

Muchomor czerwony a wspomaganie odrzucenia nałogu - na podstawie książki „Mikrodozowanie muchomora czerwonego” Baby Maszy

Muchomor czerwony (*Amanita muscaria*) od wieków był używany w różnych tradycjach jako środek wspomagający procesy uzdrawiania i duchowego rozwoju. Współczesne badania oraz praktyka mikrodozowania zaczynają rzucać nowe światło na potencjalne zastosowania tego grzyba w walce z nałogami. W swojej książce „**Mikrodozowanie muchomora czerwonego**”, Baba Masza opisuje mechanizmy działania tego niezwykłego grzyba oraz jego potencjalny wpływ na osoby zmagające się z uzależnieniami.



Jak muchomor czerwony wspiera odrzucenie nałogu?

1. Działanie na receptory GABA

- Muchomor czerwony zawiera dwie główne substancje aktywne: kwas ibotenowy i muscymol.
- **Muscymol** jest silnym agonistą receptorów GABA (kwas gamma-aminomasłowy), co oznacza, że wzmacnia ich działanie w układzie nerwowym.
- Receptory GABA są odpowiedzialne za hamowanie nadmiernej aktywności neuronalnej, co prowadzi do uczucia spokoju i stabilizacji emocjonalnej.
- W przypadku nałogu, szczególnie alkoholowego, układ GABA jest często rozregulowany. Mikrodozowanie muscymolu może pomagać w jego przywróceniu do naturalnej równowagi, co zmniejsza lęk i napięcie związane z odstawieniem substancji.

2. Redukcja objawów odstawienia

- Objawy odstawienia alkoholu lub innych substancji psychoaktywnych (np. lęk, drżenia, bezsenność) są często związane z hiperaktywnością układu nerwowego.
- Mikrodozowanie muscymolu może łagodzić te objawy dzięki działaniu uspokajającemu, pozwalając organizmowi na stopniową adaptację do braku substancji uzależniającej.

3. Zmniejszenie pragnienia uzależniającej substancji

- Baba Masza w swojej książce zauważa, że muchomor czerwony może zmniejszać „głód” alkoholowy oraz kompulsywne pragnienie innych substancji.
- Mechanizm ten jest częściowo związany z regulacją układu dopaminowego, który odgrywa kluczową rolę w uzależnieniach. Przywrócenie równowagi neurochemicznej może prowadzić do zmniejszenia potrzeby sięgania po substancję uzależniającą.

Jak stosować muchomora czerwonego w mikrodozowaniu?

1. Przygotowanie i dawka

- Baba Masza zaleca stosowanie **wstępnie dekarboksylowanego suszu** muchomora czerwonego, co oznacza, że kwas ibotenowy został przekształcony w muscymol.
- Mikrodozowanie oznacza przyjmowanie bardzo małych dawek (np. 0,1–0,3 g suszu), co pozwala na delikatne działanie muscymolu bez intensywnych efektów psychoaktywnych.

2. Czas i regularność

- Baba Masza zaleca stosowanie mikrodozowania w cyklach, np. 2 dni przyjmowania i 2 dni przerwy. Takie podejście minimalizuje ryzyko tolerancji oraz pozwala organizmowi na adaptację.

3. Konsultacja z ekspertem

- Choć muchomor czerwony nie jest klasyfikowany jako substancja kontrolowana, jego stosowanie powinno być przeprowadzone świadomie i najlepiej pod okiem specjalisty, szczególnie w przypadku wspierania odstawienia nałogów.

Ostrzeżenia i ryzyko

- **Toksyczność:** Wysokie dawki muchomora czerwonego mogą być toksyczne i powodować nieprzyjemne efekty, takie jak nudności, wymioty, czy dezorientacja.
- **Indywidualna reakcja:** Nie każdy organizm reaguje tak samo na substancje psychoaktywne. Ważne jest rozpoczynanie mikrodozowania od najniższych możliwych dawek.
- **Interakcje:** Muchomor czerwony może wchodzić w interakcje z lekami psychotropowymi lub innymi substancjami.

Podsumowanie

Muchomor czerwony, dzięki swojemu działaniu na receptory GABA i zdolności do wspierania regulacji neurochemicznej, może być pomocnym narzędziem w procesie odrzucania nałogu. Mikrodozowanie, jak opisuje Baba Masza w swojej książce, to bezpieczna i skuteczna metoda, która może zmniejszać objawy odstawienia, lęk i pragnienie substancji uzależniających. Ważne jest jednak stosowanie tej praktyki świadomie, z zachowaniem odpowiednich środków ostrożności.

W książce „**Mikrodozowanie muchomora czerwonego**” Baba Masza podaje, że według jej doświadczeń oraz nieformalnych statystyk zebranych wśród uczestników praktyki mikrodozowania, około **60-70% osób, które regularnie mikrodozowały muchomora czerwonego, zauważyło zmniejszenie lub całkowite odrzucenie alkoholu.**