

Jak se MĚNÍ vědomí

Co nás moderní věda
o psychedelikách učí
o vědomí, umírání, závislosti,
depresi a transcendenci

Michael Pollan

Jak se mění vědomí:
Co nás moderní věda o psychedelikách učí o vědomí,
umírání, závislosti, depresi a transcendenci

How to Change Your Mind
Copyright © 2018 by Michael Pollan

Překlad: Lenka Adamcová
Verše Aldouse Huxleyho a Humphryho Osmonda přeložil Štěpán Hlavsa
Překlady ostatních veršů jsou vlastním dílem překladatelky Lenky Adamcové

Předmluva: Vojtěch Viktorin
Odborná korektura: Eliška Antošová
Jazyková korektura: Eliška Srncová
Sazba: Martin Nezbeda
Obálka dle originálu: Tereza Švarcová
Odpovědná redaktorka: Iva Chvojková Růžičková
Tisk: FINIDR, s.r.o.



Vydalo Nakladatelství Audiolibrix
Makovského 1334/26, Řepy, 163 00 Praha 6
v roce 2024 jako svou 49. publikaci
První vydání

Připomínky: audiolibrix.cz/pripominky
Detail titulu: audiolibrix.cz/vedomi
Objednávky knih: audiolibrix.cz/objednavky

Při diskusi o knize použijte hashtag #vedomi
Kniha je dostupná také jako audiokniha
na audiolibrix.cz/vedomi

České vydání © Audiolibrix s.r.o. 2024
Všechna práva vyhrazena
audiolibrix.cz/nakladatelstvi

Žádná část této publikace nesmí být kopírována a rozmnožována
za účelem rozšiřování v jakékoli formě či jakýmkoli způsobem
bez písemného souhlasu vydavatele.

ISBN 978-80-88494-42-3 (paperback)
ISBN 978-80-88494-44-7 (epub)
ISBN 978-80-88494-43-0 (pdf)

Pro mého tátu.

OD Michaela Pollana TAKÉ VYŠLO:

Cooked

Food Rules

In Defense of Food

The Omnivore's Dilemma

The Botany of Desire

A Place of My Own

Second Nature

Duše by měla být stále pootevřená.

– EMILY DICKINSON –

Vážení čtenáři,

Tato kniha je fascinující cestou do světa psychedelických látek a jejich vlivu na naše vnímání reality a sebepoznání.

Přístup Michaela Pollana k tématu je jedinečný. Jako novinář a spisovatel se nezabývá pouze vědeckými fakty, ale také osobními zkušenostmi a historickým kontextem doby, kdy byla psychedelika objevována západní společností. Popisuje potenciál těchto látek nejen v oblasti základního výzkumu a medicínského využití, ale také v oblasti osobního a duchovního růstu.

Psychedelika mají schopnost změnit naše vnímání sebe samých i světa kolem nás. Mohou nás přivést k hlubšímu pochopení fungování naší psychiky a našeho místa na této planetě. Kniha *Jak se mění vědomí* přináší svědectví o tom, jak psychedelika mohou pomoci lidem překonat hluboká emoční zranění a najít nové perspektivy v životě. Pollan zdůrazňuje, že použití těchto látek musí být prováděno s respektem, pod odborným dohledem a v rámci bezpečného a kontrolovaného prostředí – což dnes nacházíme v metodě psychedeliky asistované psychoterapie.

Duševní zdraví je jednou z největších výzev, kterým naše moderní společnost čelí. Chronický stres, úzkost, deprese a další psychické problémy postihují miliony lidí po celém světě. Látky jako psilocybin, LSD, MDMA či ketamin ve spojení s psychoterapií již dnes přinášejí revoluci v pojetí léčby duševních onemocnění, sjednocení farmakoterapie a psychoterapie. Michael Pollan svou knihou přispívá k destigmatizaci těchto látek a ukazuje, že mohou být cenným nástrojem pro zlepšení duševního zdraví.

