

# 相思湯指南

版本：48

## 目錄

[文件](#)

[本指南原由](#)

[什麼是相思湯](#)

[「爽」](#)

[修行](#)

[你不一定要用藥](#)

[原則](#)

[狀態不夠好用了會發生什麼事](#)

[啟靈藥](#)

[相思湯的作用](#)

[憂鬱症/創傷後壓力症候群\(PTSD\)](#)

[相思樹樹皮\(Acacia Confusa Bark, ACB\)](#)

[駱駝蓬子\(Syrian Rue Seeds, SRS\)](#)

[血清素症候群\(Serotonin Syndrome\)](#)

[生物鹼\(Alkaloid\)](#)

[DMT\(N,N-Dimethyltryptamine\)](#)

[NMT\(N-Methyltryptamine\)](#)

[管制藥品](#)

[判決書](#)

[判例](#)

[製造](#)

[施用](#)

[持有](#)

[單寧](#)

[淨化排毒](#)

[種類](#)

[我該使用哪種劑量的相思湯？](#)

[我該使用哪種形式的相思湯？](#)

[娛樂不娛樂](#)

[劑量與狀態表](#)

[評估自我身心狀態](#)

[身理](#)

[心理](#)

[自我評量表](#)

[身心調理](#)

[運動](#)

[飲食](#)

[養身之道](#)

[靜坐](#)

[靜心輔助工具](#)

[醫療用藥](#)

[察覺慾望的存在](#)

[固定重複的訓練](#)

[獨處](#)

[飲食戒律](#)

[藥物](#)

[食物](#)

[斷食](#)

[藥材來源](#)

[ACB](#)

[SRS](#)

[HCL](#)

[淘寶買駱駝蓬子](#)

[相思樹](#)

[樹皮取材要點](#)

[原樹枝幹處理](#)

[樹皮的保存](#)

[製作方式](#)

## [煮湯](#)

### [劑量](#)

[SRS](#)

[HCL](#)

[ACB](#)

### [傳統相思湯](#)

[劑量](#)

[器材](#)

[藥材\(一人份\)](#)

[製作流程](#)

[事前準備](#)

[先煮 SRS](#)

[接著煮 ACB](#)

### [微量相思湯](#)

[劑量](#)

[試算](#)

[製作流程](#)

[過濾單寧的器材](#)

[過濾單寧](#)

[活性炭](#)

### [保存](#)

## [膠囊](#)

### [劑量](#)

### [服用](#)

## [DMT 提煉](#)

### [生物鹼提煉原理](#)

### [藥材](#)

### [化工原料](#)

[丙酮](#)

[右旋檸檬烯](#)

[富馬酸](#)

[二甲苯](#)

[異丙醇](#)

[碳酸鈉](#)

[氫氧化鈉](#)

### [名詞解釋](#)

### [DMT 特性](#)

[DMT Fumarate\(DMT-F\)](#)

[DMT Freebase\(DMT-FB\)](#)

[器材](#)

[工作環境](#)

[防護配備](#)

[單位](#)

[材料準備](#)

[溶劑測試](#)

[製程](#)

[酸化\(Acidify\)](#)

[鹼化\(Basify\)](#)

[分離游離鹼\(Freebase\)](#)

[DMT Fumarate 結晶](#)

[DMT Fumarate 轉換成 DMT Freebase](#)

[食品安全](#)

[保存](#)

[服用方式](#)

[劑量](#)

[DMT Fumarate 口服](#)

[參考劑量\(mg\)](#)

[DMT Freebase 吸食](#)

[參考劑量\(mg\)](#)

[Changa](#)

[DMT - 酸鹼溶液中的百分比](#)

[DMT - Fumarate 與 Freebase 互換](#)

[自我保護問題](#)

[Q1 為什麼這麼多杯子、罐子、鍋子，你在做什麼？](#)

[Q2 為什麼有油漆味\(NPS\)，你在做什麼？](#)

[Q3 你在煮什麼？這可以喝嗎？](#)

[Q4 為什麼有這麼多樹皮、木屑？](#)

[Q5 這罐酒紅色的是什麼\(樹皮湯\)？](#)

[Q6 這粉末是什麼？](#)

[駱駝蓬子 HCL 提煉](#)

[化工原料](#)

[氯化鈉](#)

[準備](#)

[製程](#)

[酸化](#)

[煮湯](#)

[過濾](#)

[鹼化\(Basify\)](#)

[取得游離鹼沈澱](#)

[駱駝蓬鹼鹽溶液](#)

[過濾](#)

[取得 Harmine / Harmaline HCL](#)

[過濾結晶](#)

[HCL 服用](#)

[服用前檢查列表](#)

[選擇你的看護者\(sitter\)](#)

[看護者的工作](#)

[服用當下](#)

[飲用規劃時程](#)

[一起喝與分開喝](#)

[一日數劑](#)

[為了特定節目而喝](#)

[飲用後](#)

[清醒後](#)

[服用方式比較](#)

[劑量提示](#)

[耐受性](#)

[環境氣氛的營造](#)

[用音樂帶領旅程](#)

[過量](#)

[服用後身體調養](#)

[服用後心理調養](#)

[狀況Q&A](#)

[Q1](#)

[A1](#)

[Q2](#)

[A2](#)

[服用相思湯/死藤水/DMT意外事件](#)

[DMT混藥](#)

[駱駝蓬子 HCL 劑量](#)

[藥劑的標示](#)

[工具的保養](#)

[藥劑](#)

[pH 計](#)

[針筒](#)

[電子秤](#)

[推薦硬體設備](#)

[中藥粉碎機](#)

[電煎壺](#)

[電火鍋](#)

[山刀](#)

[顏色](#)

[心得文](#)

[心得文 for AsiaTripper](#)

[捐款給我](#)

[總結](#)

## 文件

本文件於網路上唯一的連結為 <https://redd.it/6l09zc>，文件不定期會做更新，請不時拜訪取得最新版本。

## 本指南原由

由於相思樹在台灣可以說是非常普遍，相當好取得，為了避免錯誤的使用方式導致個人或他人的生命危險，所以將自己對相思湯/DMT的所知撰寫成冊，以期達到傳遞安全用藥知識，而非當前社會風氣的消極禁止。

## 什麼是相思湯

本「相思湯」原名「死藤水」(Ayahuasca)，傳統死藤水使用 Banisteriopsis Caapi 藤類植物與 Psychotria Viridis 葉子製作，在台灣由於使用「相思樹樹皮」與「駱駝蓬子」烹煮，故正名為相思湯(Formosahuasca)。

本文中的相思湯，代表的是一種服藥的儀式，而不只是實質的「湯」，相思湯攝入的型態有最基本的湯、膠囊到提煉 DMT 進行口服或燃燒抽，不一樣的方式會有不一樣的感受，但都是「相思湯」。

## 「爽」

不管哪種攝入方式，相思湯絕對不是用來「爽」的，如果你期待用它來「爽」，我真心建議你不要用會比較好，原因在於藥效一開始的確會讓人感到身心放鬆，但也只在一開始那段時間，劑量再多一點是完全不會有愉悅的感受的，狀況不好的人常常得到的是身心的折磨，你如果期待用越多愉悅的感受會越強的話，那就一定會得到反效果，身心狀態不夠好的人恣意使用後，期待可以得到美好的旅程是根本不可能的，藥物跟身心狀態一定要配合才會有最好的效果，這段話你一定要聽進去。

## 修行

相思湯比較適合用來修行，作為一種身心修煉方式，就像每種不一樣的宗教都有自己的修行方式，常見的佛教、道教是念經、打坐，印度教常見的苦行，基督教用經典來規範行為與修道院制度。修行不一定要與宗教連結，你不一定要信教才可以修行，不管哪種修行方式，它最終的目的地都是用來讓「意識超脫於慾望」，慾望是什麼？慾望是我們人為了活下來而生的自然反應，我們人繁衍的如此成功，主宰地球靠的就是慾望，慾望就寫在我們的 DNA 裡，是與生俱來的，一旦你靜下心觀察「慾望」要我們做什麼後，你就會了解你種種行為背後的原因，而透過修行可以讓「意識超脫於慾望」，也就是這時候慾望放我們自由了，透過相思湯來修行，湯本身的排毒淨化作用會讓身體乾淨清爽一些，而進入傳統旅程後則是會得到不一樣啟發，因為在那狀態下慾望是完全無法影響你的意識的，你的意識可以自由的思考與感受，在這狀態下，你會對所有的事物有不一樣的看法。

我期待每個喝過湯的人都可以讓自己的身心變得更好，善用自己的思考能力，你我踩在同一條演化的道路上，請相信我愛與向善才是唯一的正途，我們可以做的還有很多，祝福你。

## 你不一定要用藥

是的，你不一定要用藥，藥只是一種輔助，修行的方式非常多種，你只需要挑一種最適合你當下身心狀態的就可以了，禪修是一種修行，運動是一種修行，什麼都不做，什麼都不想也是一種修行。如果你只是要讓自己身心舒坦一點，好好做個瑜伽泡個溫泉睡一覺就可以，如果你有失眠的問題，長時間規律的運動相當有幫助。先試看看不用藥的方法，你如果有恆心，已經可以解決你大部分的問題了。如果真的要藥，就請一定要遵守安全用藥的原則。

## 原則

先說相思湯是相當容易過量的藥物，相思湯因為每個人的煮法不一樣，煮出來湯的 DMT 含量差異很大，看過不少相思湯心得文，長期統計下來壞旅高於好旅，導致壞旅的最主要的原因除了身心狀態外就是劑量，使用者對喝下的劑量會有的反應並不了解，第一次喝湯的人可能只依據一些不相關的個人特質來判斷要用多少量，例如：我的酒量不錯應該沒問題吧(X)。我大麻 joint 自己連抽個幾根也沒問題(X)。朋友上次喝湯用了多少劑量，我用同樣劑量也OK的(X)。我三鐵馬拉松常客，體力好得很(X)。必須要告訴你相思湯/DMT真的是很「特別」的藥物，就算是同樣的劑量，同一個人在不同時間/空間的心理狀態服用，都會產生不一樣的效果。看過不少有數種娛樂用藥經驗的使用者，因為身心狀態不佳，或是劑量過量導致相當嚴重的壞旅。就算你今天為了喝湯而不斷修煉你的身心，最後喝了過量的相思湯，一樣會壞旅的。身心的修煉是入門，搭配合宜的劑量才會有最好的效果。

最安全喝湯的方式就是不斷修煉身心，慢慢實驗劑量，從微量開始，先了解會有什麼效果，真的有需要再慢慢加上去。你只要被相思湯的壞旅教訓過一次，保證你會悔不當初，那種身心的折磨是可能會造成永久傷害的，我不是在恐嚇人，是真心希望每個喝湯的人，都可以從旅程中得到啟發，進而提昇自我，「寧願無效，不要壞旅」，切記切記！

## 狀態不夠好用了會發生什麼事

微量的話還不至於有太大的影響，從半劑量開始，體能不夠好的人會覺得非常的累，你的身體會開始酸痛，身體會有莫名的刺激感，你會產生一些自然的反應，如磨牙、捏自己，咬嘴唇，甚至槌牆壁，這些身理反應可以舒緩一些刺激感，但相對也是相當危險的，原因在於藥效再強一點，刺激感提升後，你就會想要使用更強烈的身理刺激動作來消除刺激感，強烈的身理刺激動作是有可能會傷害到自己的，特別是如果身邊剛好有剪刀、刀子你很可能就會使用傷害到自己了。心理狀態不夠好則是，在傳統旅程中，你可能會過於恐懼而意識迷亂，做出一些傷害自己或他人的行為，又在體驗過「自我喪失」後，你會有一種「看破紅塵」的體悟，回到現實後，一旦面對挫折不如意，是極有可能發生讓人遺憾的事的。

因此身心的修煉與事前心理建設相當的重要，了解它，安全的用它。

## 啟靈藥

LSD，魔菇(Psilocybin Mushroom)和相思湯/DMT都被歸類於啟靈藥的一種，在台灣最好取得與自製的就是相思湯，一來是原料(樹皮)可以說非常普遍，二來是煮湯或提煉都容易，你可能想都想不到常見的相思樹就可以用來提煉致幻藥物，看完本指南你就會了解了。

	LSD	魔菇	相思湯
關鍵原料取得	難	中等 - 孢子液/章	容易

自製	難 - 需要實驗室等級的設備	中等 - 要花時間培育	容易
----	----------------	-------------	----

## 相思湯的作用

- 藝術創作
- 靈性追求
- 心靈療癒
- 自我探索

相思湯藥效作用時，大約半劑量開始，很多想法會一直跑出來，會有種想透過身體的動作來表現創作的念頭，我是很確定自己是沒什麼藝術天份的人，但在那狀態下，我可以哼出一段完整的旋律，甚至想拿起筆畫畫，我覺得當下的狀態非常適合做藝術創作。

相思湯可以用來探索外在與內在，體能不夠好的人往往在半劑量身體就完全放鬆掉入旅程中了，你要是在半劑量作用時還可以自由活動到處探索的話，你會發現這個世界相當的不一樣，多接觸大自然你會了解萬物奧妙的所在。

探索內在則是在進入旅程後，自由的意識會不斷的探索自我，你將會「感受」到很多，那狀態有點類似作夢，但真實千百倍，旅程中，你將會看到「真實」的自己。

## 憂鬱症/創傷後壓力症候群(PTSD)

如果你是因為心靈的創傷而尋求藥物的治療，請先讓自己進行傳統醫院精神科的療程，無效果時再來考慮使用致幻藥物。

真的要用致幻藥物來治療的話，可以試試 MDMA 或 LSD、魔菇、DMT 等啟靈藥，美國食品藥物管理局(FDA)最近認可使用 MDMA 作為治療 PTSD 的研究([報導](#))。

就我看過使用致幻藥物來治療 PTSD/憂鬱症 的使用者經驗，我認為好壞參半，如果你想藉由相思湯治療精神創傷的話，我會建議從微量開始試試看，且一定要搭配規律身心的修煉，就我自己的體驗，相思湯不會讓你忘了那段創傷，但是會讓你變得比較釋懷，許多事在釋懷之後都會比較好過，你還是偶爾會想起那些創傷，但之後就單純是想起它，不會帶來情緒反應了。

## 相思樹樹皮(Acacia Confusa Bark, ACB)

相思樹樹皮中含有會讓人致幻的成份「DMT」與「NMT」(以下通稱活性成份)，目前已知含 DMT 的植物大約有 65 種，DMT 存在於自然界各種動植物中，人體本身就會產生劑量不等的 DMT，例如：作夢時(少量)、死亡時(大量)。

