako da ne zaboravite nositi naočale.
6. Opustite se i uživajte... Sve će biti OK 😊

6.5. Savjeti za vodiča



Ovo su savjeti za nekoga tko želi upoznati svog prijatelja sa svijetom psihodelije na najbolji način.

1. Uloga vodiča nije lagana. Vaša dužnost je da vodite druge, da pazite da im se ništa loše ne dogodi i da sve bude u najboljem redu. Također morate potisnuti svoje nagone i potrebe da kontrolirate tuđe reakcije ili akcije. To nije lako. Nije lako biti promatrač koji intervenira samo ako to situacija nalaže.
2. Važno je da imate neko iskustvo sa psihodeličnim supstancama(ne mora biti neko pretjerano ali što više to bolje) i da znate regirati na svakakve situacije na koje možete naletiti. Bitno je i da usred tripa možete doći k sebi i regirati na vrijeme, da se ne prepustite svojem vlastitom tripu i zanemarite one na koje trebate paziti. Neki niti ne konzumiraju ništa, već se prilagode ostalima koji tripaju, ali to je vrlo teško...jer trijezni trebate pogoditi nivo na kojem se oni nalaze.
3. Vodič treba voditi. Pomoći triperu u nekim određenim trenutcima ali također štititi i pustiti osobu da sama za sebe istražuje. Treba promatrati razvoj situacije, a ne svakih 5 minuta pitati da li je sve ok, jesi dobro i sl. Jer to samo drugima razbija trip. Ako je nekome loše, a vi obraćate pažnju znat će te da mu je loše, bez da stalno pitate gluposti.

Par stvari koje bi vodič trebao raditi:

- Paziti na početku tripa! Njegov uspon je vrlo važan jer često o njemu ovisi i vrhunac. Ono što bi vi trebali raditi je – osigurati da se triper dobro osjeća i da sve ide u najboljem redu. To možete postići razgovorom preko



kojeg jako brzo možete provjeriti kakva je situacija. Btw kao što smo rekli, vodite računa da ne budete naporni!

- Kada trip dođe do vrhunca već će biti jasno u kojem smjeru ide. Ako sve ide u najboljem redu, odlično, povucite se negdje u pozadinu, promatrajte i mjenjajte muziku ako je potrebno. Ako krene na loše, pogledaj niže...
- Kada vrhunac splasne triper će najvjerojatnije početi bauljati okolo i možda se zaigrati sa nekom igračkom. Pridružite se, zabavno je!

Prije samog početka razjasnite sa budućim triperom da ste tu za njega kao pomoć ako zatreba i da bez obzira što vas pitao ili tražio vi ćete biti sretni pomoći mu i udovoljiti njegovim zahtjevima. Pokušajte motivirati razgovor tokom tripa, pogotovo ako trip krene na krivu stranu, teško je...ali pokušajte.

4. Ljudi reagiraju drugačije na neugodne situacije, najčešće je to skupljanje u fetalni položaj i bolni izraz lica kao i držanje tijela. (NAPOMENA: neki se vole sklopčati u fetalni položaj kada im je dobro, zato obratite pažnju na njihov izraz lica prije nego reagirate.) Ako vidite da je trip krenuo na loše i da se vaš triper ne zabavlja pokušajte promijeniti muziku na nešto vedrije i poznatije, promijenite lokaciju ili prošetajte vani (svi skupa naravno, nećete osobu izbaciti van i reći „ajde zabavi se vani sam i dodi k sebi!“) ako se triper boji, pokušajte ga držati za ruku i uvjeriti da će sve biti ok. (To je ponekad stvarno teško jer vas možda triper više niti ne prepoznaje i čak vas se boji..tako da je teško onda grliti nekog u tom filmu...pokušajte strpljivo i mirnim glasom doprijeti do njega) ako ga je strah («Hoće li ovo ikad prestati?», «Jesam li lud?», «Dal umirem?») morate ga podsjetiti da je na gljivama, da će trip prestati i da nećete dozvoliti da mu se nešto loše dogodi. Sve je samo halucinacija, proizvod njegovog uma i ništa nije stvarno. Ako je tužan, zagrljaj općenito pomogne. Ako posumljate na nešto loše reagirajte. Često osoba koja ima bed trip postane njema i ne može vam reći da joj je loše, zato je na vama da budete pažljivi i tihi promatrač koji može reagirati kada je potrebno. Što se tiče bilo kakvog lošeg tripa važno je objasniti triperu što se događa..strah i teror se stvaraju jer ego pokušava ostati čitav i najlakše je prepustiti se. Opiranje nije bezveze ali je često kontraproduktivno. Ako baš ništa od navedenog ne pomogne, a moguće je da ne pomogne, promijenite lokaciju. Triper će se najvjerojatnije protiviti tome ali morate inzistirati jer promjena ambijenta i lokacije može drastično poboljšati stvar. Ako ste vani otidite negdje u stan ako ste u stanu izađite van. To će navest tripera da izbriše/zaboravi negativne i loše vibracije prijašnjeg mjesta i počme sve iz početka.
5. Još nešto bitno... Vi kao pomoćnik/vodič možete dosta naučiti od tripera i njegovog ponašanja, njegovih reakcija i načina na koji doživljava svijet. Proučavajte ga i analizirajte i vidjet ćete da je zabavno i vrlo poučno.

Zaključak: Vežite se i uživajte u Putovanju!