Pollan se ve své knize zabývá hlavně událostmi v USA, nicméně Česko je také významným místem pro psychedelický výzkum a léčbu. Ještě předtím, než Aldous Huxley sepsal své zážitky s mezkalinem v knize *Brány vnímání*, v Čechách prováděl auto-experimenty Svetozar Nevole. Kromě Stanislava Grofa, který zkoumal LSD pod Dr. Vojtěchovským ve Výzkumném ústavu psychiatrickém v Praze, je nutno zmínit ještě další tři centra psychedelického výzkumu aktivní od 50. do 70. let minulého století: skupinu Dr. Roubíčka

ve Všeobecné fakultní nemocnici v Praze, skupinu Dr. Hausnera v klinice Sadská u Poděbrad a skupinu Dr. Kratochvíla v Psychiatrické léčebně v Kroměříži. Následně přišel zákaz výzkumu a kriminalizace těchto látek, stejně jako všude po světě. Nyní se nacházíme v období tzv. psychedelické renesance; výzkum a léčba pomocí psychedelik v Česku po období represe pokračuje. Aktuálně pod vedením Dr. Tomáše Páleníčka v Centru výzkumu psychedelik v Národním ústavu duševního zdraví zkoumáme účinky psilocybinu v léčbě deprese a v psychedelické klinice Psyon léčíme mnohé psychické poruchy ketaminem asistovanou psychoterapií.

Osobně jako terapeut jsem svědkem toho, jak hluboký dopad mohou psychedelická sezení mít na jednotlivce. V kontrolovaných a profesionálně vedených terapeutických sezeních mohou tyto látky otevřít dveře k hlubokým osobním změnám a léčení. Tato kniha tedy není jen knihou o tom, jak si západní společnost spletla psychedelické látky s tvrdými drogami, a znamenala tak jejich výzkum na mnoho let; je to kniha o lidské zkušenosti a možnostech změny. Pollan nás vyzývá, abychom se otevřeli novým myšlenkám a prozkoumali možnosti, které psychedelika nabízejí pro zlepšení kvality života. Tato kniha je důležitým příspěvkem k současnému dialogu o duševním zdraví a k pochopení a integraci těchto látek do moderní medicíny a psychoterapie.

Doufám, že české vydání této knihy přinese čtenářům stejně inspirující a obohacující zážitek, jaký přineslo čtenářům po celém světě. Nechť vám tato kniha otevře nové obzory a pomůže změnit váš pohled na mysl a její možnosti.

*Vojtěch Viktorin,
klinický psycholog a psychoterapeut,
Psychedelická klinika Psyon*

Obsah

PROLOG:

Nová brána	12
-------------------	----

1. KAPITOLA

Znovuzrození	32
---------------------	----

2. KAPITOLA

Přírodopis: Zhoubičkovaný	99
Epilog	149

3. KAPITOLA

Historie: První vlna	159
Část I.: Příklad	166
Část II.: Kolaps	210
Epilog	246

4. KAPITOLA

Cestovatelská přednáška:	
Cesta do undergroundu	249
První trip: LSD	266
Druhý trip: Psilocybin	285
Třetí trip: 5-MeO-DMT (neboli Ropucha)	304

5. KAPITOLA

Neurověda: Váš mozek na psychedelikách	325
---	-----

6. KAPITOLA

Léčba tripem:	
Psychedelika v psychoterapii	368
Umírání	368
Závislost	397
Deprese	415
Epilog: Mám schůzku s vlastní sítí defaultního módu	432
Epilog:	
Chvála neurální rozmanitosti	438
Slovníček	457
Poděkování	466
Poznámky	470
Bibliografie	482

PROLOG

Nová brána

NĚKDY V POLOVINĚ dvacátého století na Západ vtrhly dvě neobvyklé nové molekuly, organické látky s nápadně podobnou strukturou. Časem změnily běh společenských, politických a kulturních dějin, stejně jako osobní historii milionů lidí, kteří s nimi seznámili svůj mozek. Čirou náhodou se příchod těchto převratných chemikálií odehrál ve stejnou dobu jako jiná historická světová exploze – výbuch atomové bomby. Někteří lidé srovnávali tyto dvě události a poukazovali na kosmickou synchronicitu. Do světa byly uvolněny výjimečné nové energie. Nic už nemělo být v budoucnu stejné.

