

Iboga, premik v epigenetski pokrajini in sprememba bivanjskega modusa

Roman Paškulin

Skorja korenine grma iboga (*Tabernanthe iboga* Baill.) se v Afriki uporablja kot tradicionalno zdravilo, v večjih odmerkih pa tudi kot obredna droga pri iniciaciji, tj. obredu prehoda mladostnikov v skupnost odraslih. Z zaužitjem preparata zdrobljene korenine iboge pri človeku nastopi trans, spremenjeno stanje zavesti, ki mu olajša dostop do podzavesti. Gre za stanje, ki naj bi človeka pripeljalo do njegovega bistva, do njegovega življenjskega poslanstva. To spoznanje je ključno za pridobitev svobode odločanja. Uporaba je tam precej razširjena, čeprav se ne uporablja v hedonistične namene, ampak gre za izključno kulturno drogo, katere namen ni zabava, temveč poglobljeno delo na sebi in služi kot zakrament. Obred bi morebiti najlažje primerjali s simboliko maturantskega plesa ali pa z nekdanjim služenjem vojaškega roka pri nas, ko so bili fantje po odsluženju posvečeni v svet odraslih. Problem Zahoda je prav v tem, da se izgublja ta vloga iniciacijskega dejanja, kar se kaže že v tem, da mladostniki pri osemnajstih letih avtomatično prejmejo pravice in dolžnosti odraslih, pri tem pa se pozablja na njihov konsenz. Za polno vrednost dejanja manjka njihova svobodna in zavestna odločitev. Odraslost bi morala biti privilegij, pri nas pa mnogi želijo ostati infantilni in pri nekaterih je uživanje drog lahko tudi neke vrste simbolni upor.

Zahod ibogo pozna že kakšnih sto let v kontekstu njenega tradicionalnega zdravilnega potenciala. V Afriki se namreč poleg obredne iniciacijske uporabe poslužujejo tudi iboge v manjših odmerkih, ki pomagata pri okrevanju po hujših boleznih, kot so tropske okužbe, ki človeka močno izčrpajo. To ni zdravilo proti bolezni sami, ampak bolj pomoč v obdobju okrevanja. Pri zdravih ljudeh se pogosto uporablja tudi kot poživilo, ki se zaužije ob izpostavitvi večjim naporom. V farmakologiji se uporablja izraz adaptogen za vse tiste substance, ki same po sebi niso zdravilo, pomagajo pa telesu premagovati stres in olajšajo prilagoditve na spremembe okolja ter tako zmanjšujejo verjetnost obolevanja. Tako je bil v Franciji od tridesetih let 20. stoletja na tržišču preparat lambarene, imenovan po mestu v Gabonu, kjer je deloval slovit dr. Albert Schweitzer. Na voljo je bil kot dodatek k prehrani za krepitev imunskega sistema in je vseboval le nizek odmerek ibogaina, alkaloida omenjene rastline.

Višji odmerek ibogaina pa olajša detoksikacijo od drog, kar je Zahod spoznal v šestdesetih letih v prvi vrsti preko Howarda Lotsofa, ki je bil takrat heroinski odvisnik. To so bili hipijevski časi in takrat se je eksperimentiralo z različnimi substancami. Bili so skupina heroinskih odvisnikov, ki so poskusili tudi

ibogain. Opazili pa so, da je po izkušnji z ibogainom izginila potreba po heroinu. Howard Lotsof je na neki konferenci dejal: »Po ibogainu se prvič v življenju nisem bal. Pravzaprav sem takrat šele spoznal, da sem vseskozi živel v strahu, a sem vse do takrat pač mislil, da je tako stanje človeka naravno.« Lotsof je na lastnem primeru spoznal, da iboga omogoča ne le prekinitve same odvisnosti, ampak odstrani tudi vzroke za zasvojenost. Razlikovati pa je potrebno zdravljenje odvisnosti in pa uporabo za osebnostno rast. Glede slednjega ljudje v smislu duhovnega pristopa z zaužitjem zmernega odmerka iboge izpeljejo iniciacijo, ki je nekakšen premik v bivanjskem »modo operandi«.