## 駱駝蓬子(Syrian Rue Seeds, SRS)

SRS 擔任 MAOI(單胺氧化酶抑制劑) 的角色，由於人體酵素 MAO-A 會快速分解 DMT，MAOI 可以讓 MAO-A 酵素暫時失去作用進而讓人體順利吸收 DMT。

駱駝蓬鹼成份中的 Harmine 與 Harmaline 都有 MAOI 作用，而 Vasicine 與 Vasicinone 由於對血壓與呼吸有刺激作用，被視為是對人體有害的成份，其中 Vasicine 是子宮刺激劑，對懷孕婦女可能造成流產。

如果你喝 SRS 湯後身體相當不舒服，可以考慮使用駱駝蓬子 HCL(請 Google 駱駝蓬子HCL)，狀況會改善很多。

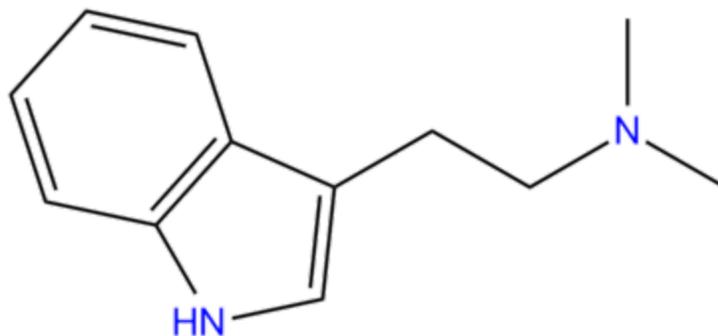
## 血清素症候群(Serotonin Syndrome)

血清素症候群是有可能致命的，發生原因是併用 MAOI 與 SRI (血清促進素再吸收抑制劑)，而許多的抗憂鬱藥物都是 SRI，為避免血清素症候群的發生，請遵守「[飲食戒律](#)」。

## 生物鹼(Alkaloid)

是一種主要包含鹼性氮原子，天然存在於大自然動植物及蕈類的化合物，以台灣相思樹來說其中樹幹樹皮的生物鹼含有約 70% 的 DMT 與 NMT。

## DMT(N,N-Dimethyltryptamine)



DMT分子式

N, N-Dimethyltryptamine, 簡稱 DMT, DMT 存在於人體與各種動植物內，人在作夢時就會產生 DMT，在瀕臨死亡時則是會產生大量 DMT。DMT 會像血清素(Serotonin)一樣影響血清素受體 (Serotonin Receptor)，進而產生致幻的作用。DMT在人類胚胎時第49天開始分泌，有一說法是這是靈魂的開始，稱 DMT 為精神分子(The Spirit Molecule)。

一個完整的 DMT 旅程的效果為：

- 時間感與空間感的喪失
- 有愉悅的感受
- 閉眼時產生不斷重複的幾何圖形
- 張眼時產生幻覺(特別是看著矩陣與密集排列的圖案)
- 靈魂出竅
- 視覺上增強立體感、色彩與亮度

DMT 的副作用是：

- 心跳加快
- 血壓升高
- 頭暈、嘔吐
- 腹瀉
- 昏迷或呼吸中止(極高劑量)

## NMT(N-Methyltryptamine)

與 DMT 作用類似，致幻的效果約是 DMT 的  $\frac{1}{3}$  到  $\frac{1}{4}$

## 管制藥品

DMT(二甲基色胺)依[台灣管制藥品分級](#)是屬於「第二級」，跟 LSD、大麻、安非他命同一級。第二級管制藥品相關刑責：

名目	刑責
製造、運輸、販賣	處無期徒刑或七年以上有期徒刑，得併科新臺幣七百萬元以下罰金
意圖販賣而持有	處五年以上有期徒刑，得併科新臺幣五百萬元以下罰金
強暴、脅迫、欺瞞或其他非法之方法使人施用	處無期徒刑或七年以上有期徒刑，得併科新臺幣七百萬元以下罰金
引誘他人施用	處一年以上七年以下有期徒刑，得併科新臺幣一百萬元以下罰金
轉讓	處六月以上五年以下有期徒刑，得併科新臺幣七十萬元以下罰金
施用	處三年以下有期徒刑
持有	處二年以下有期徒刑、拘役或新臺幣三萬元以下罰金

在現今法律規範下，或許煮湯還算模糊地帶(相思樹皮是治跌打傷的中藥)，但走提煉的話絕對會觸犯以上法條，因此奉勸你想清楚再做，真的要做也要天時、地利、人合才做，且千萬不要交易

，交易就會提高風險，交易一旦被查獲後的刑責也比自用重很多，所以請自用就好別分享，行事千萬低調，本指南完全是以自用的角度來撰寫。

延伸閱讀：[裹著糖衣的績效毒藥](#)

## 判決書

透過網站 <http://fyjud.lawbank.com.tw/index.aspx>，可以查詢到判決書

- 法院：選取刑事各地方法院
- 全文內容：針對判決全文做搜尋
- 判決案由：毒品
- 裁判主文：搜尋判決最精要的內容

## 判例

目前搜尋不到單獨 DMT 的相關判例(可以推測 DMT 不是執法單位的重點查緝對象，但請不要掉以輕心)，以下以同樣二級之管制藥品為例

### 製造

1. [104.訴.331](#)：製造第二級毒品，未遂，處有期徒刑貳年
2. [101.訴.585](#)：意圖供製造毒品之用，而栽種大麻，處有期徒刑貳年拾月
3. [101.訴.99](#)：共同製造第二級毒品，各處有期徒刑伍年
4. [106.訴.69](#)：製造第二級毒品，累犯，處有期徒刑肆年貳月
5. [100.訴.93](#)：製造第二級毒品，處有期徒刑肆年陸月

### 施用

1. [106.簡.2570](#)：施用第二級毒品，處有期徒刑貳月，如易科罰金，以新臺幣壹仟元折算壹日。
2. [106.簡.2049](#)：施用第二級毒品，處有期徒刑參月，如易科罰金，以新臺幣壹仟元折算壹日。

### 持有

1. [106.簡.2603](#)：持有第二級毒品，處拘役貳拾日，如易科罰金，以新臺幣壹仟元折算壹日
2. [106.審.622](#)：持有第二級毒品純質淨重二十公克以上，處有期徒刑玖月。緩刑參年

真的要走提煉前把判決看完，做最壞的打算，評估自己的環境與各種條件，想清楚。

## 單寧

「單寧」又稱「鞣質」，英文「Tannin」，喝葡萄酒時，感覺到的澀味就是單寧，單寧是一種可以解毒的低毒性物質，也是相思湯中讓人嘔吐與腹瀉的主要成份，如果相思湯讓你有嚴重排毒反應的話，代表可能你沒遵守下方章節的「飲食戒律」，在遵守「飲食戒律」且空腹下，無論嘔吐或腹瀉都只會是輕度的。

## 淨化排毒

相思湯的排毒作用分成數個階段，第一階段是最常見的嘔吐與腹瀉，由於單寧的解毒作用，排泄時你的大便顏色會相當的黑，現代人體內都累積了相當多毒素，請不用恐懼排毒作用，事後你的身體會很乾淨，相當的輕盈。

第二階段是呼吸系統的排毒，如果你每週固定喝相思湯的話，通常會在三個月到半年間出現，你會發現鼻屎相當的黑而且很大團，等到鼻屎開始變半透明時，你就會感受到呼吸相當順暢，此時表示你鼻腔跟氣管都很乾淨，第二階段排毒已經完成。

## 種類

相思湯的種類分為傳統、半劑量、微量。

傳統相思湯含最多 DMT，因此它不是每天喝的東西，它適合幾個禮拜，數個月，甚至數年喝一次，請不要以一般娛樂用藥的用法來使用它。

而微量相思湯是指將相思湯劑量調低，跟傳統相思湯比較如下表，最明顯的區隔就是，微量可以保有意識跟身體的支配，而傳統相思湯則是將身體與意識完全交由相思湯帶進去旅程，半劑量則是介於傳統與微量之間。

無論哪種相思湯，身心在都調理到最佳狀態時飲用會得到相當不錯的旅程，相思湯的藥材跟烹煮方式都算簡單，請記得[身心調理](#)才是最重要。

	傳統	微量
單劑作用時間	長	短
每日使用劑量	一次(*1)	數次(*2)
旅程	深	淺(*3)
意識與身體	無法控制	可以控制

視覺效果	有	無
飲食	空腹	正常飲食(*4)
單寧	保留(*5)	去除

\*1 一日一次但通常間隔數週、數月。

\*2 每劑間隔約 4 小時，一日不宜超過 5 劑

\*3 可透過靜坐冥想深入。

\*4 宜清淡，詳細禁食列表請參考「[飲食戒律](#)」。

\*5 單寧的淨化作用（嘔吐、排泄）也是完整旅程中的一環，所以建議保留。

## 我該使用哪種劑量的相思湯？

到底要使用微量還是傳統相思湯，如果你完全沒有喝過相思湯，那絕對要從微量開始，看看自己狀況如何，請不要貿然飲用傳統相思湯，深度的旅程是要在身心狀況都很好的條件下才可以進行的。

微量相思湯作用時，效果類似傳統相思湯剛回來後那數小時的感覺，身心都很放鬆，四肢可控制但微無力，是相當美好的時光。

有微量相思湯的經驗後，如果你今天身心狀況都不錯，且有個相當寧靜、舒適、讓人有相當安全感的環境時，那就可以考慮將劑量慢慢提高。

半劑量則是介於傳統與微量之間，會進行數段半夢半醒的旅程。

請記得用藥一定是由輕到重，切勿一開始就過量，無論你其他的用藥經驗如何，切記！

	傳統	半劑量	微量
適用時機	自我探索，做人生大決定，預習死亡	思考，夢遊	放鬆身心，看展，音樂會

## 我該使用哪種形式的相思湯？

就形式而言，最大分野就是提煉與不提煉，不提煉的話就是傳統的煮湯與膠囊，提煉的話就會產出可以直接配合 MAOI 口服的 DMT 鹽類(Salts)與燃燒抽的游離鹼(Freebase)。

傳統煮湯你需要的器材比較簡單，就鍋子，爐子即可，要走提煉的話，還要添購一些化學藥劑(一千元以內)，加上樹皮都自採的話，要花的費用其實非常的省。但是我絕對不鼓勵一開始就走提煉，原因之一就是單寧的淨化作用，那種幫你體內髒東西掏出來的感覺，你一定要體驗過一次，

修心也修身，單寧淨化就是一種修身，你如果略過了身體淨化的階段，就無法體會到身心同修的感覺了，我自己本身傳統煮湯喝了半年，期間看了不少提煉文章，把藥劑都先買好，等到覺得身體夠乾淨、狀態夠好了，要走提煉的時候，第一個禮拜摸索，第二個禮拜就有不錯的產出了，提這個不是要說我很厲害，而是提煉流程本身就不難，藥劑網拍也都買得到，你一點化學知識都沒有，照著指南做也是做得出來的，只是要建議你按部就班，慢慢來，才會得到最好的效果。

	器材	單寧	劑量	服用後身體狀態
不提煉	鍋子、爐子	可以有限度去除	不好掌握	較不舒服
提煉	再加上化學藥劑	完全去除	好掌握	較舒服

在已經喝過數次湯，確定身體已經排毒完成後，要讓服用時感受較好的話，不提煉可以試著用活性碳過濾數次，將單寧的含量降至最低，提煉的話就是做成 DMT Fumarate，再配合駱駝蓬子 HCL 都會讓喝湯的感受提昇，去除不適感。

## 娛樂不娛樂

一般而言傳統煮湯是無法太娛樂的，因為湯的苦味、頭暈、腹瀉等等因素，而 DMT 提煉後因為方便使用且沒有其他雜質(例如讓人頭暈腹瀉的單寧)，變得相當好服用，請記得越方便使用就越容易去濫用它，的確國內外不少人將 DMT 當作娛樂用藥，但這邊要奉勸你的是千萬不要抱著娛樂的心態去用它，特別是喪失自我的傳統劑量，傳統劑量一定要在身心都達到最佳狀態後，再來考慮使用，身心狀態不夠好除了有喪命的風險，更有可能對人的精神狀態造成永久傷害，或無法控制自己而傷害到自己或他人(我遇過數個旅程中想自殺的)。如果你今天真的好意思試試，建議就試「微量」劑量即可，其實就算是「微量」劑量，因為每個人當時的身心狀態不同，都很有可能變成「傳統」劑量，看過不少 DMT 使用者的心得文，常常會發現「教訓」兩個字，這多半是因為心態上完全沒預期會進入到那樣深度的旅程，DMT 的旅程一次就三到四個小時無法中斷，現實時間中的三，四個小時在深度旅程中的意識感知時間可能是相當久的，你就想像在「地獄」連續折磨了幾天的感覺好了，是相當痛苦的。所以奉勸你千萬要將自己身心修煉好再來考慮使用 DMT，且一定要非常注意自己服用的劑量，由「微量」慢慢來。

## 劑量與狀態表

	微量	半劑量	傳統	過量
身體	可控制	無力感	無法控制	無法控制
意識	可控制	半夢半醒	無法控制	無法控制且迷亂
張眼視覺	無	有	無	無
閉眼視覺	無	有	無	無

劑量共分四種，微量、半劑量、傳統與過量，上表中的四種劑量，每一種都包含之前劑量會有的效果，例如服用傳統劑量的話，一開始就會先有微量的效果，再來半劑量，最後停在傳統劑量當下會有的效果。

微量是最輕的劑量，身心會感覺到比較放鬆，身體微微癱軟，想睡，可能會一直打哈欠、掉眼淚。

半劑量則是意識會開始有點恍惚，感官會變得相當敏銳，視線所及色彩會變鮮艷，對比增強，情緒的感受也會增強。

紅色這條線，我稱之為「分界線」，左邊是身體主宰的世界，右邊是意識稱王的世界，就簡稱「身界」與「意界」，在身界中，你的身體與意識都可以如「你」所願來運作，但一跨過分界線後，世界就變了，你的意識會與身體切開來運作，在跨過這條線的時候，你整個「人」會處在一種怪異的狀態，我稱之為「跨界狀態」，你張眼所及的世界，會開始「飄動」，特別是重複的幾何圖形，你可能會不自覺就盯著一直看，任何物體看起來都是活的，而閉眼時則會看到眼前的黑螢幕會開始炸萬花筒(抬頭閉眼看太陽會更加明顯)，伴隨著身體不適的反應，可能會是頭暈、嘔吐，失去方向感，不斷磨牙或捏自己(透過身體的刺激來確定意識的存在)，第一次經歷跨界狀態的人，可以預料會相當的焦慮不安，跨界後，你的身體跟意識就都不是自己的了，在身心狀態不健全的狀態下進入意界是非常可怕且折磨的，你一定要非常謹慎的評估自己是否可以承受失去「一切」的感受。