První z těchto látek byl náhodný vědecký objev¹. Dietylamid kyseliny lysergové (LSD) jako první syntetizoval Albert Hofmann v roce 1938, krátce předtím, než fyzikové poprvé rozštěpili jádro atomu uranu. Hofmann, který pracoval pro švýcarskou farmaceutickou firmu Sandoz, hledal nějaké léčivo na podporu krevního oběhu, nikoli psychoaktivní látku. Až teprve o pět let později, když náhodou požil miniaturní množství této nové chemikálie, pochopil, že stvořil cosi mocného, děsivého a úžasného současně.

Druhá látka už byla lidem známá po tisíce let, byť si toho nikdo v rozvinutém světě nebyl vědom.² Tato molekula vytvořená nikoli rukou člověka, ale nacházející se v nenápadné hnědé houbičce, začala být známá pod názvem psilocybin. Domorodé národy Mexika a Střední Ameriky tuto látku používaly jako svátost už po celá staletí. Aztékové ji nazývali *teonanácatl* neboli „tělo bohů“. Římskokatolická církev její používání po dobytí území domorodých kmenů Španěly brutálně potlačovala. V roce 1955, dvanáct let poté, co Albert Hofmann objevil LSD, jeden manhattanský bankéř a amatérský mykolog jménem R. Gordon Wasson získal vzorek kouzelné houbičky ve městě Huautla de Jiménez v jihomexickém státě Oaxaca. Dva roky nato vydal v časopise *Life* patnáctistránkovou zprávu o „houbách, které způsobují podivné vize“, a vyznačil tak milník, kdy se zprávy o nové formě vědomí poprvé dostaly k široké veřejnosti.³ (V roce 1957 byly informace o LSD omezené na komunitu výzkumníků a odborníků na mentální zdraví.) Několik dalších let si lidé neuvědomovali dosah a závažnost toho, co se stalo, v dějinách Západu se ale odehrávaly důležité změny.

Tyto dvě látky měly na lidstvo obrovský vliv. Příchod LSD je možné uvést do spojitosti s revolucí ve vědeckém výzkumu mozku, která začala v padesátých letech dvacátého století, kdy vědci objevili úlohu neurotransmiterů v mozku. To, že množství LSD v řádu mikrogramů dokázalo vyvolávat symptomy připomínající psychózu, inspirovalo vědce zabývající se výzkumem mozku k hledání neurochemické podstaty mentálních chorob, o nichž se do té doby předpokládalo, že jsou původu psychického. V té samé době si psychedelika našla cestu do psychoterapie, kde se používala k léčbě řady poruch včetně alkoholismu, úzkosti a deprese. Po většinu padesátých a na počátku šedesátých let mnozí přední psychiatři považovali LSD a psilocybin za zázračné léky.

Příchod těchto dvou látek je také spojován se vzestupem alternativní kultury během šedesátých let dvacátého století a obzvlášť s jejím specifickým stylem a duchem. Poprvé v dějinách měli mladí vlastní přechodový rituál – „LSD trip“. Místo aby mladé začlenil do světa dospělých, jak to přechodové rituály vždy dělaly, tento je odnášel do říše myslí, o jejíž existenci mělo jen málo dospělých vůbec ponětí. Účinek na společnost byl mírně řečeno rušivý.

Nicméně koncem šedesátých let se zdálo, že sociální a politické šokové vlny rozpoutané těmito látkami opadají. Obrovskou publicitu začala získávat temná stránka psychedelik – bad tripy, psychotické zkratky, flashbacks, sebevraždy – a počínaje rokem 1965 bujarost provázející tyto nové látky ustoupila morální panice. Stejně rychle, jako společnost a vědecké špičky psychedelika přijaly, obrátili se všichni ostře proti nim. Koncem desetiletí byly psychedelické látky – které byly do té doby na většině míst legální – postaveny mimo zákon a zatlačeny do ilegality. Zdálo se, že alespoň jedna ze dvou bomb dvacátého století byla zneškodněna.

Pak se stalo něco nečekaného a působivého. Na počátku devadesátých let, dobře ukryta před zraky většiny z nás, se malá skupina vědců, psychoterapeutů a takzvaných psychonautů, přesvědčená, že věda i společnost cosi vzácného ztratily, rozhodla tento fenomén znovu objevit.