Glede uporabe za zdravljenje je status iboge oz. ibogaina na Zahodu različen. V ZDA je ibogain na listi kontroliranih substanc v prvi skupini in ni dovoljen za uporabo v medicini. Nasprotno velja za Novo Zelandijo in Kanado. Na Novi Zelandiji ibogo predpiše zdravnik, ki je tudi prisoten ob samem izvajanju zdravljenja. Kar zadeva strokovna vprašanja, je tam zadeva rešena in se zadnji dve leti tudi razvija. V Kanadi je iboga razvrščena med naravne medicinske izdelke in je na voljo v farmacevtski obliki kot kapsule, sicer v manjšem odmerku, obogatena z vitamini kot dodatek k prehrani za športnike. V Evropski uniji pa je status različen od države do države. V nekaj državah je na listi kontroliranih substanc, v večini pa se zakonodaja do nje ne opredeljuje, kar pomeni, da je uporaba v nemedicinske namene prosta. Glede uporabe za zdravljenje je pri nas iboga razvrščena med zdravilne rastline, ki se uporabljajo pod zdravniškim nadzorom. Vprašanje razvrstitve je nepomembno, kadar gre za samozdravljenje, saj je tu odgovornost odločitve na posamezniku. Uporaba v religiozne namene je svobodna, če pri tem ne gre za ogrožanje zdravja in življenja. Tu pa je ključen odmerek...

Farmakodinamika

Ljudje se izčrpavamo z vztrajanjem v škodljivih življenjskih okoliščinah. Droge ali pa določeni vedenjski vzorci na kratki rok dvignejo razpoloženje, a ob tem potrošijo energetske zaloge in vrnejo človeka v še slabše stanje. Potreben je vedno nov odmerek. Tako ponavljajoče stanje vpliva na celični metabolizem tako, da se spremeni aktivnost določenih genov. Organizem se na ta način prilagodi, temu se reče toleranca. Če dražila, ki ga telo zdaj potrebuje, naenkrat ni več, nastopi t.i. kriza, mešanica slabega telesnega počutja, pomanjkanja energije in neprijetnega čustvenega razpoloženja. Z abstinenco se človek povrne le do izhodiščnega stanja, ki je že v prvo pogojevalo razvoj zasvojenosti in kot tako še ni dovolj za trajno ozdravitev. Ta je odvisna

od spremembe človekove pozicije v svetu okoliščin – spremembe lastne drže in sposobnosti spreminjanja svojega okolja. Za izpeljavo te transpozicije je potrebna želja po spremembi, vera, da je ta mogoča, vedenje, kaj je za to potrebno, in – moč za dejanje. In tu je ta kompleksnost iboge, saj pomaga pri vseh teh korakih.

Iboga je v določenem odmerku psihoaktivna in ko jo človek zaužije, se mu spremeni stanje zavesti v smislu transa. To je premik možganske aktivnosti iz navadne budnosti v alfa stanje, pri globokem transu pa tudi do theta in delta frekvenc. To stanje se da doseči tudi z meditacijo ali hipnozo. Na ta način leva in desna hemisfera možganov postaneta bolj harmonizirani, kar pomeni, da bolj uskladimo naše glavo in srce, voljo in domišljijo. Človek ima pogosto ambivalenten odnos do marsikaterih stvari, kar je vzrok za tesnobo. Stanja transa prevrednotijo preteklost in navdihujejo prihodnost. Gre za vzpostavitev pristnega stika s samim seboj, s sebstvom. Pogosto je poleg vizij mogoče slišati tudi naratorski glas, ki tolmači vsebino. To je duhovni vidik, ki ga tradicionalno pripisujejo ibogi kot »rastlini učiteljici«, lahko pa je ta glas enostavno naša globlja zavest, kar ne nazadnje pomeni, da smo končno le prisluhli sebi. Iboga nima hedonističnega potenciala in ni v skupini drog, ki dajejo lažne užitke. Podoživljanje omenjenih dogodkov je kar naporno delo in na trenutke celo neprijetno. Iboga pokaže vse čustveno nabite spomine. Pokaže pa tudi velike radosti. Človek se spomni čiste otroške sreče in zanimivi mu postanejo spet detajli. V psihologiji bi rekli, da gre za obuditev doživljajskega sveta.

Raziskava OMI Inštituta (Inštitut Odprte Misli, zavod za antropološko medicino) je v sodelovanju z Univerzo v Ljubljani in ob podpori Sorošovega Open Society Institute ter domače Javne agencije za raziskovalno dejavnost (ARRS) pojasnila tudi biokemijski mehanizem delovanja iboge. Na prvi pogled različni motivi za uporabo, ki se sicer razlikujejo glede odmerka, imajo skupni imenovalc. Fizični napor, okrevanje po bolezni, detoksikacija, pa tja do izboljšanja razpoloženja, intelektualnega navdiha in dviga kakovosti bivanja so vsi pogojeni s kemično energijo celic. Po drugi strani kronično uživanje opiatov in poživil znižuje zmogljivost energetskega metabolizma. V primeru alkohola, ki je zelo učinkovit substrat za produkcijo energetske bogatih molekul ATP, se sposobnost glikolize pri kroničnem alkoholizmu nevarno zmanjša. Iboga s svojim stimulativnim učinkom na izražanje genov energetskega metabolizma poživl razgrajevanje sladkorjev in sproščanje energije. Ta potem poganja druge metabolične procese, kot so rast, obnova, razstrupljanje, odpornost, fizični in mentalni napor, učenje, tudi libido... Zanimivo je, da to novo metabolično stanje ne potrebuje trajne prisotnosti prožilnega dejavnika, ampak po premiku zavzame stabilno, energetske ugodnejšo pozicijo v epigenetski pokrajini.

