



SHUTTERSTOCK

PSIHEDELIKI SE VRAČAJO

Do sedemdesetih let prejšnjega stoletja so z LSD in drugimi psihedeliki potekale številne raziskave o njihovih potencialih za zdravljenje nekaterih duševnih motenj. Zdaj se počasi spet vračajo.

TJAŠA ZAJC
tjasa.zajc@finance.si

Kljub zaprtim očem je videl svetlobo nepojmljive in nepredstavljive moči, kot bi videl milijon sonc. Njegova zavest je zapustila telo, izgubil je stik z asistentko, s kliniko, Prago, s planetom, pristal v fizičnem vesolju in njegova zavest je sprejela vse, kar obstaja, postala eno s svetom in okolico ... Tako je svojo prvo izkušnjo z LSD iz leta 1956 opisal češki psihiater Stanislav Grof na Svetovnem forumu o psihedelikih leta 2008. Z LSD se je kmalu po končani medicinski fakulteti srečal kot prostovoljec v raziskavi svojega mentorja, ki je meril vpliv tega psihedelika na možganske valove. »Seansa je bila fascinantna. Na začetku sem videl kalejdoskopski razpon barv in vzorcev, nato se je svet odprl in sem odkrival dele svoje

preteklosti vse do otroštva,« je dejal Grof. Še močnejša izkušnja je sledila po eksperimentu z žarometu podobno lučjo stroboskopom. Na vrsti je bil po treh do štirih urah po zaužitju LSD. »Asistentka mi je na glavo namestila elektrode za merjenje možganske aktivnosti, nato pa prinesla velik stroboskop in me prosila, naj zaprem oči. Ko me je osvetlila z močno svetlobo, je celotna izkušnja prešla na povsem novo raven,« je med drugim povedal Grof. Izkušnja je spremenila tako njegovo zasebno kot poklicno življenje. Njegova strast je postalo proučevanje spreminjenih stanj zavesti. Postal je eden najprepoznavnejših raziskovalcev na tem področju.

Psihedelična izkušnja

»Psihedelično izkušnjo je mogoče doživeti različno. Lahko jo sprožijo psihedeliki od psilocibina, meskali-

na, ajavasko, ibogaina, LSD do drugih substanc, doseči jo je mogoče tudi s tehniko holotropnega dihanja - dlje časa trajajočega hitrega in globokega dihanja. Ko je drugo stanje zavesti doseženo, se um in pozornost preusmerita v posameznikovo notranjost. »V psihedeličnosti naj bi šel človek nazaj od jaza k sebstvu. Iz priučenega ega, torej tega, kar nalagamo skozi svoje izkušnje, posameznik v stanju zamaknenosti svet znova vidi skozi otroške oči, naivno, bolj iskreno. To ne pomeni, da bo po zaužitju psihedelika pozabil vse, česar se je v šoli naučil, bo pa obnovil določeno zavedanje sebe, ki se mu je od tujil. To mu bo v vsakdanjem življenju pomagalo, da ne bo na primer ves čas nevrotičen, sposoben bo drugače obravnavati težave in se ob izzivih ne bo izčrpaval,« razlaga psihofarmakolog in terapevt medicinske hipnoze Roman Paškulin. Drugače

od rekreativnih drog take substance omogočajo trajne bivanjske premike, dodaja. Gre za to, da je psihedelična izkušnja dovolj močna, da ljudi spodbudi in jim omogoča lažje ponotranjenje novih konceptov oziroma drugačno življenje.

Raziskave

Na temo različnih psihedelikov in psihedeličnih izkušenj zdaj poteka veliko srečanj in vse več znanstvenih raziskav. Po 40 letih, odkar je LSD prepovedan, je bila lani v Švici končana študija uporabe LSD za zdravljenje anksioznosti pri posameznikih z življenjsko ogrožajočimi stanji. Takšni bolniki zaradi eksistenčne grožnje pričakovanja konca življenja pogosto čutijo velike bolečine in tesnobo. LSD jo po študiju iz sedemdesetih lahko občutno zmanjša. Intenzivno se z raziskovanjem psihedelikov ukvarjata tudi ameriška or-



LSD se je od petdesetih do sedemdesetih let prejšnjega stoletja aktivno uporabljal za zdravljenje alkoholizma, depresije in zmanjševanja tesnobe pri naprednih oblikah raka. Leta 1967 je bil uradno prepovedan.

ganizacija MAPS in britanska fundacija Beckley, kjer opravljajo raziskave o potencialih psihedelične substance MDMA pri potravnatski stresni motnji, uporabe psilocibina pri rakah bolnikih in podobno. Za zdaj raziskave potekajo na majhnih vzorcih, saj so resne študije drage že same po sebi, otežuje pa jih tudi dejstvo, da gre za raziskovanje prepovedanih substanc, kar od raziskovalcev zahteva dodatna dovoljenja in licence.