V současnosti, po několika desetiletích potlačování a odmítání, zažívají psychedelika renesanci. Nová generace vědců, mnozí z nich inspirovaní vlastními zkušenostmi s danými látkami, zkouší jejich potenciální vliv na léčbu duševních chorob, jako jsou deprese, úzkost, PTSD a závislost. Další vědci testují psychedelika v kombinaci s nástroji pro zobrazování mozkové činnosti, aby vyzkoumali spojení mezi mozkem a myslí v naději, že odhalí něco z mystérií vědomí.

Jedním z dobrých způsobů, jak pochopit nějaký složitý systém, je narušit ho a pak sledovat, co se bude dít. Urychlovač částic atomy štěpením nutí, aby odhalily svá tajemství. Podáváním psychedelik v pečlivě odměřovaných dávkách neurovědci dokáží zásadním způsobem narušit normální bdělé vědomí dobrovolníků, u nichž tyto látky rozpustí struktury jejich osobnosti a vyvolají to, co je možné popsat jako mystický prožitek. Když se to odehrává, je na zobrazovacích přístrojích možné sledovat změny v mozkové aktivitě a vzorcích spojení. Už tato práce přináší překvapivé vhledy do „neurálních souvislostí“ vnímání vlastního já a spirituálního prožitku. Stará otřepaná fráze ze šedesátých let, že psychedelika přinesla klíč k pochopení – a „rozšíření“ – vědomí, se už nezdá tak absurdní.

Jak se mění vědomí je příběhem tohoto znovuzrození. Přestože tomu tak zpočátku nebylo, jedná se o společenskou, ale současně také velmi osobní historii. Možná to bylo nevyhnutelné. Vše, co jsem se dozvídal o dějinách výzkumu psychedelik z druhé ruky, ve mně probouzelo touhu prozkoumat tuto novou krajinu také osobně – zjistit, jak vypadají změny ve vědomí vyvolávané těmito molekulami na vlastní kůži, co mě mohou naučit o *mé* vlastní mysli a jak mohou prospět mému životu, pokud nějaká taková možnost existuje.



BYL TO PRO MĚ zcela nečekaný zvrat událostí. Historie psychedelik, kterou jsem mapoval, není ta samá historie, kterou jsem žil. Narodil jsem se v roce 1955, v polovině desetiletí, kdy psychedelika vtrhla na americkou scénu, ale až teprve šedesátka na obzoru mě nasměrovala k vážným úvahám o tom, že bych poprvé LSD

vyzkoušel. Od člověka narozeného v době populační exploze to může znít nepravděpodobně, jako zanedbání určité generační povinnosti. Ale v roce 1967 mi bylo pouhých dvanáct let, takže jsem byl moc mladý na to, abych si byl víc než jen mlhavě vědom existence „léta lásky“ v San Francisku nebo tzv. San Francisco Acid Tests (série večírků pořádaných spisovatelem Kenem Keseyem zaměřených na užívání a obhajobu LSD, *pozn. překl.*). Ve čtrnácti letech jsem se mohl do Woodstocku dostat jedině v případě, že by mě tam dovezli rodiče. Většinu šedesátých let jsem prožíval prostřednictvím četby časopisu *Time*. Do doby, než do mého vědomí vplula myšlenka, zda vyzkoušet nebo nevyzkoušet LSD, už látka prošla svým rychlým mediálním vývojem od psychiatrického zázračného léku přes svátost alternativní kultury až po ničitele mladých myslí.

Byl jsem na druhém stupni základní školy, když jeden vědec oznámil (mylně, jak se později ukázalo), že vám LSD pomíchá chromozomy.⁴ Veškerá média, stejně jako náš učitel zdravotní výchovy, se snažili, abychom se o tom všichni dozvěděli. O několik let později televizní osobnost Art Linkletter začal brojit proti LSD, které vinil ze skutečnosti, že jeho dcera vyskočila z okna bytu a zabila se. Mělo se za to, že LSD nějak souviselo i s Mansonovými vraždami. Na počátku sedmdesátých let, kdy jsem nastupoval na vysokou školu, jako by všechno o LSD mělo nahánět hrůzu. Zapůsobilo to na mě. Spíš než dítětem psychedelických šedesátých let, jsem byl formovaný morální panikou, kterou halucinogenní látky následně vyvolaly.