Visoko energetske stanje po ibogi omogoča mentalno živost, kar pomaga pri odpravljanju notranjih konfliktov, zaradi katerih živi človek v strahu in tesnobi. Človek s pomočjo psihotropnega učinka iboge napravi neke vrste inventuro podzavesti, pri tem

pa gre za iniciacijo, vstop v novo življenjsko obdobje, s katero se delo na sebi pravzaprav šele začne. V tem stanju dobi vpoglede, uvide v neke stvari, ki jih mora spremeniti, in v kolikor se želi osvoboditi svojih vzorcev, mora te spremembe tudi izpeljati in učvrstiti. Iboga da nek nov začetek, vse ostalo pa mora narediti človek sam in v kolikor ne posvoji sprememb v načinu razmišljanja in življenja, se zlahka povrne v prejšnji stadij. Iboga sama ne zmore popraviti vse škode, ki si jo je nekdaj napravil z nezdravim načinom življenja. Še vedno ga čaka veliko težav, ampak življenjski trend ni več negativen. Lažje prenaša svojo stisko in se spopada s tegobami, ki mu jih je nagrmadilo življenje. Iboga osmisli pot, preskrbi moč in obudi zaupanje v ozdravitev.

Registracija

Znanstvene raziskave so opravljene vse do stopnje kliničnega preizkušanja na človeku. V začetku devetdesetih let so v ZDA odobrili in opravili začetne klinične poizkuse, tako da nekaj podatkov je objavljenih in v njih ni zaslediti konkretnih varnostnih pomislekov, testiranje pa se je vseeno ustavilo. Razlag, zakaj je tako, je toliko, kot je sogovornikov. Tisti nagnjeni k teorijam zarote trdijo, da gre za vpliv farmacevtskega lobija, ki da ne želi učinkovitega zdravila za odvisnost. Nekateri pravijo, da enostavno niso uspeli zagotoviti zadostnih sredstev za drag postopek, kar je tudi dokaj realna možnost. Naravnih substanc se namreč ne da patentirati in težko je pridobiti zasebna sredstva. Najverjetneje je, da je v takratnem času v javnem zdravstvu prišlo do preboja medicinskega modela odvisnosti, ki pravi, da je odvisnost kronična in ponavljajoča bolezen, torej neozdravljiva, ki pa da jo je mogoče zdraviti z nadomeščanjem telesu manjkajočih snovi. V takratnem času se je ta paradigma zdela bolj verjetna in obetavna. Iboga je po drugi strani takrat še puščala določena odprta vprašanja, farmakodinamika ni bila ustrezno pojasnjena in tudi njeno delovanje je precej zapleteno, saj je tu še njen psihoaktivni vidik.

Raziskave na področju ibogaina pa so v zadnjih petih letih doživele pravo renesanso, kar se vidi že po številu publikacij v znanstvenih revijah. Ta obnovitev zanimanja za ibogo je posledica razočaranja nad rezultati dosedanje doktrine. Koncept ozdravljivosti zasvojenosti s korekcijo epigenetskega spomina, za kar pri ibogi pravzaprav gre, substitucijskega zdravljenja v določeni fazi zasvojenosti ne izključuje. Je pa pomembno, da so zasvojenec na voljo tudi zdravila in postopki, ki ciljajo na trajno abstinenco ali pa vsaj na prekinitvev kompulzivnosti poseganja po substanci oz. vedenjskem vzorcu. Za doseg tega cilja pa je potrebno interdisciplinarno sodelovanje internistov, ki morajo poskrbeti, da se telo varno detoksicira in pridobi nazaj svoje fiziološko delovanje, in psihoterapevtov, ki človeku pomagajo povrniti psihološko ravnovesje. Tu je še vzgoja, izobraževanje in socialno delo, ki pomagajo človeku najti njegovo mesto v družbi. In potem gre tu za svetovnonazorski oz. duhovni vidik. Gre za kompleksno področje, ki zahteva timsko delo. Razumeti pa je treba, da je upravičenost nekega postopka vedno v odnosu

med koristjo in tveganjem in da je ta v primeru iboge zelo individualna. Še posebej to velja v primeru uporabe za detoksikacijo, kjer obstajajo določene kontraindikacije in tveganja, ki pa so smiselno lahko upravičena glede na infavstnost nekaterih oblik zasvojenosti.