Toda javnost je zanje očitno zainteresirana. Fundacija Beckley je pred kratkim v 48 urah prek množičnega financiranja zbrala zelenih 25 tisoč funtov oziroma 35.200 evrov za raziskave potencialov klinične uporabe LSD. V Sloveniji so se v zadnjih dveh mesecih zvrstili trije dogodki na temo psihedelikov. Marca je bila na Facebooku ustanovljena skupina Psihedelično društvo Slovenije. Kot pravi njen ustanovitelj Rok Žibrat, se skupina trenutno še ne bo oblikovala v društvo, tudi radikalnih akcij za legalizacijo psihedelikov ni v načrtu v bližnji prihodnosti. Glavni namen je ozaveščanje javnosti in da se tisti, ki jih to zanima, lahko o temi kje poučijo.

Zgodovinski nesporazum?

LSD se je od petdesetih do sedemdesetih let prejšnjega stoletja aktivno uporabljal za zdravljenje alkoholizma, depresije in zmanjševanja tesnobe pri naprednih oblikah raka. Leta 1967 je bil uradno prepovedan. »Šlo je za čas vietnamske vojne, in ko se je LSD razširil med populacijo, so mladi Američani ugotovili, da se ne želijo več boriti v dolgoletnih vojnah,« je v intervjuju za The Independent dejal Robin Carhart-Harris, ki s slikanjem možganov ugotavlja, kako na posameznika vplivajo psihedeliki. Zaradi tega so bili psihedeliki označeni kot grožnja družbi in vladi. LSD in drugi halucinogeni (psilocibin, meskalin ...) še danes sodijo v prvo skupino prepovedanih drog, ki je definirana kot skupina rastlin in substanc, «ki so zelo nevarne za zdravje ljudi zaradi hudih posledic, ki jih lahko povzročijo njihova zloraba, in se ne uporabljajo v medicini.« To je po mnenju britanskega psihiatra in nevropsihofarmakologa Davida Nutta, ki je tudi nekdanji vodja britanskega vladnega svetovalec odbora za zlorabo drog, ena najučinkovitejših dezinformacij v človeški zgodovini. »Ljudem je vcepila prepričanje, da so te droge bolj škodljive, kot so. Niso trivialne droge, a v primerjavi z drugimi, ki vsako leto ubijejo tisoče ljudi, kot so tobak, alkohol in heroin, imajo varne statistike, in kolikor vemo, zaradi njih še nihče ni umrl,« je dejal za The Guardian.

■ Nadaljevanje na 16. strani

■ Nadaljevanje s 15. strani

Zdaj se raziskave o možnih vplivih halucinogenov vračajo. Organizacija MAPS se poleg raziskav potencialov teh substanc pri obravnavi anksioznosti ukvarja tudi z raziskavami uporabe v spiritualnosti, kreativnosti in osebnostni rasti.

Nevarnost igranja z duševnostjo

Psihedeliki niso povsem brez nevarnosti. Pri evropski zvezi psihoanalitičnih psihoterapevtov (ECP) akreditirani psihoterapevt Miha Štrukelj je do njihove uporabe zadržan z več vidikov. Kot pravi, psihedelična izkušnja ne omogoča predelave vsebin, ki nam povzročajo težave v vsakdanjem življenju, ampak izkušnjo občutkov in čustev ter s tem vstop v središče neznanega. »Nemogoče je predvideti, kaj bo človek ob takem nasilnem vstopu v svojo duševnost našel in kako bo to prenesel. Večina ljudi, ki se znajdejo v stiski in pridejo na psihoterapijo, ne potrebuje rušenja obrambno-varovalnih mehanizmov, kar se lahko zgodi pri psihedelični izkušnji, ampak podporo pri njihovi gradnji,« opozarja Štrukelj. Takšna izkušnja pri nekaterih posameznikih lahko privede do neravnovesja, ki onemogoča normalno delovanje (psihične dekompenzacije s simptomi psihoze). Druga nevarnost je psihična odvisnost, hkrati pa je težko ločiti, ali gre pri takšni uporabi za zlorabo - zatekanje v drogo - ali zdravljenje, še komentira Štrukelj. »Različne bližnjice, ki se v različnih oblikah in vsakič znova pojavljajo, so tudi odsev naše narcisistične družbe, ki bi rada z nič truda prišla do rezultatov, vendar je Jung že davno ugotovil, da je edina bližnjica ovinek.«



TJASA ZAJC

■ **»Ko bomo na psihedelike začeli gledati kot potencialno zdravilo, bo drugače, kot dokler jih družba gleda z vidika drog za žur,« pravi zdravnica in psihoterapevtka Mina Paš.**

Pomen pravega okolja in namena

Uporaba, pri kateri bi posameznik iskal hitro rešitev, nikakor ne bo delovala, pravi Mina Paš, ki med drugim s psihoterapijo pomaga odvisnikom od drog. »Vedeti pa moramo, da ljudje, ki so že leta odvisni, zelo trpijo zaradi tega in obupano iščejo poti ven. Pri psihedelikih je zelo pomembna namera. Če so vzeti v pravilnem kontekstu, ob človeku, ki mu posameznik zaupa in ga varuje, lahko prinesejo pozitivne uvide.« Hude travmatizacije zaradi spominjanja travm iz preteklosti se lahko zgodijo predvsem v nenadzorovanih, kaotičnih okoljih, kar so množice in zabave. »Do teh substanc bi morali dolgoročno razviti neki odnos. Ko bomo te stvari začeli gledati kot potencialno zdravilo, bo drugače, kot dokler jih družba gleda z vidika drog za žur,« pravi Mina Paš.