Měl jsem také osobní důvod vyhybat se psychedelikům – drtivě úzkostné dospívání, které ve mně (a minimálně v jednom psychiatrovi) zanechalo pochybnosti o mé přítetnosti. V době, kdy jsem šel na vysokou školu, už jsem se cítil silnější, ale myšlenka

na mentální ruskou ruletu s psychedeliky se mi stále zdála jako špatný nápad.

O mnoho let později, když už mi táhlo na třicet a cítil jsem se mnohem vyrovnanější, jsem dvakrát nebo třikrát vyzkoušel houbičky. Jeden kamarád mi dal zavařovací sklenici plnou sušených svraštělých lysohlávek (*Psilocybe*) a při pár nezapomenutelných příležitostech jsme s mou tehdejší přítelkyní (nyní manželkou) Judith dva nebo tři kousky snědli, přetrpěli krátkou vlnu nevolnosti a pak odpluli na čtyř nebo pětihodinovou společnou plavbu v tom, co se nám zdálo být úžasně zvýrazněnou verzí důvěrně známé reality.

Zapálení fanoušci psychedelik by náš prožitek pravděpodobně charakterizovali jak „estetický“, vyvolaný nízkými dávkami, spíš než jako plnohodnotný trip rozpouštějící ego. Jednoznačně jsme neopustili známý vesmír ani jsme neměli to, čemu by se dalo říct mystický prožitek. Bylo to ale *opravdu* zajímavé. Obzvlášť si z toho pamatuju mimořádnou živost zeleně v lesích a zejména sametové světle zelené barvy kapradin. Zmocňovala se mě silná touha být venku, nahý a co možná nejdál od všeho, co bylo vyrobené z kovu nebo plastu. Protože jsme byli sami na venkově, bylo to všechno realizovatelné. Z našeho dalšího tripu za sobotní noci v Riverside parku na Manhattanu si toho moc nevybavuju, až na to, že to bylo o hodně méně příjemné a méně oproštěné od vědomí sebe samých a že jsme přitom příliš času věnovali úvahám, jestli na nás někdo pozná, že jsme v rauši.

Tehdy jsem to nevěděl, ale rozdíl mezi těmito dvěma prožitky byl názorným příkladem čehosi důležitého a zvláštního na psychedelikách – zásadního vlivu „nastavení“ (set) a „prostředí“ (setting). Nastavení znamená nastavení mysli neboli očekávání, která člověk vnáší do prožitku, a prostředí znamená místo, kde se to odehrává.

Na rozdíl od jiných látek psychedelika málokdy ovlivňují člověka dvakrát stejným způsobem, protože mají tendenci zvýrazňovat to, co se už odehrává v jeho hlavě a kolem něj.

Po těchto dvou krátkých tripech stála sklenice s houbičkami po celé roky netknutá, zastrčená vzadu na polici v naší kredenci. Představa, že bychom se měli vzdát celého dne kvůli psychedelickému zážitku, se pro nás stala naprosto nereálnou. Dlouhé hodiny jsme oba pracovali na své nové kariéře a spousta volného času, kterou nám vysoká škola nebo nezaměstnanost skýtal, se pro nás stala vzpomínkou. Nově byl k dispozici velmi odlišný typ drogy, který bylo o mnoho snazší včlenit do přediva kariéry na Manhattanu – kokain. Ve stínu sněhobílého prášku se sraštělé hnědé houbičky jevily jako staromódní, nepředvídatelné a nadměrně náročné. Při jednom víkendovém vyklízení kuchyňských skříněk jsme na zapomenutou sklenici narazili a vyhodili ji do popelnice spolu s vyčichlým kořením a prošlými baleními potravin.

Rychle přeskočíme tři desetiletí a já si dnes upřímně přeju, abych to býval neudělal. Dal bych teď nevím co za celou sklenici sušených houbiček. Začal jsem se zabývat úvahami, jestli náhodou tyto úžasné látky nemohou být u mladých zbytečným plýtváním, protože nám možná mohou nabídnout víc později v životě poté, co zatuhne masa našich mentálních návyků a každodenního chování. Carl Jung kdysi napsal, že ne mladí, ale lidé středního věku potřebují „prozitek posvátného“, aby jim pomohl vypořádat se s druhou polovinou jejich života.