Detoksikacija z ibogo je za odvisnike sicer precej mamljiva, ker imajo v prvi vrsti strah pred krizo, ampak kljub temu je bolje, da se človek predhodno detoksicira, kar je sicer malce bolj naporno, a vendarle ustrežnejše. Ljudje dostikrat polni različnih substanc zaužijejo ibogo v želji, da jim bo le-ta pomagala ubežati abstinencijski sindrom. Za ta učinek so potrebni relativno veliki odmerki, ki sami po sebi povečujejo možnost zapletov. Poleg tega pa lahko tiste substance, ki so še v telesu, navzkrižno delujejo z ibogo in pripeljejo do življenja ogrožajočih zapletov.

Marsikdo poreče: »Čemu potem iboga, ko sem enkrat čist?!« Pa to ni tako. To mislijo začetniki, kajti ljudje s stažem vedo povedati, da so že velikokrat abstinerjali, pa so slej ko prej spet zapadli v odvisnost in da se tega začaranega kroga ne morejo rešiti. Ostati »čist« je velik problem in ti odvisniki, ki se tega zavedajo, so dosti bolj zreli, da skozi ibogo ponovno najdejo stabilnost in radost v življenju brez drog. Iboga človeku osmisli bivanje. Tako deluje pri vseh oblikah zasvojenosti, saj odpravlja vzroke zanje. Uporaba drog je ponavadi ponesrečena oblika samozdravljenja. Droge ti na kratki rok pomagajo odvrniti tesnobo, depresijo in imajo svoje pozitivne učinke, a ti izredno hitro izzvenijo in prinesejo kopico težav. Izraz zloraba drog je tu neustrezen, kajti nihče ne jemlje droge z namenom, da bo hudoben, da bo nekemu naredil slabo ipd., ampak je njegova želja, da bi bil bolj v soglasju z okolico, da bi našel mir. Droga na kratki rok nekaj tega da, ampak obstrebi so zelo visoke. Tu ne gre samo za kemične odvisnosti, ampak tudi za škodljive vedenjske vzorce, kot je npr. hazard. Ne nazadnje je tudi deloholija, pred katero si zatiskamo oči, beg pred samim seboj in kot taka izredno težko ozdravljiva zasvojenost. Potem imamo tudi zasvojenost s športom, ki je lahko zelo škodljiva. Te zasvojenosti je težko zdraviti, saj veljajo za družbeno sprejemljive ali celo zaželene. Ljudje pa pri vsem tem pozabljamo, da je odmerek tisti, ki dela strup.

Vloga javnega zdravstva

Med zdravniki je mnenje glede uporabe iboge za zdravljenje precej različno, ali pa ga nimajo. Vse več pa je strokovnjakov, ki menijo, da na področju odvisnosti večina terapij ne dosegata zadovoljivih rezultatov. Veliko pozornosti se posveča iskanju učinkovitejših zdravil z manj stranskih učinkov. Substitucija seveda je oblika zdravljenja, ampak je tudi odlaganje ozdravitve na pozneje. Metadon je zdravilo v toliko, kolikor je posojilo rešitev za revščino. Lahko da je, le da moraš imeti zelo dober poslovni plan, saj se ti drugače lahko zgodi, da toneš vse globlje. Zdi se, da ta paradigma rešuje problem bolj na epidemiološki ravni. Ta oblika kolektivizma se v zdravstvu kaže kot dajanje prednosti javnemu zdravju pred zdravjem posameznika. Povečini gre za isti interes, včasih pa vendarle ne. V takem primeru

mora zdravnik dosledno dati prednost slednjemu, saj se ne zdravi bolezn, ampak bolnika.