最後的劑量是過量，除了傳統會有的效果外，常見的反應是進入了「意識深淵」，你的意識會圍繞在同一件事，同一個場景不斷重複，甚至連意識本身也不存在了，是一個「空」的境界。

\* 延伸閱讀：[意識與身體](#)

## 評估自我身心狀態

### 身理

藥效的作用下，你會感到比較虛弱、癱軟想昏睡，因此喝湯前請透過持續的運動習慣先將自己的體能提昇起來，你的身體至少要可以承受一餐不吃，完全不會有頭暈，血壓低的狀況發生。

### 心理

先說身理也會影響心理，你如果體能不夠強，或是有宿疾，喝了湯很容易產生「不如早日歸去」的想法，因為喝了湯，你的感官會相當的敏銳，本來的病痛跟負面想法就會被放大，在悲觀的狀態下喝湯是相當可怕的，因此你一定要先建立正面、樂觀的想法再來考慮喝湯。

## 自我評量表

請透過評量表 <https://zh.surveymonkey.com/r/G8CFB6L>，來了解自己適合用哪個劑量的相思湯。  
分級

- 40% 以下請使用微量就好
- 40%~80% 可以使用半劑量
- 80% 以上可以使用傳統劑量

以上都是建議值，提醒您：身心狀態到哪邊，藥就用到哪邊，身心狀態跟合宜劑量搭配才會有最好的效果。

## 身心調理

### 運動

最簡單有效的就是慢跑，每次跑的時間也不用多，40分到一小時即可，但是要養成習慣，早餐前或晚飯前是不錯的運動時間，建議每週至少要跑四天以上，如果因為身體的病痛無法跑，那也可以用走的，用走的好處是可以一邊思考。另外游泳也是相當不錯的運動，且相當適合復健。

### 飲食

請吃最基本沒有過度加工的東西，三餐簡單清淡的飯菜即可，不吃冰的、生的，能吃素是最好。工業化之後，大多數人已經不再從事勞力密集的工作了，現代人多數不用為了溫飽而勞動，長久以來三餐的飲食習慣是否過量了？如果你的心夠平靜，你就會察覺到自己身體的需求，你將會知道什麼時候是「夠了」，請相信我人只要很基本的東西就可以活得很好了。

### 養身之道

- 多喝薑湯
- 飯後喝醋(稀釋的白醋)
- 腳底按摩，有運動習慣者，一個月一次即可
- 泡湯，睡前熱水泡腳
- 瑜珈伸展

### 靜坐

目前有相當多關於靜坐訓練的書籍，推薦「[靜坐的科學、醫學與心靈之旅](#)」、「[真原醫](#)」或是這本小書 - 「[調身、調息、調心：禪修的21堂課](#)」都不錯，如果你今天完全沒有接觸過靜坐，我會建議你參加靜坐的課程，會比較快進入狀況，推薦台灣內觀中心的10日靜坐課程。

## 靜心輔助工具

耳塞：推薦 HOWARD LEIGHT MAX-1，使用耳塞時，你會很清楚聽到自己身體的聲音，是心跳聲、呼吸聲、走路時雙腳傳遞回來的振動聲，仔細聆聽這些規律的聲音將有助於心情的平靜。

## 醫療用藥

例如現代人常見症狀 - 失眠，你去看醫生大多只會拿到安眠藥，吃了或許會比較好睡，但必須忍受副作用，用藥的人應該也知道問題在哪，是壓力造成的，是你的工作、你的人際關係種種，我會給的建議是，逐步減少用藥的量，加強運動與飲食的調理，你會發現整個人會比較健康且清爽。

## 察覺慾望的存在

慾望是我們人類為了生存下來而生的自然反應，當我們透過靜坐的訓練，讓心靈夠平靜時，就可以觀察到慾望的流動，慾望的出現驅使我們做出相對應的行為，但如果一直順從慾望，那心靈永遠無法得到平靜，也無法透過真我來思考。

那要如何與慾望相處呢？最好的相處方式就是察覺到它的存在並且「放掉它」，就像是水一樣，讓它流過去，例如：今天走在街上，迎面走來一位正妹或型男，此時可能會自然產生慾望多看了幾眼，用不著懊惱慾望的產生，慾望要驅使我們做出反應，這是人性，但我們可以「放掉它」，如果你的心夠平靜，就不會產生額外的思緒，那慾望就很自然流走了，你也了解到自己又通過了一次考驗。

## 固定重複的訓練

人一旦沒得選擇，且歡喜自在，慾望就沒有介入的機會，例如你如果固定都到同一間餐廳點同樣的東西吃，習慣了之後，當肚子餓的時候，慾望就不會作祟要追求美味了。同樣的道理延伸到我們的生活作息，就是固定起居時間，簡單的衣著，聽起來是不是很像在禪寺修行一樣？但修煉真的就是這樣子，道理都是相同的。

## 獨處

你不一定要獨居，但要訓練自己可以獨處，想要與人相處是社會性動物的本性，或許一開始獨處時你會感到空虛寂寞覺得冷，但請了解唯有獨處時才不會受到他人影響，且讓自己有更多的時間可以思考。請不要誤會我說的不是要對人冷漠或忽視，而是你一天一定要有固定一段獨處的時間來思考與檢視自己。

# 飲食戒律

## 藥物

如果你有在服用以下這些藥品，不得飲用相思湯（ 有致命危險 ），請透過身心的調理，戒藥後再來考慮喝湯

- 抗憂鬱與焦慮症藥物（SSRI, MAOI），百憂解，等等
- 抗高血壓藥品
- 食慾抑制藥，減肥藥
- 鎮咳藥物 (dextromethorphan)
- 血管擴張藥，降血壓藥
- 抗精神病藥物，重鎮定劑
- 巴比妥類藥物，安眠藥
- 肉豆蔻 (nutmeg)
- 迷幻藥：5-Meo-DMT, 5-MeO-DIPT, 搖頭丸, K他命, 等等
- 氣喘藥物，支氣管炎藥物，或其他呼吸疾病用藥
- 中樞神經抑制劑：安非他命，嗎啡，海洛因，等等
- 鴉片類藥物：海洛因，嗎啡，古柯鹼，美沙酮，等等

## 食物

- 不得食用含酪胺食物(Tyramine)：啤酒、紅酒、乳酪、優格、起司、味增湯、香腸、燻肉、培根等。
- 不得食用發酵的食物：醬油、照燒醬、酒等。
- 不得食用醃製的食物：果乾、醬瓜、香腸等。
- 不得食用過熟的水果
- 前一週內不得使用其他娛樂用藥（包括大麻等等）
- 建議前幾天都吃素，清淡為主（忌油膩、辛辣、咖啡等）
- 飲用前一天晚上可以吃少一點，別吃宵夜

推薦的飲食是，白米飯配點青菜，自助餐簡單點幾樣就可以了。

## 斷食

相思湯的作用下會妨礙消化系統作用，在飽食的狀態下喝湯，喝原湯沒過濾單寧的，你會把肚子內的東西吐光，有過濾單寧的湯或 DMT-F 可能會好一點，但就算沒吐出來，也會妨礙消化，吃下的東西會很久才消化，且你可能會脹氣，妨礙旅程進行，因此斷食是喝湯當下最好的選擇。

# 藥材來源

## ACB

- 自行前往山區取材，山區幾乎都有，台北的話，四獸山步道，石牌軍艦岩步道，內湖碧山巖，等等。
- 坊間草藥店，可以先電話詢問，很少店家有。
- 網拍搜尋「相思樹皮」、「相思樹幹皮」，勿買樹根皮。

## SRS

網拍搜尋「駱駝蓬子」，淘寶上的便宜很多，可以用集貨寄回台灣。

## HCL

HCL 使用上很方便，只有淡淡的苦味，除去原本 SRS 中的有害物質(Vasicine, Vasicinone)後，讓人頭暈不適的狀況改善很多。

來源：reddit 賣家 fungikeeper

## 淘寶買駱駝蓬子

由於在大陸買中藥材寄台灣要先清關，所以買好中藥材之後要先寄到集貨業者的倉庫再寄回台灣，流程如下。

1. 首先把淘寶帳號申請好
2. 接著註冊平安集運的帳號，如果有問題可以詢問淘寶上的平安集運
  - 連到 <http://member.love-peace.cn/Member/Register>
  - 旺旺名：輸入你的淘寶帳號
3. 平安集運的帳號註冊好後，登入後會看到你的倉庫訊息，找「深圳倉庫」，列出的「聯絡人」、「聯繫電話」、「郵政編號」、「收貨地址」就是你淘寶下標買好貨後要送達的集貨倉庫
4. 上淘寶搜尋「駱駝蓬子」，會出來數間店家，建議選賣家在「安徽亳州」的，500克價格約在人民幣 20~50 之間，記得請傳訊告知賣家要打成粉，以後不管煮湯或要裝膠囊都好處理
5. 下標後填入集貨倉庫的資訊，記得在「賣家留言」中註明「要磨粉」
6. 等待淘寶賣家寄出商品，將「運單號碼」記下來
7. 回到平安集運的管理網站，左側「用戶中心/收貨地址管理」，填入你台灣的收貨資料，電話那欄的格式是「000000000」
8. 到「管理首頁/我的包裹」，在「1.預報快遞單號」中將快遞單號填入淘寶賣家寄出的「運單號碼」，貨品品名填「中藥材」，粉末的話貨物類型是「特A」，原籽的話是「特B」

9. 等到貨品寄到集貨倉庫後(大約需要兩天), 在「2.查看到貨情況」中會看到你的包裹, 勾選起來, 點「申請集運」, 將「支付碼」記下來(格式 @{xxxxxxxxxxx})接著到「我的訂單」查看, 上面會列出費用(特A每公斤 30 元人民幣, 特B每公斤 25 元)
10. 到平安集運的一元賣場, 如果費用是 50 元的話, 數量就下標 50 個, 在給賣家的留言中填入上一步驟記下來的「支付碼」

從淘寶下標到寄到台灣約須 10 - 14 天。

## 相思樹

相思樹在台灣相當的普遍, 都市的郊山步道都可以看到不少, 相思樹根系發達, 是極佳的水土保持樹種, 又可與根瘤菌共生固氮, 兼具改良土壤的功效。

相思樹生長快、質地堅硬、耐火燒, 是早期用於製木炭的樹材。

## 相思樹林



葉子(假葉, 真葉已退化), 葉子的特徵是平行葉脈



開花(花期每年4到6月)



豆莢(有毒)

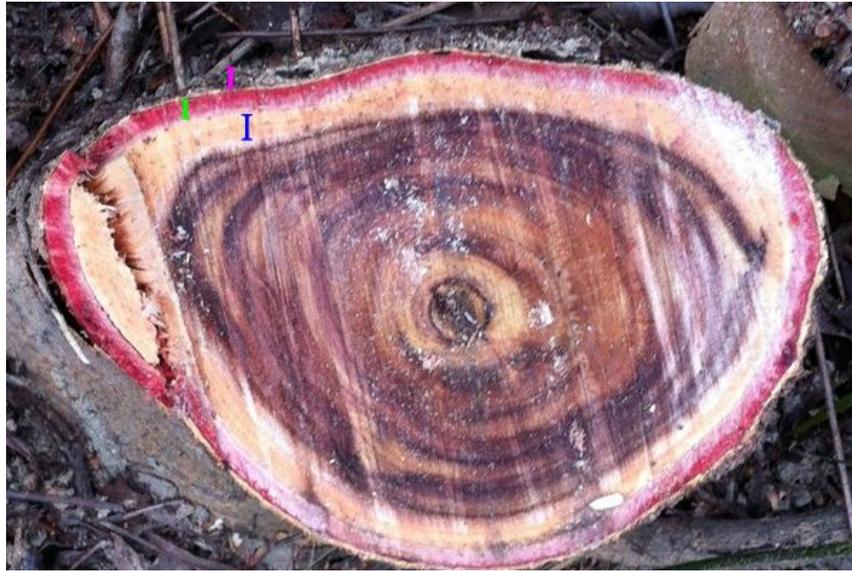


## 樹皮取材要點

樹皮我粗分成兩部份，外皮(外表皮+周皮)與內皮(嫩皮部+形成層)，外皮是最外層的樹皮，特徵是相當斑駁且常有苔類附生，內皮則是光滑且呈現紅酒色。

取材時請內皮與外皮一起取用。

相思樹橫斷面



- 外皮
- 內皮
- 邊材(木質部, 樹材)
- 中間深色部份為心材(樹材)  
外皮



內皮



- 樹皮取材優先權：樹枝 > 樹幹 > 樹根
- 現成的樹材優先取用（疏伐被砍下的，颱風過後斷裂的）
- 取老樹樹幹樹皮(內皮泛紅呈現紅酒色)，不取年輕樹皮(內皮奶油色)
- 別取掉落地面多時，腐爛生蟲的(要拿來提煉 DMT 的就沒差，煮湯要用的還是乾淨一點)
- 取樹根的缺點是：要用挖的，會沾很多土，還要用水洗
- 不要取樹根，相思樹樹幹已經有豐富的 DMT，且取樹根對樹的傷害比較大
- 找直徑 30 公分以上的老樹，越粗、樹脂越多的樹含 DMT 的成份越高
- 不得取 30 公分以下的年輕樹種，要知道老樹是以前的人留給我們的，我們現在就取年輕的樹，以後的人就沒老樹可以用了，切記！
- 真的不得已要在活的樹上取樹皮時，每棵樹取材寬度不得超過四指幅，長度不超過兩倍手掌長
- 一劑只需約手掌大小的樹皮，樹皮切長條狀取下(上下長條狀)，越細長對樹的傷害越小
- 建議攜帶山刀與鋸子，先用鋸子橫切出寬度，接著把山刀插入切口，再把樹皮慢慢由下而上撕裂翹出來，最後在上方橫切取下，下刀的深度大約 1.5 公分。
- 不要對樹造成不必要的切口或傷害
- 要用多少取多少，每次在不一樣的樹上取材
- 樹皮取回後，用刷子來回刷表面幾次即可，健康的老樹樹皮雖然很斑駁，但其實一點都不髒
- 把剛取回的樹皮撕成細條狀，或用剪刀剪碎，方便烹煮（乾了後硬掉就難剪了）

