



DAEMON
By Paulina Gil

GUÍA FÁCIL Y RÁPIDA

PARA ENTENDER

LA MICRO/ DOSIFICA- CIÓN



CON INTENCIÓN



CONNECT WITH YOUR DAEMON

Cuando microdosificamos con una intención, nos hacemos conscientes de los elementos de nuestra vida que necesitan sanar y desarrollarse en plenitud otra vez.



Es como un pequeño empujón a nuestra alma, que nos dirige hacia un estado de consciencia **más profundo, íntimo y duradero.**

P A S O 01

INTENCIÓN

¿Cuál es tu intención para
la microdosificación?

01 ¿Qué quieres recibir de esta experiencia?

02 ¿Qué patrones o creencias quieres cambiar?

PASO 02

PREPARACIÓN

STATE
OF MIND
DOWN-TO
-EARTH

REVISA TU MENTALIDAD:

01 ¿Cuáles son tus emociones actuales?

02 ¿Cómo es tu entorno?

PREPÁRATE
PARA
EL ÉXITO

PASO 03

EXPLORACIÓN

Track your experience

01 Haz un seguimiento de tu experiencia.

Observa cualquier cambio en tu estado de ánimo, tu percepción, tu estado mental o los sentimientos que surjan en tu día de microdosificación.

02 Crea un calendario de microdosificación para tu protocolo.

PASO 04

INTEGRACIÓN

INTEGRATION

- 01** Comparte con alguien el diario sobre tus experiencias de microdosificación.
- 02** ¿Qué estoy aprendiendo y cómo puedo aplicar esto a mis hábitos diarios?
- 03** Ponte en contacto con una guía para obtener apoyo.

PROTOCOLO DE MICRODOSIFICACIÓN

Un protocolo de microdosificación bien estructurado te ayuda a profundizar, integrar emociones desafiantes y abrirte a nuevas capacidades.

Existen 4 protocolos básicos de microdosificación.



01

Protocolo de Microdosificación

Fadiman

Su creador, **James Fadiman**, sugiere que este protocolo está destinado principalmente a ayudarte a observar los efectos de la microdosificación.

Es un ciclo de 3 días, que sigues durante 4 a 8 semanas:

1 día de microdosificación, 2 días libres.

DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4
TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS	TOMA DOSIS

02

Protocolo de Microdosificación

Paul Stamets

Un ciclo de 7 días, que sigues durante 2 a 4 semanas:

4 días de microdosificación, 3 días libres.

Apilamiento de Stamets

Según Paul, la combinación de psilocibina, niacina (vitamina B3) y el hongo medicinal *lion's mane* tiene un efecto positivo y duradero en el cerebro. Él llama «apilamiento» al uso de estas tres sustancias.

DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7
TOMA DOSIS	TOMA DOSIS	TOMA DOSIS	TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS
DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14
TOMA DOSIS	TOMA DOSIS	TOMA DOSIS	TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS

03

Protocolo de Microdosificación

2 días fijos a la semana

Algunas personas prefieren un esquema fijo que coincida con su trabajo semanal o su rutina social. Si ese es tu caso, **elige 2 días fijos a la semana** que se ajusten a tu horario. ¡Mantén al menos 1 día de descanso entre dosis!

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
NO TOMA DOSIS	TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS	TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS

04

Protocolo de Microdosificación

Cada dos días

En pocas palabras: 1 día de microdosificación, 1 día libre (durante un mes).

DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7
NO TOMA DOSIS	TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS	TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS	TOMA DOSIS	NO TOMA DOSIS

¿CÓMO CAMBIA LA EXPERIENCIA
SEGÚN LAS DOSIS?

PSILLOCYBIN

MUSH
ROOM
DOSES



MICRO/

DOSIS

0.1 - 0.3 GRAMOS

100 - 300 MILIGRAMOS

Una dosis que no altera los sentidos, disminuye la ansiedad y aumenta el bienestar, la creatividad y la empatía.

MINI/

DOSIS

0.3 - 0.6 GRAMOS
300 - 600 MILIGRAMOS

Para flujos de creatividad más intensos y
momentos de conexión con el entorno
más conscientes.

Para tomar
en cuenta

01

ENCONTRAR EL PUNTO
ÓPTIMO EN TU PROCESO
DE MICRODOSIFICACIÓN
**PUEDE TOMAR VARIOS
INTENTOS**

Te recomendamos comenzar tu protocolo con **la dosis más baja (0.1 gramos)**, pues algunas personas son sensibles a dosis minúsculas.

Es preferible no experimentar ningún beneficio en tu primer día que ser dominado por la sensación.



Para tomar
en cuenta

02

ES POSIBLE QUE DURANTE
TUS PRIMERAS TOMAS «**NO
SIENTAS NADA**»

¡Tranquilo, es parte del proceso!

La microdosis todavía está siendo digerida en el intestino y, por tanto, en el torrente sanguíneo, y todavía está «en funcionamiento». Evalúa los cambios sutiles, tus nuevos hábitos, tu nivel de ansiedad, la forma en que reaccionas a las situaciones cotidianas.



BOOSTS

PARA TU EXPERIENCIA

HONGOS Y ALIMENTOS MEDICINALES

-FUNCIONALES PARA EXPANDIR, CUIDAR
Y OPTIMIZAR TU PROTOCOLO DE
MICRODOSIFICACIÓN

EXISTEN DECENAS

- Reishi
- Cola de pavo
- Chaga
- Cordyceps
- Shiitake
- Melena de león
- Ashwagandha
- Maca
- Panax ginseng
- Jengibre
- Cacao ceremonial
- Albahaca sagrada

Pero estas son nuestras recomendaciones

Pasa a la siguiente página



Iluminación mental



El polvo orgánico de

L I O N ' S
M A N E



*Hericium
erinaceus*

podría mejorar la función cognitiva, el enfoque mental y la concentración. **Usa esta mezcla para expandir tu estado de conciencia** e impulsar los efectos de «iluminación mental» de la psilocibina.

Alineación



Si quieres regular el estrés, mejorar tu estado de ánimo y entrar en tu corazón, añade **el cacao ceremonial y el hongo medicinal *lion's mane*** a tu dieta.

Ambos suplementos protegerán tu cuerpo del estrés y estabilizarán sus funciones fisiológicas.

Activación



D E
L A P A Z
interior



¿Tienes un estómago sensible? Prueba un poco de **raíz de jengibre** para aliviar las náuseas o el malestar estomacal. El jengibre, además, **no «potenciará» los efectos de la psilocibina;** por el contrario, mantendrá su pureza y estabilidad.

EL PROPÓSITO Y LA INTENCIÓN

CLAROS NOS DAN UNA ALINEACIÓN

ENTRE NUESTRA MENTE,

CORAZÓN Y ACCIÓN.

UN COACH
QUE TE OFRECE
TRANQUILIDAD Y
MEJORES
RESULTADOS

 DAEMON
Healing Light

Si estás en la búsqueda de una experiencia de microdosificación guiada, **Paulina Gil** podrá guiarte a través de un protocolo seguro, efectivo y especializado de 45 días.

 310 367 4821

 @daemonbypaulinagil