TJASA ZAJC

■ **»Nemogoče je predvideti, kaj bo človek ob takem nasilnem vstopu v svojo duševnost našel in kako bo to prenesel,« pa opozarja psihoanalitični psihoterapevt Miha Štrukelj.**

Roman Paškulin, ki se trenutno ukvarja z raziskovanjem potenciala uporabe ibogaina proti zasvojenostim in pri bolnikih s Parkinsonovo boleznijo, na drugi strani tudi težjo izkušnjo ob soočanju z vzroki za notranjo napetost (tako imenovani bad trip) vidi kot priložnost, ki lahko pozitivno vpliva na posameznikov življenjski potek. »Boleča katarza bremena napačnih odločitev in simulacija možnih prihodnosti človeku omogočata, da svoje potencialne ponovitve negativnih vedenjskih vzorcev predvidi ter dobi voljo in moč, da jih opusti. Bad trip je tako pravzaprav dotik grozečega dna, ne da bi se to v realnosti moralo zgoditi. Tako se lahko izognemo predolgi poti do potrebnega terapevtskega uvida, ki se sicer lahko šteje v letih, pridruženih boleznih, porušeni odnosih in podobno.«



TJASA ZAJC

■ **»Boleča katarza bremena napačnih odločitev in simulacija možnih scenarijev prihodnosti človeku omogočata, da predvidi svoje potencialne ponovitve negativnih vedenjskih vzorcev,« je prepričan psihofarmakolog in terapevt medicinske hipnoze Roman Paškulin.**

Psihedelična izkušnja je lahko del širšega prizadevanja za spreminjanje vzorcev delovanja, ob tem pravi psiholog Vid V. Vodušek, zaposlen na Psihiatrični kliniki v Ljubljani, ki pri svojem delu ne uporablja psihedelikov: »LSD sam po sebi, kot marihuana ali druga psihoaktivna substanca, tudi psihofarmakoterapija, ne more zdraviti duševnih motenj. Lahko pa se vpne v dobro nastavljen terapevtski proces. Temelj je dobro vzpostavljeno odnosa med terapevtom in pacientom.«

Definicija smisla psihedelikov

Ko je Carhart-Harris z raziskovalci intervjuval preiskovance pod psihedelik, so izkušnjo po moči primerjali z življenjskimi prelomnicami - rojstvom otroka, hudo boleznijo, skorajšnja smrtjo. Že Grof je pisal, da ni pretiravanje, da bi lahko bili psihedeliki, uporabljeni odgovorno

in s primerno previdnostjo, za psihiatrji to, kar je mikroskop za biologijo in medicino ter teleskop za astronomijo. Ta orodja omogočajo študiranje procesov, ki v vsakdanjih okoliščinah niso na voljo za neposredno opazovanje. Vid V. Vodušek kot nujnost pri morebitni psihedelični psihoterapiji vidi, da bi jo izvajali ljudje z dovolj kliničnega znanja za prepoznavanje težjih duševnih motenj. »Če nimaš prave izobrazbe in izkušenj, da znaš prepoznati latentno shizofrenijo ali latentno bipolarno motnjo, imaš lahko tudi po 40 psihoterapevtskih srečanjih s pacientom občutek, da proces dobro teče, pacient izkazuje neke uvide, nato pa na neki točki pride do popolne psihične dekompenzacije. Vzporednica LSD in analitične psihoterapije je tu upravičena, saj oboje nekako spodbudi to, da pridejo na dan vsebine, ki so praviloma nezavedne, torej rahlajajo 'meje ega', kar pa ima pri posameznikih z gensko dispozicijo za težje duševne motnje lahko uničevalne učinke.«

Dan, ko bi bili psihedeliki dejansko uporabljani v uradni medicini, je še precej daleč. Poleg pravne zahtevnosti prerazporeditve se seznama prepovedanih drog so bile študije o njihovi uporabi doslej delane, kot že omenjeno, na majhnih vzorcih. Zgodovinsko gledano, med drugim omenja Vodušek, se psihedeliki niso nikoli primarno uporabljali za zdravljenje. Vračni so prek te izkušnje stopali v stik s transcendo in s tem v družbi igrali pomembno vlogo v imenu neke druge resnice in razširjanja zavesti. Njihovo vračanje skozi medikalizacijo je le začetek, ki odpira številna družbena vprašanja od legalizacije, resnice do svobode izbire.

Finance Digital & Weekend

za samo **18,50 €** / mesec

Info: 080 15 80
www.finance.si/narocam