## 原樹枝幹處理

如果你取得的是完整相思樹的樹幹、樹枝，建議放置自然日曬風乾，或放入曬得到陽光的汽車內(效果更好)，放置數日樹皮就會自然脫落，且完全不帶木質部，一般你用刀取樹皮下來都一定多少都會連帶一些木質部的，但木質部沒有我們要的成份在，所以完全不帶木質部的樹皮是最好煮湯的，不過因為完全風乾後樹皮相當硬，較難剪成小塊打粉處理，就請依照自己現有器材來評估處理方式了。

## 樹皮的保存

請將剪碎後的樹皮保持乾燥，避免發霉，提供數個方法如下：

1. 攤平放置到有陽光照射且通風的地方，自然風乾（日曬充足大約三到四天即可，下午要收進屋內，否則會吸收過夜濕氣）
2. 烤箱或烘乾機處理，但溫度不要超過 80 度
3. 放入電子防潮箱中
4. 放入可加蓋的保鮮盒，再丟入幾包乾燥劑(推薦「水玻璃」，可重複使用)

樹皮乾燥後淨重大約會少 40%。

## 製作方式

製作方式有煮湯、膠囊、提煉 DMT。

## 煮湯

煮湯是最傳統的服用方式

## 劑量

### SRS

每公斤體重需要 0.03 克 SRS。

60公斤的成人需要 1.8g :  $60(\text{kg}) \times 0.03 = 1.8\text{g}$

**特別注意**：SRS 一點點藥效就會很強了，請不要用太多，或是將劑量自行進位了，例如：2g進位成2.5g之類的，用太多頭會很暈想吐，會嚴重干擾接下來的旅程。

### HCL

可以依照你要探索在外還是內在來調配 HCL 的量，HCL 劑量輕度時適合探索外在，可以到處逛，劑量再多一點就會比較容易沉睡進入內在的旅程。

HCL 跟 SRS 原籽比較，HCL 使用上不會頭暈或想吐，如果你的體質對 SRS 有不良反應的話，可以考慮使用 HCL。

	倍數(mg/kg)	註解
外在	1.5	
內在	5	
上限	7	

上表的倍數表示每公斤體重需要 mg 數，例如用於探索外在時，

60公斤的成人需要 90mg :  $60 \times 1.5(\text{mg}) = 90\text{mg}$

HCL 不用煮可以直接混入 200ml 熱水攪拌後服用，亦可搭配茶包調味。

### ACB

ACB 中約有 1% 的 DMT，由於提煉技術的關係，通常只會萃取出0.15-0.8%，也就是 10 g的樹幹皮含有 15 到 80mg 的 DMT（其實變異很大，所以煮相思湯的劑量不好拿捏）。

下表為每公斤的體重需要的樹皮粉公克數。如體重為 60 公斤，那每劑傳統相思湯所需的樹皮粉公克數為： $60(\text{kg}) \times 0.18 = 10.8(\text{g})$ ，也就是 10.8 克。

	倍數
微量	0.045

傳統	0.18
----	------

## 傳統相思湯

### 劑量

一人份量為 100ml SRS/HCL 水，200ml ACB 水，參考劑量倍數表計算所需的 SRS 與 ACB 重量。

### 器材

- 有蓋的鍋子一個 或 煎藥壺 或 電火鍋(可控溫佳)
- 電子秤
- 量杯
- 漏斗
- 湯匙 (攪拌用，不要讓原料浮在水面)
- 篩網
- 計時器
- 密織坯布：到布市買最密的坯布，縫成一個小袋子，或買現成的棉布滷布袋，裝藥材來煮，可以省下煮好湯後濾藥材渣的步驟

### 藥材(一人份)

- ACB 藥材
- SRS 藥材
- 白醋 30 ml
- 礦泉水或乾淨水源
- 老薑(薑母) 30 克，用於舒緩頭暈想吐的感覺

### 製作流程

#### 事前準備

如果你的藥材不是粉的狀態，可以將藥材加水(可以蓋過藥材即可)與醋(大約20ml)到冷凍庫冰 12 小時，取出後直接煮(不用再加醋)。酸(醋)與冰凍都可以破壞植物的細胞壁，讓有效成份更溶液釋出。

#### 先煮 SRS

1. 鍋子裝 500ml 水，加入白醋 10ml
2. 放入 SRS 一人份藥材
3. 將老薑 10 克切片後放入
4. 蓋上鍋蓋，大火讓水沸騰冒蒸氣，接著轉成小火
5. 定時用湯匙把貼在鍋子上的藥材撥入鍋內
6. 不時檢查水位，至少要煮半小時，直到水位降低到約 100 ml(時間到之前水位如果過低要加水)

7. 關火，用濾網把渣過濾掉
8. 把最後得到約 100ml 的 SRS 水靜置放涼

### 接著煮 ACB

1. 鍋子裝 1200ml 水，加入白醋 20ml
2. 放入 ACB 一人份藥材
3. 蓋上鍋蓋，大火讓水沸騰冒蒸氣，接著轉成小火，煮一個小時(粉狀 ACB)或兩個小時(未打粉)，直到 600ml。
4. 把藥材渣過濾後留湯在鍋內(\*4)，將老薑 20 克切片後放入，繼續煮到剩 200ml
5. 關火，用濾網把藥材渣過濾掉
6. 把最後得到的 200ml ACB 水靜置放涼(如果不足 200ml 就加溫開水進去)

\*1 一人份水量較少，要小心不要煮過頭讓鍋子乾燒

\*2 如果你的 SRS 跟 ACB 是打成粉的狀態，會比較容易煮出有效成份，建議取材後乾燥完畢就打成粉保存或購買時就要求賣家打成粉

\*3 如果你經常煮相思湯，請把烹煮時間固定，會有助於劑量的掌握，因為 ACB 藥材中的 DMT 是會煮越久釋放越多出來的

\*4 藥材包本身就會吸收湯汁精華，故煮得差不多後，把藥材包撈出來，可以避免吸收湯汁，如果你有柳丁榨汁的手動工具也可以用來將藥材包壓榨一下，可以再榨出一些有效成份。

## 微量相思湯

### 劑量

微量相思湯因為一日多次的特性，可以把每劑的水量減少，建議 SRS 每劑 50ml，ACB 每劑為 100 ml。

### 試算

體重 60 公斤的成人，當天打算使用 5 次微劑量相思湯，求 SRS/HCL 與 ACB 各需多少克？

SRS： $60 \times 0.03 \times 5(\text{劑}) = 10.5(\text{克})$ ，也就是 9 克 SRS 煮成 250ml

HCL： $60 \times 1.5(\text{mg}) \times 5(\text{劑}) = 450\text{mg}$ ，也就是 450mg HCL 泡進 250ml 熱水

ACB： $60 \times 0.045 = 2.7(\text{克})$ ， $2.7(\text{克}) \times 5(\text{劑}) = 13.5(\text{克})$ ，也就是 13.5 克 ACB 煮成 500 ml

### 製作流程

參考傳統相思湯，ACB 水完成後可以過濾單寧口感會比較好

### 過濾單寧的器材

- 漏斗：建議買不鏽鋼製有內附過濾網的，直徑約 14 公分
- 活性碳：網拍可買，水族館也有，用於過濾 ACB 水中的單寧，買碎粒狀或柱狀的方便過濾，粉狀的不好過濾
- 容器：推薦血清瓶，用來裝 SRS 與 ACB 水，因為瓶上都有刻度方便掌握劑量

## 過濾單寧

將煮好的 ACB 水放涼至 40 度以下(可以泡冷水降溫)，將漏斗先放上濾網，依照漏斗大小放入適量活性碳，再不斷搖晃漏斗，並不時用筷子翻攪活性碳，直到沒有黑色粉末掉出為止，接著將 ACB 水倒入漏斗過濾，重複約 3~4 次，嚐嚐 ACB 水，如果有濃濃的苦味，代表單寧還沒被過濾完全，直到 ACB 水呈現淡淡的味道後才算過濾完成。如果最後的 ACB 水很多雜質的話也可以用細濾網再濾一次。過濾後的湯會帶有微微黑色，那是活性碳粉末，不用擔心吃到活性碳的粉末，那對人體無害的，只是太多的話會讓口感不佳。

## 活性碳

活性碳可以回收再利用，使用後請先用熱水泡 10 分鐘，再用烤箱烤乾，吹風機吹乾或攤平讓太陽照射晾乾。如果你過濾了數次 ACB 水卻還是很苦，代表活性碳需要換新了，此時可以將活性碳碾碎一點(增加表面積)，可以再延長一點壽命。

## 保存

ACB 水與 SRS/HCL 水要分開保存，冷凍要用塑膠容器，冷藏可用玻璃容器，冷凍可以放置數個月，冷藏大約一週，室溫大約 12 小時，一旦冷凍或冷藏過後請隔水加熱將湯調整到微溫再喝。建議煮好正新鮮還溫的就喝，別放太久。

## 膠囊

將SRS與ACB乾燥後直接打成粉狀且過篩，一個 0 號膠囊大約可以裝 0.5~0.6 克的 SRS 粉或 ACB 粉。

請注意這邊講的膠囊是填充 SRS 與 ACB 粉狀藥材的膠囊，不是膠囊形式的 DMT，劑量差很多不要搞錯了。

## 劑量

下表為 ACB 膠囊數，SRS 膠囊數固定為 5 個。

	輕	中	強
ACB膠囊	4	6	8

## 服用

- 一大早空腹，先 SRS 膠囊配水全吞，等 40 分
- 配水吞一半的 ACB 膠囊
- 過 30 分吞另一半的 ACB 膠囊

服用膠囊進入旅程的時間會比較久，一般喝 ACB 水大約 40 分鐘內就會有效果，但膠囊最久可能要到三小時才有反應(依照每個人的消化狀況不同)，因此千萬不要覺得膠囊沒效果就追加，那是非常危險的，要試第二次的話請隔天再試。

膠囊的效果跟每個人的飲食與消化狀況有關，成功率不高，新手還是以煮湯優先。

## DMT 提煉

前面都是講傳統煮湯與膠囊，接下來是提煉的部份，

使用製程為 FASX(Fumaric Acid Saturated Acetone/IPA/Water, 富馬酸飽和丙酮/異丙醇/水溶液)，在原料與設備齊全的狀況下，照著製程做約三天可以有產出(多半時間都在等待溶液反應完成與溶劑揮發)，但同時你也要體認到這就是當今社會法律規範下，真正的「製毒」行為了，行事千萬低調，不要交易，不要分享，自用就好。

不要讓你的行為看起來很可疑，化學藥劑不用時千萬要收好，且想好被質疑時的名目，每項藥劑我都有附上他的用途，例如氫氧化鈉可以用來做手工皂，先把說詞都想好。

## 生物鹼提煉原理

大多數生物鹼會和酸(Acids)反應形成鹽類(Salts)而溶於有機溶劑中。當溶劑加到藥材原料中時，溶劑由於擴散、滲透作用逐漸通過細胞壁透入到細胞內，溶解了可溶的生物鹼，而造成細胞內外的濃度差，於是細胞內的濃溶液不斷向外擴散，溶劑又不斷進入藥材組織細胞中，如此多次往返，直到細胞內外溶液濃度達到動態平衡時，將此飽和溶液濾出，繼續多次加入新溶劑，就可以把所需要的生物鹼完全溶出或大部溶出。

在帶有生物鹼鹽類的酸性溶劑中，如果加鹼(Basify)至鹼性，生物鹼鹽類就會成為游離生物鹼(Freebase)，再利用非極性溶劑(NPS)易溶 Freebase 的特性，加入 NPS 攪拌，等待 NPS 充滿 Freebase 後，直接揮發 NPS 就可以得到 Freebase，或繼續將 NPS 中的 Freebase 轉換成鹽類結晶濾出。

## 藥材

相思樹老樹樹皮粉，其中 DMT/NMT 含量大約 2.6%，55%是NMT，45%是DMT，對比細花含羞草(Mimosa Hostilis)，DMT/NMT 含量大約 2.5%，3%是NMT，97%是DMT。

## 化工原料

丙酮	
別名	二甲基酮、醋酮
英文	Acetone

化學式	CH <sub>3</sub> COCH <sub>3</sub>
特性	親水性(對水稍溶，20度c為6.8%)，在常溫下為無色透明液體，易揮發，易燃，能溶解油，一種重要的揮發性有機溶劑
毒性	丙酮主要是對中樞神經系統的抑制、麻醉作用，高濃度接觸對個別人可能出現肝、腎和胰腺的損害。由於其毒性低，代謝解毒快，生產條件下急性中毒較為少見。請不要刻意去聞它。
用途	卸除指甲油的去光水、洗掉油漆
來源	網拍搜尋「丙酮」
註解	<a href="#">MSDS</a>

### 右旋檸檬烯

別名	檸檬油精
英文	D-Limonene
化學式	C <sub>10</sub> H <sub>16</sub>
特性	普遍存在於各種精油中，特別是檸檬油、葛縷子、橙子油、佛手柑油、蒔蘿油中。檸檬烯經研究顯示可抗菌、抗癌、抗真菌、高防腐(是苯酚的五倍)，還具有高度的抗病毒性。 不溶於水。 一般指的檸檬烯就是右旋檸檬烯。
用途	做精油、清洗劑、除膠劑、調香劑、3D列印中清除HIPS材料
來源	網拍搜尋「檸檬烯」、「檸檬油」(要問一下是不是檸檬烯)，不過賣家不多，淘寶上很多但運回來非常的貴(特貨一公斤四十元人民幣)
註解	<a href="#">MSDS</a>

### 富馬酸

別名	反丁烯二酸、延胡索酸
英文	Fumaric Acid
化學式	C <sub>4</sub> H <sub>4</sub> O <sub>4</sub>

特性	是一種無色、易燃的晶體，由丁烯衍生出的羧酸。它的味道像水果，並在延胡索屬、牛肝菌屬、地衣及冰島海苔中可以發現。
用途	作為食物酸化劑，防腐劑，製酒，取代酒石酸或檸檬酸，治療牛皮癬
來源	網拍搜尋「反丁烯二酸、富馬酸」，淘寶也有，可以透過集運寄回台灣，參考「相思湯指南」中買駱駝蓬子的教學：貨物類型特A，每公斤運費人民幣30元，找河南鄭州的賣家買。
溶解度	25度C下，對於水 0.63g/100ml，對於 IPA 3.07g/100ml，對於丙酮 0.62g/100ml，也就是 0.34 克的富馬酸需要 54ml 水或丙酮，或 11ml IPA。
註解	<a href="#">MSDS</a>