Izkušnje kažejo, da so spremembe v odnosu do utečenih praks in medicinskih dogem trd oreh. Taka je vsekakor definicija odvisnosti kot kronične bolezni. V kolikor je nek pristop inovativen, se zdravnik v strahu za svoj ugled raje skriva pod doktrino, čeprav sam dvomi v njo. Pogosto si umije roke z nasvetom, da postopek ni registriran, in se umakne kljub zavedanju, da bo človek to izpeljal in bo tako prepuščen sam sebi. Mačehovski odnos medicine glede iboge obsojam, še posebej zaradi zadnjih štiridesetih let, ko je bilo o tej temi dognanih precej pomembnih znanstvenih odkritij. Tudi spontana urbano-tradicionalna raba, njena farmakovigilanca in celo trend naraščanja uporabe na Zahodu zahteva konstruktivno udeležbo zdravstva. Vsaj kar zadeva zdravljenje, uporaba v religiozne namene je druga zgodba. Četudi zdravnik iboge ne predpiše, je še vedno zavezan k sodelovanju vsaj s strani zagotavljanja varnosti. Ne nazadnje pa tudi zdravstvena zakonodaja določa izjeme. Epidemija zasvojenosti s kokainom, ki smo ji priča v Evropi, je lep primer potrebe po novih pristopih v zdravljenju zasvojenosti. Uradnega zdravila ni. Tako 35. člen Helsinške deklaracije zdravnikom dovoljuje uporabo še nepreizkušenih zdravil, kadar ni na voljo druge učinkovite terapije.

Pri tem pa je potrebno vedeti, da iboga ni povezana samo z zdravljenjem, saj se kar tretjina ljudi na Zahodu za izkušnjo iboge odloča kot zdrava populacija, izključno iz psihospiritualnih vzgibov v iskanju neke globlje, transcendentne resnice in po njej posežejo zaradi osebnostne rasti. To ni zdravljenje, gre tudi za bistveno manjše odmerke, kot so potrebni za detoksikacijo. Tu je uporaba relativno varna, nikakor pa ni mogoče popolnoma izključiti možnosti še nepoznatih učinkov. Tudi tu je posvet z zdravnikom smiseln, če je mogoč. Če pa se v teh časih krize identitete o takih stvareh ne moreš pogovoriti s svojim osebnim zdravnikom, je čas, da zdravnika zamenjaš.

Javno zdravstvo do iboge nima primernega odnosa in za zasvojenca in njegove bližnje je to stanje tisto, ki jih pušča v nevednosti in jih posredno tudi ogroža. Je pa to stanje po eni strani tudi dobro, saj se odvisnik sam angažira in išče poti, kar pomeni, da zavzema tvoren položaj v procesu zdravljenja. V medicini odvisnosti se človeka ne da zdraviti, človek se zdravi, kot lepo opiše slovenščina s povratnim glagolom. Zdravnik je le asistent, kar pa nekaterim ne diši. Samopomembnemu so ljubši »pacienti«, torej pasivnost bolnika. Tak zdravnik ne bo pozdravil nikogar. Še posebej ne, če bo temu svojemu bolniku dopovedoval, da ima neozdravljivo bolezen....

Po drugi strani pa je tudi res, da to stanje pušča določene pasti, saj je v zadnjih letih iboga postala relativno dobro poznana, še zlasti v krogu odvisnikov, in ker ni urejene, kakovostne ponudbe, se je tukaj odprlo tudi tržišče za mazače. Iboga se prodaja kot zdravilo po raznih oglasih, najdete celo ljudi, ki organizirajo zdravljenja in pri tem nimajo nobene izkušnje z ibogo in niti ne osnovnega medicinskega znanja. Glede tega to stanje ni dobro in čutim hudo pomanjkanje sodelovanja javnega zdravstva,

predvsem sodelovanja pri zmanjševanju tveganja pri ljudeh, ki so se za to pot odločili na lastno pobudo. Mi take pomoči nimamo. Francija, Nemčija imajo fitoterapevtska svetovanja v sklopu javnega zdravstva na stroške zavarovalnice. Določen odstotek ljudi se bo za ibogo odločil tudi za namen detoksikacije, ne glede na njen pravni status, in če jim zdravniki ne bomo pomagali varno izpeljati tega postopka, lahko pričakujemo zaplete.

Evropska naravna in kulturna dediščina

Zahodna civilizacija temelji na grški kulturi in že Odisej je od Hermesa prejel rastlino, s pomočjo katere je uspel rešiti

svoje mornarje. Te je čarovnica Kirka spremenila v prašiče, kar pa je seveda samo prisposodba za pijančevanje, ki je mornarje odvracalo, da bi poprijeli za vesla in se odpravili na pot domov. Identiteta te rastline je danes razkrita, pomembno pa je, da je že Odiseju prav s pomočjo te rastline uspelo premagati urok zasvojenosti.

Primer iboge, pa tudi drugih domačih in tujih enteogenih substanc, lepo prikaže potrebo po celostnem pristopu k zdravju. Medsebojna horizontalna in vertikalna prepletenost vplivov na vseh ravneh, od celice preko posameznika do skupnosti, znova pokaže, kako kompleksen je pojem – zdravje.

E-naslov: roman.paskulin@siol.net