二甲苯	
英文	Xylene, Dimethylbenzene
化學式	C8H10
特性	二甲苯是一種無色的帶有甜味容易著火的液體，且自然地存在於石油和焦油中。化學工業經石油製造出二甲苯，以體積為單位，在美國它是排名前30名之一的化學製品。
毒性	<p>在人們暴露於日常二甲苯背景值的研究中指出其對健康沒有影響。</p> <p>短期或長期間的高濃度暴露可能導致頭痛、肌肉缺乏協調性、頭暈、神智不清和平衡感的變化。短期內人們暴露於高濃度的二甲苯，也可能導致皮膚、眼睛、鼻子和喉嚨過敏，還有呼吸困難、肺部問題、反應遲緩、記憶困難、腸胃不適，以及可能使肝臟和腎臟產生變化。</p> <p>而暴露於非常高的濃度可能導致失去意識甚至是死亡。</p> <p>請不要刻意去聞味道。</p>
用途	二甲苯被作為溶劑以及用於印刷、塑膠和皮革等工業，也被作為清潔劑、油漆稀釋劑和油漆與亮光漆。
來源	網拍搜尋「二甲苯」
註解	<a href="#">MSDS</a>

異丙醇	
英文	IPA, Isopropyl Alcohol

化學式	C3H8O
特性	無色液體，沸點82 °C，密度0.78，閃火點為12°C 屬無色透明可燃性液體。異丙醇能溶於水、醇、醚。可用於防凍劑、快乾油等，更可作樹膠、油墨、香精油等溶劑。
毒性	吸入400ppm濃度以下，會輕微刺激呼吸道。若在高濃度的環境下，會造成暈眩，甚至昏迷。若發現吸入異丙醇之病患，應先移除污染源或將患者移到新鮮空氣處。倘若患者停止呼吸應立即施予人工呼吸後再就醫。 誤食異丙醇者，有可能會造成暈眩、噁心、嘔吐等症狀。大量食用會造成意識喪失及死亡。若發現誤食異丙醇者，應先給病患服用大量的水後再送醫治療。  請不要刻意去聞味道。
用途	異丙醇的絕大部分被用作塗層或工業生產過程的溶劑或清潔劑（例如半導體晶片洗滌雜質）。特別是藥物應用，由於他被認為任何殘留的毒性低。它也可以用來作為汽油添加劑。
來源	網拍搜尋「異丙醇」，有電子級 99.9% 的
註解	<a href="#">MSDS</a>

### 碳酸鈉

別名	蘇打、純鹼、洗滌鹼
英文	Sodium Carbonate, Washing Soda
化學式	Na <sub>2</sub> CO <sub>3</sub>
特性	其水溶液顯弱鹼性，為強電解質
用途	做麵包
來源	網拍搜尋「碳酸鈉」，全聯超商
註解	<a href="#">MSDS</a>

### 氫氧化鈉

別名	燒鹼、苛性鈉
英文	Sodium hydroxide、lye、caustic soda

化學式	NaOH
特性	是一種具有高腐蝕性的強鹼，一般為白色片狀或顆粒，能溶於水生成鹼性溶液，另也能溶解於甲醇及乙醇。此鹼性物具有潮解性，會吸收空氣裡的水蒸氣，亦會吸取二氧化碳等酸性氣體。
注意	氫氧化鈉溶液為強鹼，要非常小心處理，使用時一定要配戴護目鏡與手套。氫氧化鈉在非常低的濃度下即會對皮膚和眼睛產生刺激。接觸到氫氧化鈉固體或濃縮液會對眼睛、皮膚、胃腸道引起嚴重的燒傷，最終可能導致死亡。
用途	製作手工皂、保養品基本材料，精製石油中和劑，再生橡膠，再生離子交換樹脂，造紙，金屬表面處理。
來源	網拍搜尋「氫氧化鈉」
註解	<a href="#">MSDS</a> 請參考電影「Fight Club」(鬥陣俱樂部)

## 名詞解釋

這邊收集一些查資料或看國外論壇會常遇到的名詞

pKa	Acid dissociation constant, 又名酸解離常數, 是指一個特定的平衡常數, 以代表一種酸解離氫離子的能力。 一種酸的pKa越大則酸性越弱, pKa越小則酸性越強 (反過來說, Ka值越大, 解離度高, 酸性越強, Ka值越小, 部份解離, 酸性越弱)
NPS	Non-Polar Solvent, 非極性溶劑, 非極性物質在非極性的溶劑中溶解的最好: 即「相似相溶原理」。像是無機鹽類(如食鹽)或是醣類(如蔗糖)等極性強的物質, 僅溶解於極性強的溶劑中, 例如水。而像是油或者是臘等強非極性物質僅溶解於十分非極性的有機溶劑中, 像是己烷。許多非極性有機溶劑, 如松節油 (turpentine), 能夠溶解非極性物質。 常見的 NPS 有檸檬烯(Limonene)、二甲苯(Xylene)
溶劑(Solvent)	溶劑原料包括: 水、醇類(乙醇、異丙醇、正丁醇)、酮類(丙酮、丁酮)、醚類酯類、芳香族溶劑(甲苯、二甲苯)。
極性	極性(親水的)和非極性(不親水的)
相似相溶原理	例如: 無機鹽類(如食鹽)或是醣類(如蔗糖)等極性強的物質, 僅溶解於極性強的溶劑中, 例如水。而油或是臘等強非極性物質僅溶解於非極性的有機溶劑中, 像是己烷。油水不混合即是如水與己烷(或是醋與沙拉油)是無法相互混合溶解, 儘管經過充分的攪拌後仍然會迅速地分成兩層。
沸點	沸點關係到了蒸發的速度。少量的低沸點溶劑, 像是乙醚或丙酮, 在室溫之下幾秒鐘之內就會蒸發掉了。然而高沸點溶劑, 像是水或乙酸乙酯, 則需要較高的溫度、氣體的吹拂或真空(或低壓)的環境下, 才能快速揮發。

	丙酮 : 56°C 二甲基亞砜(DMSO) : 189°C 異丙醇 : 82°C 二甲苯 : 138.5°C
A/B	ACID/BASE, 先將溶液酸化再鹼化
STB	Straight-To-Base, 直接將溶液鹼化
xstal	crystal, 結晶
J-Spice	Jungle Spice, 泛指生物鹼中非 DMT 的其他成份, 如 NMT
BP	Boiling Point, 沸點
tek	Technique, 製程, 如 FASX
nX	如 1X, 2X, 3X 代表幾倍
pull	提取有效成份的過程, 如 3x pulls 表示做三次的提取

## DMT 特性

### DMT Fumarate(DMT-F)

外觀 : 白色粉狀/透明晶體或油狀(看製程)

分子量 : 492.608 g/mol

燃點 : 230°C

組成 : DMT + Fumaric Acid + DMT

溶解度 :

- 易溶 : 水
- 可溶 : 甲醇, 乙醇, 異丙醇
- 不溶 : FASI, FASA, 丙酮, 二甲苯, 檸檬烯

### DMT Freebase(DMT-FB)

外觀 : 白色粉狀/透明晶體或油狀(看製程)

化學式 : C<sub>12</sub>H<sub>16</sub>N<sub>2</sub>

分子量 : 188.26884 g/mol

沸點 : 60-80°C

熔點 : 44.6- 46.8°C

汽化點 : 160°C

XLogP : 2.0

XLogP3 : 2.5 (PubChem)

pKa : 8.68 (Merck Index)

氧化 : 會降解成黃色油狀 DMT N-Oxide, DMT N-Oxide 同樣可以致幻, 可透過 [鋅粉反應](#) 轉換回 Freebase

溶解度：

- 易溶：二甲苯(Xylene)、甲苯(Toluene)、檸檬烯(Limonene)、丙酮(Acetone)、異丙醇(Isopropyl Alcohol)、甲醇(Methanol)、乙醇(Ethanol)、二氯甲烷(Dichloromethane)、三氯甲烷(chloroform)、醚類(Ether)、丁酮(Butanone)、正丁醇(Butanol)
- 可溶：石腦油(Naphtha)、己烷(Hexane)、庚烷(Heptane)，但低溫時難溶於這些溶液中
- 難溶：水

## 器材

名稱	註解
電子秤	至少要可以測量到10毫克等級的，網拍查「電子秤 0.01」
容器	玻璃燒杯 1000ml x 1, 500ml x 1
扁平容器	如玻璃烤盤
酒瓶	透明鋁蓋的酒瓶，650ml 上下
玻璃棒	或不鏽鋼筷，攪拌用
美工刀刀片	找最寬的那種，2.5公分寬的，五金行有賣，用虎頭鉗從中間對折成兩片
爐子	傳統瓦斯爐，或用電的快煮鍋，煎藥壺
鍋子	煮湯用，有蓋子，不鏽鋼，容量大約 2L
粗濾網	豆腐布，又稱「坯布」，用於過濾，也可以用細目的不鏽鋼濾網
細濾網	咖啡濾網，可以買不鏽鋼製的
針筒	50ml 左右的兩支，一支抽 NPS，一支裝 FASX
量匙	(非必要) ¼ tsp、½ tsp、1 tsp、1 tbsp 各一支
pH計	(非必要) 由於製程中大量使用酸與鹼的反應，有 pH 計會比較有概念發生了什麼事

## 工作環境

- 通風(NPS味道都很重)
- 有電
- 有水
- 桌子鋪好報紙
- 紙巾

## 防護配備

本提煉法沒有用到高毒性物質，但建議還是做好安全防護。

- 護目鏡
- 橡膠手套
- 實驗衣、要丟棄或不怕髒的衣褲

## 單位

1g(克)=1000mg(毫克)

## 材料準備

以最後產出 1g DMT-F，你需要老樹樹皮粉 50g 與下列原料

1. 酸：白醋 300ml，大賣場就有，買最便宜的即可
2. 鹼：碳酸鈉 100g 或 氫氧化鈉 20g，用於鹼化溶液，差異是氫氧化鈉是強鹼，鹼化時可能只需要加一兩匙，使用碳酸鈉的話就要加非常多才有辦法到達相同鹼度，但使用上氫氧化鈉(強鹼)較碳酸鈉危險。氫氧化鈉建議用於一開始樹皮湯的鹼化，而碳酸鈉用於將 DMT-F 轉換成 Freebase 時。
3. NPS(非極性溶劑)：二甲苯 或 檸檬烯，約 150ml，以檸檬烯為優先，不過檸檬烯貴且賣的人不多，但毒性較二甲苯弱很多(考慮完全揮發後其實沒差)，檸檬烯溶出游離鹼的能力比二甲苯好，氣味也比二甲苯好聞很多。
4. 富馬酸：大約 20g
5. FASX：由 FASI、FASA、FASW 選擇其一，優先權 FASA > FASI > FASW，使用 FASI 你需要異丙醇(IPA)約 20ml，使用 FASA 需要丙酮約 100ml。

## 溶劑測試

將所要使用的 IPA、丙酮、二甲苯或檸檬烯，各滴一滴到玻璃表面，觀察是否可以揮發完全，如果無法揮發完全，代表溶劑本身不純有雜質或被污染了，建議選用純度較高的溶劑。

## 製程

### 1. 酸化(Acidify)

這個階段將溶液變成酸性，過程中會將藥材中的生物鹼成份煮出來

- a. 將相思樹樹皮粉加入 900ml 水，300ml 白醋，開火煮到水位 600ml 時關火，將湯倒到新的容器
- b. 把藥材留在鍋內，加 900ml 水再煮一次，直到 600ml
- c. 將 600ml 樹皮湯用粗濾網過濾一次，不要有明顯雜質即可，將湯倒到新的容器
- d. 重複 b.、c. 一次
- e. 收集三次得到的湯共 1800ml，將 1800ml 的湯煮到 600ml
- f. 將樹皮湯用細濾網過濾一次
- g. 此時樹皮湯溶液內充滿 DMT 生物鹼鹽(Salt)，pH 大約是 3.8

h. 將湯冰起來或放涼讓溫度降至室溫

## 2. 鹼化(Basify)

慢慢將氫氧化鈉加入酸化的樹皮湯，重複加一點鹼->攪拌->等待一分鐘，溶液的顏色一開始加鹼時會變成咖啡牛奶色霧狀，直到 pH 11 以上溶液又變回清澄紅酒色。

600ml 溶液約需 5.3g 氫氧化鈉，鹼化的溶液內為 DMT 游離鹼(Freebase)，將湯裝到玻璃酒瓶(\*1)，靜置放涼。

**[特別注意]** 鹼加入溶液時會大量放熱，避免造成意外，請慢慢加，先加一點點鹼看反應，加一點攪拌一下。若不小心碰到鹼，請立刻用大量清水沖洗。如果你加鹼前的樹皮湯是高溫的狀態，加鹼後會激烈反應冒出很多氣泡，相當危險，請一定要將湯先放涼再加鹼。

備註：5.3g 氫氧化鈉約是 ¼ tsp 四匙，第一匙 -> pH 4.93，第二匙 -> pH 7.94，第三匙 -> pH 9.8，第四匙 pH 11.33

\*1 裝樹皮湯的容器建議是鋁蓋的玻璃酒瓶，由於此時樹皮湯是強鹼，下面步驟又會加入 NPS 有機溶劑，如果用一般的塑膠容器裝強鹼的有機溶劑，容器會被融化或膨脹無法密封，最安全方便的容器是玻璃酒瓶，蓋子也不能用塑膠的，建議是鋁蓋。如果一定要用塑膠的話建議用 HDPE 塑膠瓶，不過很少做透明的就是了，透明的方便觀察狀態。

## 3. 分離游離鹼(Freebase)

- 接下來先調整樹皮湯的容量，預留 30ml 的 NPS 空間，最完美的溶液量是樹皮湯加 NPS 剛好完全滿到酒瓶瓶口(會出現表面張力那樣)，樹皮湯如果太多就先倒出來備用，太少就加水
- 將鋁蓋鎖上酒瓶，鎖到底後用筆之類的硬物，在鋁蓋上壓入一個內凹的形狀，讓玻璃瓶口內緣輪廓清楚可見，這麼做的用意是鎖上瓶蓋後讓瓶內的空氣盡量排出來，瓶內空氣越少，越有利於接下來的操作



- c. 戴手套，桌上鋪報紙，緩緩加入 NPS 30ml 至酒瓶中，NPS 將會浮在溶液上層，滿到瓶口後(溢出一點也沒關係)，鎖上瓶蓋，將酒瓶倒置，觀察浮出來的氣泡空間，如果太多的話(大於大拇指指甲大小)，就打開瓶蓋加 NPS 重鎖一次
- d. 接下來要不斷激烈搖晃酒瓶，上下翻轉，由於游離鹼不溶於鹼性溶液，但溶於 NPS，搖晃後，游離鹼就會慢慢溶入 NPS 中，此時酒瓶內如果有太多空氣，激烈搖晃後 NPS 就會開始乳化，無法與鹼性的樹皮湯明顯區隔成兩層。
- e. 「上下翻轉劇烈搖晃->靜置等待 NPS 氣泡消失」，如此重複，這個步驟是影響產量最大的因素，一定要做好
  - 前 6 小時，每半小時搖一次
  - 接著每 6 小時搖一次，直到 72 小時，NPS 變成淡淡尿黃色效果最好
- f. 接著用針筒將 NPS 抽出來倒入扁平玻璃容器，注意盡量不要抽到下層紅酒色的樹皮湯，如果抽到了可以再排出去重抽，這邊抽的 NPS 越乾淨最後成品的雜質就會越少，把 NPS 盡可能的抽出來，剩下一點 NPS 在瓶內沒關係，最重要是保持抽出來的 NPS 純淨度
- g. 將扁平容器蓋個厚紙板避免揮發

這階段完成後會得到乾淨的 Freebase NPS 溶液，這時候你可以決定你要的 DMT 的型態，如果你是要 Freebase，那就把目前的 NPS 揮發乾淨後，得到的油膏或晶體就是 Freebase 了，如果你要的是用於口服的鹽類(DMT-F)，那就接著下一個步驟。在這階段取 Freebase 的優點是不用再經過鹽類轉 Freebase 的步驟，較省事，但缺點是你無法回收 NPS，只能讓 NPS 完全揮發乾淨取得 Freebase。Freebase 可以用於燃燒抽，效果會很強，不建議新手使用。

#### 4. DMT Fumarate 結晶

- a. 調製「FASX」

將 340mg 富馬酸加入溶液內，攪拌 5 分鐘，將沒有溶解的富馬酸過濾出來，取得飽和的溶液，用針筒裝 FASX 溶液

  - FASI : 11ml IPA
  - FASA : 54ml 丙酮
  - FASW : 54ml 水

\* 你也可以多調一些飽和溶液做備用
- b. 將 FASX 針筒慢慢滴 FASX 到裝 NPS 溶液的扁平容器中，「滴一點 FASX -> 搖晃容器」，如此重複，FASX 滴入後會形成白色霧狀，那就是 DMT-F，持續滴入，直到沒有明顯霧狀產生，將溶液靜置等待一小時，NPS 溶液中的霧狀會慢慢消失變得清澄
- c. 再滴入幾滴 FASX，觀察還有沒有白色霧狀沈澱產生，有的話就重複「滴 FASX -> 搖晃容器 -> 等待」的步驟，直到沒有明顯霧狀產生
- d. 把扁平容器加蓋放入冰箱冷凍加速結晶形成，靜置每兩小時觀察一次，最終底部會慢慢形成結晶或油膏狀的 DMT-F，等待溶液完全變得清澈透明，容器底部的結晶或油膏清晰可見為止
- e. 置於冷凍大約 24 到 48 小時讓結晶發展
- f. 把已經完成沈澱的清澄 NPS 慢慢倒到新的容器，慢慢倒底層的 DMT-F 就不會一起被倒出來，回收的 NPS 洗過後可以再次使用(\*1)

- g. 依照最終 DMT-F 成品形態來做不一樣的處理
- 油膏狀：請將扁平容器放到室外讓自然風乾，或用可控溫烤箱溫度設定 80°C 烘烤，或吹風機開熱風吹，大約過六小時後，本來的油膏會變得比較乾並且結塊，用美工刀片把 DMT-F 刮起來放到玻璃容器內(如果還是油膏狀就繼續烘)
  - 結晶狀：結晶狀較好處理，室溫放置 2 到 4 小時等待 NPS 揮發乾淨即可用美工刀片刮起
- h. 將 DMT-F 融入少量丙酮(可以蓋過 DMT-F 即可)，攪拌後用玻璃棒把結塊搗碎，放置 10 分鐘，接著用細濾網過濾，由於 DMT-F 不溶於丙酮，但大部分雜質溶於丙酮，過濾後留在濾網內的會是較乾淨的 DMT-F，再放到紙上進行烘烤 2 小時
- \* 如果你的 NPS 是二甲苯的話，這步驟做確實可以洗掉大部分沒揮發乾淨的二甲苯，食用較安全
- i. 這階段完成後，得到的就是蠟狀的 DMT-F，可用刀片切碎或用鉢磨成粉，顏色通常是淡淡的偏白臘黃色，可以用於搭配 MAOI 口服，如果要再轉換成用於燃燒吸食游离鹼(Freebase)就接著進行下個步驟。

此步驟結束後，由於鹼性樹皮湯內還會有殘留 Freebase 沒有溶到 NPS 內，所以可以重複步驟 3. 與本步驟一次，把殘留的 Freebase 盡量擷取出來。(總共做兩次，第三次通常就沒什麼 Freebase 了)

**[特別注意]** 剩下的樹皮湯由於還是 pH 大約為 11 的鹼性溶液，倒棄前請以大約 10 倍清水稀釋，避免造成環境危害。

\*1 將裝 NPS 的容器加入 NPS 三倍份量的清水，充分攪拌半小時，由於 NPS 中可能還殘留有 FASX，FASX 的特性是溶於水，因此這動作可以將 NPS 中的 FASX 洗到水中，靜置等待 NPS 與水分層，再把乾淨的 NPS 抽出來裝到新的容器加蓋保存待下次使用。如果沒有將 NPS 中的 FASX 洗乾淨，那下次 NPS 加入樹皮湯後，NPS 中的 FASX 就會直接與樹皮湯中的 Freebase 作用產生 DMT-F 沈澱，就無法被 NPS 提取出來了。

## 5. DMT Fumarate 轉換成 DMT Freebase

- a. 先將 DMT-F 秤重，取等量的碳酸鈉，首先調製飽和碳酸鈉水溶液，準備室溫 20ml 水，加入碳酸鈉，充分攪拌 10 分鐘後將沒有溶解的部份過濾掉
- b. 容器裝 20ml 熱水，將 DMT-F 加入，充分攪拌，確定 DMT-F 全部溶解
- c. 將碳酸鈉水溶液倒入 DMT Fumarate 水溶液，充分攪拌後將會反應生成 DMT Freebase 沈澱
- d. 將 DMT Freebase 溶液放到冷藏每 12 小時觀察一次，等待溶液完全清澄透明與沈澱明顯分為兩層
- e. 使用細濾網過濾溶液，留在濾網內的是 Freebase 粉末
- f. 由於最後的 Freebase 可能會有碳酸鈉殘留，此時可以將 Freebase 加入少量丙酮 (IPA亦可)溶解，再使用細濾網過濾，由於碳酸鈉不溶於丙酮，但 Freebase 溶於丙酮，過濾後的溶液只會有 DMT Freebase，殘留的碳酸鈉會被留在濾網內，再將

溶液倒入扁平容器，靜置等待丙酮揮發完全，再用刀片將 Freebase 刮起即可使用。

這個步驟結束後，就會得到淡黃色蠟狀的 DMT Freebase，可以不用搭配 MAOI 直接用於燃燒吸食。

## 食品安全

就食安的角度來探討，製程過程中最好是可以完全使用符合食品安全的藥劑，但由於 FASX 製程中，有效成份會先溶入 NPS 再進行提煉，NPS 提取階段前要使用的藥劑，用不符合食品安全的還可以接受，但 NPS 提取階段後，就要小心一點了，也因此 NPS 選用檸檬烯優於二甲苯，如果你用二甲苯的話，要確定有用丙酮洗過一次且揮發乾淨，再進行服用。建議是實驗階段用二甲苯，等待技術成熟後就轉用檸檬烯，檸檬烯本身就是可食的，就算沒揮發完全或沒被洗掉也無礙。

	鹼	酸	NPS
符合食品安全	碳酸鈉	賣場白醋	檸檬烯
不符合食品安全	氫氧化鈉	冰醋酸(未稀釋)	二甲苯

## 保存

由於 DMT Fumarate 相對於 DMT Freebase 穩定，因此建議以 DMT Fumarate 的型態做保存，將 DMT Fumarate 放入密封不透光的容器，內裝一小包乾燥劑。因為我們的原料是相思樹樹皮，萃取出來的其實是 NMT 加 DMT(NMT 比例上還多一點)，以台灣的室溫而言，處理好的 DMT 粉末是相當容易變成油膏狀的，所以請置於低溫的環境(建議冷藏)，避免陽光照射。

## 服用方式

比較 DMT Fumarate 與 DMT Freebase 的服用方式，通常 DMT Freebase 用於加熱後吸食，而 DMT Fumarate 則用於搭配 MAOI 口服，原因是 Fumarate 是酸性的，Freebase 是鹼性的，應用於加熱時，由於酸性的 Fumarate 的燃點高，燃燒後大部分有效成份會直接被燒掉，而鹼性的 Freebase 的特性是燃點低，燃燒後有效成份會被保留下來。

DMT Fumarate 則用於搭配 MAOI 口服，原因是胃酸也是酸的，可以較容易處理酸性的 Fumarate，達到較好的效果。而對於鹼性的 Freebase 而言，胃酸就要花比較多時間處理，因此也有人會將 Freebase 搭配酸性飲料(例如檸檬、柳橙汁)一起服用，Freebase 加酸就會變回較容易被人體吸收的鹽類。

## 劑量

請參考劑量服用，務必遵守由「微量」開始的用藥原則。

## DMT Fumarate 口服

將 DMT-F 粉末摻入水或將 DMT-F 裝至膠囊後配水攪拌後服用，也可以使用茶包調配，可以蓋過 DMT-F 的味道。

先服用 MAOI，過 30 分鐘後，服用 DMT-F，大約再 30 分鐘藥效會開始作用，空腹服用效果較佳。

### 參考劑量(mg)

	微量	半劑量	傳統
DMT Fumarate	30	70	100

## DMT Freebase 吸食

使用霧化器(Vaporizer)，將溫度設定到 150°C，溫度到達後開始吸，吸入後閉住呼吸大約 5 秒再慢慢吐出，如此重複數次，大約數秒內就會開始作用，藥效持續約 20 分鐘，效果會相當強。

### 參考劑量(mg)

	微量	半劑量	傳統
DMT Freebase	10	20	30

## Changa

原理是將 DMT Freebase 溶入丙酮，再混入草藥中，等待丙酮揮發完全，就可以將帶有 DMT Freebase 的草藥做成捲菸或用霧化器吸食，請參考 [Changa](#) (往上捲有圖片說明)。

## DMT - 酸鹼溶液中的百分比

pH	DMT Fumarate	DMT Freebase
11	1 %	99 %
6.3	99 %	1 %

## DMT - Fumarate 與 Freebase 互換

1mg DMT Fumarate = 0.76mg DMT Freebase

也就是說轉換成 Freebase 後量會變少

## 自我保護問題

最好的作業環境是獨居且沒有閒雜人等的隱蔽空間，如果你的作業環境是有可能有其他人進入的，請先問自己這些問題，發揮一下創意。

Q1 為什麼這麼多杯子、罐子、鍋子，你在做什麼？

Q2 為什麼有油漆味(NPS)，你在做什麼？

Q3 你在煮什麼？這可以喝嗎？

Q4 為什麼有這麼多樹皮、木屑？

Q5 這罐酒紅色的是什麼(樹皮湯)？

Q6 這粉末是什麼？

## 駱駝蓬子 HCL 提煉

說明如何將駱駝蓬鹼(Harmala Alkaloid)自駱駝蓬子(Syrian Rue Seeds, SRS)中提煉出來，提煉出的駱駝蓬鹼 HCL 可以用於製作 Changa(含有 DMT Freebase 的捲菸)，或作為相思湯中的 MAOI，單獨使用則有放鬆心情、助眠等作用。

駱駝蓬子約含有 6% 的生物鹼，駱駝蓬鹼中含有以下成份：

- Harmine: 0.44%
- Harmaline: 0.25%
- Tetrahydroharmine(THH): 0.1%
- Harmane: 0.16%
- Harmalol: 0.6%
- Vasicine (peganine): 0.25%<
- Vasicinone: 0.0007%

其中 Harmine、Harmaline 與 THH 都具有精神活性，本手冊所要提煉的是 Harmine 與 Harmaline。

## 化工原料

氯化鈉	
別名	食鹽、石鹽、鹽、食用鹽

英文	Sodium Chloride
化學式	NaCl
特性	氯化鈉在多數情況下是白色的粉末，其結晶是半透明的立方體，但也可能會因雜質而呈現出藍或紫的色調
用途	各種鹽的用途
來源	網拍，全聯，建議買化工行的氯化鈉
註解	<a href="#">MSDS</a>

## 準備

1. 駱駝蓬子原籽或粉狀 100g
2. 賣場白醋
3. 氫氧化鈉
4. 藥材袋(滷味包)
5. 咖啡濾網(不鏽鋼的佳)

## 製程

### 1. 酸化

- a. 將駱駝蓬子裝到藥材袋中，再將藥材袋放入容器中，加 50ml 白醋，放置冷凍庫冰過夜

### 2. 煮湯

- a. 鍋子放 900ml 水，放入已經冰凍的駱駝蓬子藥材袋，蓋上鍋蓋開大火水滾開後，轉到中火，煮三個小時，水位大約到 600ml 時熄火，將湯倒到新的容器，藥材袋留鍋底。
- b. 加 900ml 水，再煮一次，水位到 600ml 時熄火。
- c. 將 b. 與 a. 收集到總共 1200ml 的湯倒到新的容器，開大火煮到 600ml。
- d. 此時湯充滿駱駝蓬鹼鹽(Salt)，pH大約是4，顏色類似紅茶。

### 3. 過濾

準備一個新鍋子鋪好豆漿布兩到三層，把湯倒過去過濾，重複三到四次，直到無明顯雜質。

#### 4. 鹼化(Basify)

駱駝蓬鹼鹽(Salt)溶液鹼化後就會產生游離的駱駝蓬鹼(Freebase)沈澱，這步驟最重要的就是確定前面步驟煮出來的駱駝蓬子湯與碳酸氫鈉溶液都是熱的狀態，這兩者在熱的狀態下混合後得到的 Freebase 結晶顆粒會是最粗的，顆粒越粗越有利我們用濾網去過濾留下 Freebase。

- a. 準備碳酸氫鈉溶液(注意：是強鹼)，用湯匙挖四小匙(每匙大約大拇指指甲大小) \*1 加到室溫水中，充分攪拌，一開始溶液會有點像舒跑的顏色，再攪拌一下，會變得比較透明，將碳酸氫鈉溶液隔水加熱到將近沸騰。
- b. 確定 600ml 駱駝蓬子湯是熱的，如果已經降溫了，就再加熱。
- c. 將駱駝蓬子湯用攪拌棒攪拌形成漩渦，緩緩倒入碳酸氫鈉溶液後不要攪拌
- d. 此時會形成 Freebase 慢慢沈澱，一開始會有很多 Freebase 浮在溶液表面，放置於室溫下，等待 Freebase 完全沈澱到下層(大約要 5 小時)。

#### 5. 取得游離鹼沈澱

- a. 用咖啡濾網過濾 Freebase，再將 Freebase 刮出來，放到新的容器。

#### 6. 駱駝蓬鹼鹽溶液

本步驟是將白醋加入步驟 5. 得到的中，就會變回鹽的狀態。

- a. 把收集好 Freebase 的容器，倒入 50ml 的白醋，充分攪拌。
- b. 此時游離鹼又變回鹽了，溶液顏色是清澄的紅茶色，pH 大約 4.4。

#### 7. 過濾

使用咖啡濾網過濾駱駝蓬鹼鹽溶液數次，得到更乾淨的「駱駝蓬鹼鹽溶液」。

#### 8. 取得 Harmine / Harmaline HCL

這個步驟我們要將 Harmine 與 Harmaline 的鹽酸型態(HCL)自駱駝蓬鹼鹽溶液中分離出來，利用的是駱駝蓬鹼鹽溶液中的 Harmine 和 Harmaline 與鹽的氯離子結合產生不溶於水的鹽酸(HCL)結晶沈澱。

- a. 調配飽和氯化鈉溶液：準備 200ml 水加入 70g 氯化鈉，隔水加熱，充分攪拌讓氯化鈉結晶溶解。
- b. 把 50ml 「駱駝蓬鹼鹽溶液」隔水加熱，再與飽和氯化鈉溶液混合。
- c. 將溶液靜置於室溫，此時底部會開始產生結晶，等待 5~6 小時結晶完全，溶液變得清澄，結晶清楚可見。

#### 9. 過濾結晶

- a. 將底部充滿結晶的溶液過濾後留下結晶(Harmine/Harmaline HCL)
- b. 將結晶刮起來放到扁平容器中，烘乾後用美工刀片刮起，收集完成後即可食用。

## HCL 服用

請參考 <http://redd.it/7dysz1> , <http://redd.it/79zun3>

## 服用前檢查列表

- 有心臟病、高血壓等相關病史者，請多加注意，先把自己身體調理好再來喝，你將會得到更好的感受
- 孕婦請勿飲用相思湯
- 評估自己的身體健康與心理狀況都夠穩定（有致死案例）
- 養成固定時間靜坐的習慣（早、晚餐前是好時間）
- 平常如果有任何煩惱或壓力，平時就要好好思考如何處理，這些壓力沒處理好，讓相思湯來處理的話，威力是非常強的，切記！
- 飲用的環境，地板最好是草地、木製地板或鋪上軟墊(我曾經無法控制自己撞到地上受傷)
- 飲用空間如果有刀子、剪刀、等銳利物或具攻擊能力的物品都要收好，最好可以鎖起來
- 剪指甲，避免抓傷自己
- 長頭髮的人可以把頭髮綁好，藥效開始作用後，感官會很敏銳，就連頭髮碰觸到皮膚也會很刺激
- 手機，電腦關機(任何會不預期發出聲響的東西)
- 把門關好或上鎖，避免突發狀況
- 有養寵物的話，可以先關起來，避免干擾
- 打掃環境，把多餘或不相關的物品收好或蓋起來
- 在室內喝的話，地上可以鋪個好洗的布，嘔吐桶也可以準備一下，避免吐得滿地
- 洗個澡放鬆身體，做點瑜伽伸展或聽點輕音樂
- 可以錄影（但千萬別直播！），事後看影片可以更加了解發生了什麼事
- 紀錄自己每分鐘的心跳數(可以數小時量一次取平均)，用於飲用後心跳評估
- 請可以信任且沒要一起喝的朋友(看護sitter)照顧一下自己

## 選擇你的看護者(sitter)

第一就是他要是你(用藥人)可以信賴的對象，你要可以跟他共處不會感到陌生或不自在。

第二是要比你強壯，要是用藥人在旅程中做出自殘或傷害他人的行為，看護者要有能力去制止用藥人。

第三，看護者最好也有相思湯或其他啟靈藥的用藥經驗，遇到突發狀況會比較有概念怎麼處理。

## 看護者的工作

如何當個好看護者呢？看護者最重要的工作就是確保用藥人的安全且不干擾旅程，例如用藥人可能會嘔吐，你可以適時幫忙清理一下穢物避免用藥人噎到自己，又或用藥人有無法控制傷害自己或自殘的動作，請立刻上前協助。不過用藥人如果肢體開始呈現扭曲的狀態(大法師那種)，這是很正常的，在藥效作用下，肢體的扭曲會舒緩一些藥效帶來的刺激感，在用藥人不會扭傷自己的狀態下，你可以放任他動作。用藥人如果有任何不正常的身理狀況，如休克、呼吸異常，請立即尋求專業醫療的協助，千萬不要因為害怕施用迷幻藥被發現就不尋求外界協助。

藥效作用時，請不要去引導用藥人的旅程，DMT 自然會去帶領旅程，任何介入都會干擾的旅程的進行。旅程的引導是相當有經驗的巫醫(Shaman)的工作。

## 服用當下

一大早空腹服用效果最後，飲用的最晚時間建議是平常睡覺時間的前六小時，再晚的話，雖然相思湯一樣會有作用，但當天會很難入睡，且睡得不好。

喝湯的話因為味道不佳，所以不要讓湯留在喉嚨太久，直接喝下肚，喝下後如果覺得味道很重，可以接著飲用一些水，讓水沖淡口中的苦味。

1. 把湯擺在面前，複習「飲用後」會發生的事，強力心理建設自己，告訴自己時間到就會醒了，不用怕，讓自己有心理準備
2. 接著 SRS/HCL 水全喝，等 30 分(\*1)，SRS/HCL 作用時手心與腳掌會微微出汗有刺激感
3. 喝一半 ACB/DMT-F 水，再等 30 分(此時應該會有點什麼要來了的感觉，開始想睡，請放鬆迎接它)
4. 如果身心狀態都覺得沒問題，把 ACB 水/DMT-F 水喝光，否則就此打住，讓前面的藥效慢慢作用

\*1 依照每個人的消化狀況不一，最好是等待 SRS 開始作用的信號(刺激感)出現後等 20 分鐘再喝 ACB/DMT-F，如果你一直等不到 SRS 的作用信號，那就請你等一小時半再喝 ACB/DMT-F，成功機會比較高。

## 飲用規劃時程

最佳的飲用時間是一大早空腹喝，最好可以前一天先煮好冰起來，隔天隔水加熱微溫來喝。

時間	事項
0700	起床
	別吃早餐，可以喝水
	開始烹煮，加熱煮好的湯/調製 DMT-F
	打掃環境
	做瑜伽、伸展
	洗澡
0800	湯準備完成

	心情準備好後開始喝
1200	「你」回來了，但可能還會有點暈暈的，走路會不太穩，請小心
	會沒食慾，先喝點水
1400	午餐輕食，餐後喝薑湯可以減輕頭暈的感覺(切記別空腹喝)
1800	晚餐輕食，一定要吃，不然睡覺前會很餓難睡
	到睡覺前要再補充至少 1000cc 的水(越早喝越好，避免睡覺時想上廁所)
	當天晚上可能會有點難入睡，不過很適合思考或寫文章分享這次的用藥經驗

## 一起喝與分開喝

可以將 MAOI 與 ACB / DMT-F 水混合一起喝，這樣可以省下分開喝的麻煩，不過效力會稍微低一點，作為每日的第一劑，一起喝的話 ACB 大約是少 3 克上下的感覺，DMT-F 大約是少 30mg 上下。

分開喝的話，我們先喝的 SRS(MAOI)，會先把體內代謝 DMT 的酶(MAO-A)先處理掉，我們接著喝相思湯/DMT-F 水時就可以完整的吸收 DMT。但一起喝的話 MAOI 還沒那麼快可以處理掉體內的 MAO-A，也就是一起喝進去的 DMT 有一部分會被 MAO-A 代謝掉，所以一起喝效力會較弱。

但請注意，如果是一日數劑且 MAOI+DMT-F 一起服用的狀況下，你喝第二劑時體內的 MAO-A 可能已經被第一劑的 MAOI 代謝得差不多了，如果你第二劑的 DMT-F 還使用跟第一劑一樣的劑量，第二劑有很大的可能會過量。所以一日數劑的狀況下，第二劑開始劑量請降為第一劑的  $\frac{1}{2}$ ，才會是跟上一劑感受差不多的劑量。體內 MAO-A 的水平會影響 DMT 的藥效，一起喝的話，你一定要去想現在體內的 MAO-A 到底被 MAOI 代謝完全了沒。

以半劑量來說，一起喝的話，第一劑如果 DMT-F 為 80mg，第二劑請用 40mg 就好。通常每劑 MAOI 可以持續 4~6 小時，如果你要連續服用的話，在第一劑 MAOI 過後 4~6 小時之內，服用第二劑 DMT 時就可以不用再服用 MAOI 了，因為前一劑的 MAOI 作用還在。

## 一日數劑

如果你一日內打算服用多次微量相思湯，請記得每次至少間隔兩小時或等當前藥效完全消退，就算今天你喝的第一劑沒作用，也要等兩小時候再喝下一劑，原因是依照每個人的消化狀況不一，你以為沒作用的第一劑可能只是晚點發揮藥效，要是你此時又立刻補了第二劑，那兩劑一起作用的效果可能會帶你進入傳統旅程了，一旦在沒預期的狀況進入旅程喪失意識與行動能力是相當危險的。

微量相思湯雖然一天可以使用多次，但建議每日累積劑量不要超過 5 劑，當天的第一劑退的時間比較快，接下來的幾劑藥效會越來越長。

## 為了特定節目而喝

例如今天你要去看電影，逛博物館，同時想感受微量相思湯的效果，建議將當天的第二劑用在該節目上，例如：今天下午兩點要去看超讚的太陽馬戲團表演，那大約早上 9 點就可以開始第一劑，先有劑量上的心理準備（因為每次煮出來的湯多少都會有點差異），吃完午飯休息一下大約下午一點半，再開始用第二劑。

## 飲用後

- 作用時間約為四小時
- 會暈暈的，想睡可以側睡，避免嘔吐物噎到自己
- 可能會拉肚子
- 閉上眼睛時可能會看到一些彩色幾何圖形不斷重複
- 會有在做醒不過來的夢的感覺
- 可能會聽到一些聲音
- 可能會喪失時間感，意識感覺過了好久，實際時間才幾分鐘
- 想吐不要忍，想像身體正在排毒
- 意識會被 DMT 主導，別怕，放心讓它帶領
- 有意識時，想些正面、快樂的事，這些感受都會被放大，反之....
- 不要想用意識脫離「那」狀態，因為 DMT 會一直把你拉回去，想要搶主導權就會一直反覆，相當累，就放輕鬆即可！
- 可能會做出無法主導的動作（為避免做出危險行為，所以一定要有看護者在附近照顧）
- 可能會說話、呼喊、哭泣、大笑都有可能

## 清醒後

- 至少休息一小時，確認行動能力已經完全恢復，切勿立刻開車、操作危險機械
- 有任何身體不適，請立即就醫
- 12 小時內不得食用發酵、醃製品、與含酪胺食物(Tyramine)
- 因為整天沒吃什麼東西，還不時嘔吐，所以可能會有點虛弱，接下來要好好調理身體
- 事後整個人會很友善，充滿愛，做什麼事都很有趣，是相當棒的時刻！
- 多往戶外走，看看大自然，你會發現這世界相當的「不一樣」，最美的其實一直都在身邊，是路邊的一花一草，是抬頭可得的雲，是輕輕吹過臉上的微風，閉上眼睛看著太陽就會感受到愛與溫暖

## 服用方式比較

	藥效開始作用時間	藥效持續時間	效果	MAOI(SRS)
--	----------	--------	----	-----------

煮湯	中(約 20~40 分)	2到4小時	看劑量	需要
膠囊	慢(約 40~100 分)	4小時上下	看劑量	需要
吸食	數十秒	20分鐘上下	強	不需要

## 劑量提示

劑量是我參考 DMT-Nexus 與 [erowid.org](http://erowid.org) 整理出來的，由於每人的身心狀況皆不一樣，第一次使用請務必遵守由輕到重的原則，一般而言心理狀況越好的人（常靜坐或靈修）用量會越少。

相思湯的藥效與藥材劑量、ACB取材之樹齡、提煉方式、飲用者身心狀況都有關係，劑量不好拿捏，一旦劑量過量或身心狀態不夠好，都可能會讓人有非常痛苦生不如死的經驗，本人親身感受，希望你不會經歷到。

一般網拍或中藥店買到的相思樹樹皮多半不會是取自老樹的，老樹才含有較多的 DMT 成份，如果你煮湯沒作用，請確定烹煮時間夠久，再將 SRS 一次加 0.5 克或 ACB 一次加 2 克來調整(以加 ACB 為主，SRS 一般 3g 上下就夠用了)。

DMT 的話以每次 20mg 的差異來實驗劑量，請記得提煉過後的東西是很強的，買個可靠的電子秤，把劑量算對，謹慎使用。

多實驗幾次就會找到最合適自己的劑量，切勿一開始就過量，無論你其他的用藥經驗如何，切記切記！

## 耐受性

耐受性高的藥，你服用過後，下一次要有同樣的效果，劑量就要增強，耐受性低的藥就不用增加劑量。DMT 的耐受性很低，通常在藥效退了後一小時就沒有耐受性了。DMT 的特性是你身心狀態越好，要達到同樣效果的劑量就越低，你越常用它，劑量只會越用越少。但請注意不要因為 DMT 耐受性低就頻繁的使用它，每次使用過後，都一定要讓自己沈澱一下，好好休息去觀察自己身心的變化。

## 環境氣氛的營造

- 飲用的場地首選是白天戶外大自然，沒有閒雜人等，蚊蟲干擾
- 使用可以安定心情的薰香

- 燈光相當重要，由於暗色系相當容易引起恐懼的反應，在室內喝的話，燈光一定要充足，黃光優於白光，室內塗裝以亮色系為主
- 無噪音干擾(旅程中還是聽得到外界聲音)
- 可以播放冥想音樂帶領旅程

## 用音樂帶領旅程

喝相思湯時配合冥想的音樂會有挺不錯的效果，思緒會比較集中，不會亂飄。

挑音樂的方法，先到 youtube 搜尋關鍵字：「yoga music」，「meditation music」，都會搜尋到很多，然後挑聽得順耳，節奏規律穩定，沒有人的話語聲，且長度至少有三個小時以上的。

接著平常做事的時候就把這首歌開著當背景音樂，讓自己習慣它，可以聽一整天都不會煩，甚至可以聽著安然入睡，那就可以把影片下載下來或轉成 mp3，下次喝湯的時候就當作引導音樂，然後最好播放軟體可以設定單曲重複播放，以免人還在旅途中，下一首播放的音樂卻是什麼奇怪的流行歌曲之類的。

分享我的愛歌，偏愛孤獨飄渺廣闊曲風：

- [https://www.youtube.com/watch?v=ojlYGjK\\_PK8](https://www.youtube.com/watch?v=ojlYGjK_PK8)
- <https://www.youtube.com/watch?v=J65GxJ2v9Wg>

## 過量

如果你不小心飲用過量的相思湯，很有可能你會進入「意識深淵」的狀態，在這狀態中，你的旅程會不斷被打斷重新開始，同樣的想法會不斷重複數小時，此時請不要恐懼，有意識時盡量做深呼吸，不斷告訴自己等下就回去了。

旅程結束身體完全回來後，你可能不會有任何的啟發，甚至充滿了負面想法，心情很遭，此時不要沮喪，請好好調養身心，接下來一週不要使用任何的藥物，因為 72 小時內，藥效可能還會回來一次，通常在運動過後，或靜坐完會出現，或半夜睡到一半回來，不過這第二次是比較輕度的，等到第二次結束後，你的狀態才會恢復正常。

飲用過量是相當糟的經驗，請一定要很注意自己喝的劑量，由輕到重，循序漸進。

要是你在飲用的當下就知道自己過量了想降低效果的話，可以立即喝大量牛奶催吐，吐過後，一定要到空氣流通的開放空間待著，非常不建議在廁所繼續停留，因為廁所是個狹隘空間，藥效作用時，空間的扭曲感會相當重，你會覺得很不舒服，感到虛弱，且要是在廁所發生了意外也無法即時向外求援。如果還有行動能力的話，可以到戶外寬廣的場所，公園或操場都不錯，然後保持身體的活動(例如散步)，慢慢等待藥效過去。

避免過量最好的方式就是要了解自己服用的劑量，不管是樹皮粉或 DMT 粉，了解自己所服用的劑量是最基本的，如果你的藥是買來的，請問清楚內容是什麼，樹皮粉的話，是老樹嗎？DMT 粉的話，型態是什麼(Fumarate 還是 Freebase)？是純的嗎？有混東西的話，混了什麼？D(Dealer/藥頭)建議的用量是多少？本指南建議的用量是多少？又網路上心得文中的用量又是多少？請都調查清楚，依照自己當下的狀態決定要用多少量。

請不要有「過量的壞旅會得到相當多的啟發，要從壞旅中去學習」，有這種想法是會傷害到人的，一些賣藥的 D 甚至會推廣這種用藥方式，原因在於適合每個人的劑量是相當難抓的，D 為了要讓自己賣的藥有「效果」，常常建議的量都是過量的，過量的藥當然對於每個人都會是「有效」的，以 DMT-F 來說，一般 120-150mg 以上狀態好的人就會過量了，今天 D 為了要讓自己的藥「口碑」好，是很有可能會給你過量的藥的。的確過量的旅程也會得到啟發，但相對的你也曾經歷一段難受的身心折磨，與其如此，不如慢慢實驗適合自己的劑量，找到有啟發性，又不會過量的配方，這才是最佳的用藥方針。

## 服用後身體調養

由於湯中的單寧成份會導致便秘，飲用後幾天除了保持運動更要記得每日至少補充 1200c.c 的飲水與一些有利排便的食物，例如：香蕉、蘋果、蜂蜜、韭菜、火龍果、奇異果。

飲用後幾天，你的肌肉可能會感覺到比較無力一點，請不要立刻做勞力密集的活動，例如連續多日的登山健行，請透過日常持續的運動慢慢恢復體力，一周後就會慢慢改善。

要如何觀察自己身體是否從上一次的相思湯恢復了沒呢？可以試試看用藥前每隔幾小時紀錄一下自己的心跳數，因為用藥後你的心跳數會大幅提高，定時量一下心跳就可以知道身體回來了沒(可以連血壓一起量更好)，記得不要在身體還沒恢復就又再次服用相思湯，請讓身體休息一下，有很多身心的變化都要時間的沈澱才察覺得出來，切記。

## 服用後心理調養

請務必多接觸人群，參加社交活動，在藥物影響下，許多異常狀況是我們自己無法察覺的，請透過社交活動來檢驗自己的心理狀態，如果發現自己有任何異常，請一定要儘早求援。

## 狀況Q&A

### Q1

我感到這世上什麼都是假的，對「現實」感到陌生。

### A1

現實的世界中，是身體凌駕於意識的世界，剛喝完湯的人，旅程中的經歷都是意識主宰的世界，在剛回到現實時，雖然身體機能回來了，但身體還無法完全掌控意識，此時就會發生對於現實的存疑。在這邊要告訴你的是，你眼睛所及都是真的，親人朋友對你的愛與關心也是真的，多運動，多休息，多參與社交活動，慢慢意識就會與身體連接起來了，不用擔心。

## Q2

相思湯/DMT會不會讓人上癮？

## A2

我自己的使用經驗跟看過的報告，都顯示相思湯不會讓人上癮的，如果上癮與愉悅感受有直接連結的話，有短暫愉悅感也是在微量階段，頂多半劑量，真的進入「跨界狀態」後身心都不會太愉悅的，真的要愉悅大概就是藥效剛退的那幾小時，且是心情平靜的愉悅與喜樂(不是興奮的那種)。

就上癮這件事，甜食對我才是真正會上癮的(雖然我也戒了)，我知道吃了就一定會「爽」，我非常清楚那就是「上癮」。

## 服用相思湯/死藤水/DMT意外事件

- [2011/8 哥倫比亞](#)：一個80幾人的旅遊團參加死藤水儀式，其中兩人在飲用後隨即失去意識，但過了數小時才送到醫院，隨行的家人表示：以為死者是在深度的旅程當中，但醫生認為當時兩人已經死亡。主持儀式的薩滿於事件發生後不見蹤影。
- [2012/8 秘魯](#)：一名 18 歲美國人在飲用死藤水後死亡，主持儀式的薩滿將死者埋葬後逕自離開，事件發生後，薩滿與其他兩名協助埋葬死者的人士一同被逮捕，薩滿向警方表示，死者飲用了過量的死藤水才導致事件發生。  
心得：薩滿應該要再三確定劑量，飲用者應該也要對自己飲用的劑量有所了解，有任何身體不適要立即反應。
- [2014/4 哥倫比亞](#)：19歲的英國人於哥倫比亞飲用死藤水後死亡，死者參加了一個旅遊團進到雨林中參加死藤水儀式，死者飲用後感到不適，在工作人員陪同下回到宿舍休息，最後死者的遺體在路邊被發現。
- [2015/12 秘魯](#)：2015年，一名加拿大人於死藤水儀式中用刀殺死在同一儀式中的人，有目擊者表示是死者先用刀攻擊嫌犯才導致事件發生。
- [2016/1 秘魯](#)：上面事件中，嫌犯的現身說法表示，「我真的以為我要死了，如果他把刀子搶回去的話，一定會殺了現場的人，所以我就用刀殺了他(死者)」，嫌犯說死者當天飲用了雙倍劑量的死藤水後，開始對嫌犯說：「你是上帝，你是上帝，現在讓惡魔離開你，惡魔離開！」，死者接著用刀開始攻擊我，我就用一個鍋子來防禦，死者用刀砍到了一張桌子，刀子斷了，我就用鍋子攻擊他，我隨後撿起刀子....。嫌犯在逮捕後 24 小時釋放，對於事件的發生感到抱歉，說死者曾經對他說他們是永遠的好朋友。

心得：不要飲用過量，飲用現場不要有具攻擊作用的危險器具。

- [2017 台灣](#)：板友發文表示：「死藤水引發的旅程，在台灣，是有致死案例的。諒我無法詳述事發細節，事件的主要過程是使用者原本的生理狀況不適（心臟不好），在旅程過後進行不宜休養的活動，而後引發身體不適，在延誤送醫的情形下逝世。」

心得：飲用前後的身心調理相當重要，特別是有心臟病，高血壓病史者。

- [erowid的整理報導](#)：上面整理了國外曾經發生過的事件。

## DMT混藥

最安全的使用方式就是不要混合其他種藥物，要是你真的必須這麼做的話，不適合與DMT混用的藥品為：古柯鹼、大麻、安非他命，有危險性的是Tramadol(曲馬多/特拉嗎竇)。

詳細的資訊請參考[Drug Combinations](#)，最上面的圖有各種混藥的搭配。

## 駱駝蓬子 HCL 劑量

	效果	備註
100mg	MAOI	
200mg	助眠	
300mg	輕度幻覺	
400mg	中度幻覺	

## 藥劑的標示

請在裝藥劑的罐子上做清楚的標示，但 FASX 系列，FASA、FASI、FASW 請不要直接做標示，原因在於 Google FASX 時，特別是 FASW，出現的建議第一個就是 FASW DMT，搜尋的結果相當容易出現來自 dmt-nexus.com 的資訊，有可能會洩漏用途，可以簡單標上 A、I、W 即可。

## 工具的保養

### 藥劑

藥劑請密封保存，特別是氫氧化鈉相當容易受潮結塊。

## pH 計

電極乾燥一陣子後就會損壞，長期不用時要將電極泡入氯化鉀溶液中，平時使用時可以準備一個茶杯裝水，將電極泡入水中保持溼潤。

定期約一個月將 pH 計校正一次。

## 針筒

由於針筒都拿來裝 NPS 與 FASX 等溶液，使用一陣子後活塞會硬化，導致針筒無法推動，可以使用液態矽油塗抹於活塞環上，軟化活塞。

## 電子秤

平時不使用時，不可以放置物品於秤台上。定期約兩個月校正一次。

## 推薦硬體設備

### 中藥粉碎機

搖擺式，700克。

先將樹皮用剪刀剪成小塊，完全乾燥後進行打粉，打粉時間大約一分鐘，直到沒有強烈顆粒撞擊聲即可。

請注意，乾掉的樹皮非常的硬，用一般咖啡磨豆機絕對無法打粉的。



### 電煎壺

婦寶 3.5L 不鏽鋼煎藥壺，煮好會自動保溫



## 電火鍋

THOMSON 雙層防燙不鏽鋼多功能美食鍋，火力可調，搜尋「thomson 美食鍋」

法國  
**THOMSON**

**雙層防燙 增高蒸籠 專利把手**

貼心便利設計【把手插槽可放筷子.湯匙】

### 三大安全裝置

- 1.沸騰自動斷電
- 2.防乾燒安全保護
- 3.溫度保險絲

### 人體工學把手

輕鬆握好施力

### 防火阻燃底座

使用超安心

### 內附蒸籠

蒸煮烹飪一次完成



湯姆盛雙層防燙不鏽鋼多功能美食鍋  
TM-SAK14

P.S：這個美食鍋跟上面推薦的電煎壺鍋徑是一樣的，蒸籠跟鍋蓋可以通用。

## 山刀

取樹皮用，買刀刃跟刀柄一體成形的，八吋(全長40公分上下)的不錯。



## 顏色

相思樹代表色：紅皮，黃花

駱駝蓬子代表色：咖啡仔，綠湯

可以運用在容器上的標示，紅或黃，咖啡或綠。

## 心得文

請參考 <https://www.reddit.com/r/AsiaTripper/wiki/formosahuasca>，彙整了許多的使用者心得

## 心得文 for AsiaTripper

如果你參考本指南製作了相思湯，歡迎上 AsiaTripper 發文分享或私訊我你的使用經驗，由於我不斷有在整理相思湯的使用經驗，如果你有心得文想要發表的話，建議你使用以下格式，謝謝。(請完整拷貝格式，不要刪除空白行最後出來的格式才會是對的，文字間如果需要換行需要完整的一行空白行)

---

### 基本資料

年齡：xx 歲

體重：xx 公斤

身心狀況：吃素，每日晨跑，有靜坐習慣，壓力很大常加班

環境：家中，播放冥想音樂，燈光昏暗，戶外，陽明山大草原

#### ### 劑量與烹煮方式

例如：按照台灣相思湯指南中的煮法，SRS用了3克，ACB10克，最後煮成 SRS 水 100ml，ACB 水 100ml。

#### ### 時間軸

0700：喝了全部的 SRS 湯

0730：喝了一半的 ACB 湯

0810：開始有感覺了

1100：回來了

#### ### 時間軸(條列式)

\* 閉上眼看到很多彩色幾何圖形

\* 感官變得很敏銳，看東西變很立體

#### ### 心得

.....

---

## 捐款給我

基於推廣用藥安全，我一直持續在研究相思湯與 DMT，如果這份指南對於你有幫助的話，請考慮透過比特幣(BitCoin)捐款給我，有你的贊助可以讓我進行更多的研究，謝謝。

- [BitoEX超商購買比特幣教學](#)

我的比特幣錢包地址為 14HW9PZYmX8eDjnwtCrsHg4nw5pZpuYpbz

## 總結

延續相思湯能量最好方式是「靜坐」，讓自己的心完全靜下來，你將會感到超越一切的永恆寧靜感，透過不斷的練習，你可以將這能量好好延續下去，搭配適度體能的訓練，你會脫胎換骨，對於已知的人、事、物都有不一樣的想法，期待你延續這能量把自己照顧好，好好思考自己的方向，對於萬物做觀察，做思考。

你是怎樣的一個人，相思湯就會帶給你什麼，旅程中你的價值觀與中心思想將會變得真實無比，如果你充滿了愛且誠心向善，你很可能就會被帶到你心中的天堂，但如果你經常順從慾望，常常不滿足，你的思緒就會亂飄，那就會被帶到不一樣的地方去。

最後祝福大家都可以成為更好的自己，旅途愉快，祝福你！