V době, kdy jsem bezpečně překonal padesátku, ubíhal můj život ve dvou hlubokých, ale pohodlných zaběhlých kolejích – dlouhém a šťastném manželství a současně stejně dlouhé a uspokojivé kariéře. Tak jak to lidé dělávají, jsem si i já vytvořil soubor poměrně spolehlivých mentálních algoritmů pro řešení čehokoli, co mi

osud přinášel do cesty, ať už doma, nebo v práci. Co mi v životě scházelo? O ničem takovém jsem nevěděl – tedy až do chvíle, kdy se ke mně začaly dostávat informace o novém výzkumu psychedelik a nutily mě k úvahám, jestli mi snad neunikl potenciál těchto látek jako nástroje pro pochopení mysli a případně i pro možnosti její změny.



NÁSLEDUJÍCÍ TŘI UDÁLOSTI mě přesvědčily, že tomu tak skutečně bylo.

Na jaře 2010 se na titulní stránce *New York Times* objevil článek s titulkem „*Hallucinogens Have Doctors Tuning In Again*“ (Halucinogeny přiměly lékaře obrátit k nim znovu pozornost)⁵. Stálo v něm, že výzkumníci podávají velké dávky psilocybinu – aktivní látky obsažené v lysohlávkách – pacientům v terminálním stadiu rakoviny, aby jim pomohli vypořádat se s jejich „existenciální tísň“ vypořádanou blížící se smrtí.

Tyto experimenty, které probíhaly současně na Univerzitě Johnse Hopkinse (JHU) v Baltimoru, Kalifornské univerzitě v Los Angeles (UCLA) a na Newyorské univerzitě, se zdály nejen prapodivné, ale přímo bláznivé. Úplně *poslední*, co bych chtěl dělat tvář v tvář smrtelné diagnóze, je požívání psychedelických drog – tedy vzdát se kontroly nad svou myslí a v takovém psychicky zranitelném stavu zírat přímo do propasti. Ale mnozí z dobrovolníků uváděli, že v průběhu jediné řízené psychedelické „cesty“ přehodnotili své vnímání rakoviny a vyhlídky na umírání. Několik z nich uvedlo, že se úplně zbavili strachu ze smrti. Důvody pro tuto změnu byly fascinující, ale také poněkud těžko uchopitelné. „Jedinci překonávají svou primární identifikaci se svým tělem a prožívají

stavy bez ega,“ uváděl jeden z výzkumníků. „Vracejí se s novým pohledem a hlubokým přijetím.“

Odložil jsem tento příběh ad acta na další rok nebo dva do chvíle, kdy jsme se s Judith octli na slavnostní večeři v jednom velkém domě v Berkeley Hills. Seděli jsme u dlouhého stolu s asi tuctem dalších lidí, když jedna žena na druhém konci stolu začala mluvit o svých tripech na LSD. Vypadala, že je zhruba stejně stará jako já a, jak jsem zjistil, byla to významná psycholožka. Byl jsem v tu chvíli zabraný do jiného rozhovoru, ale jakmile zvuk slova *L-S-D* zavál na můj konec stolu, nemohl jsem si pomoci, ale do slova jsem nastražil uši a snažil se zachytit její slova.

Nejdřív jsem se domníval, že vytáhla nějakou dokonale vycizelovanou historku z dob svých vysokoškolských studií, ale nebylo to tak. Brzy se ukázalo, že trip s LSD, o němž hovoří, se odehrál před pouhými pár dny nebo týdny a ve skutečnosti byl jedním z jejích prvních. Obočí přítomných stoupala v údivu. Ona a její manžel, softwarový inženýr v důchodu, považovali občasné užívání LSD za intelektuálně stimulující a současně cenné pro jejich práci. Zejména ona jako psycholožka díky LSD získala vhled do toho, jak svět vnímají malé děti. Vnímání dětí není zkreslené očekáváními a konvenčním postojem „to všechno už znám“, jako tomu bývá u vnímání dospělých. Vysvětlovala, že v dospělosti naše mysl nepřijímá svět prostě takový, jaký je, ale spíš si o něm dělá odhad založený na dosavadních zkušenostech. Spoléhání se na tyto odhady založené na minulých prožitcích myslí šetří čas a energii, jako když se dejme tomu snaží přijít na to, co by ten fraktálový vzorec zelených teček v zorném poli mohl být (pravděpodobně listy na stromě). LSD podle všeho znemožňuje takové stylizované, zkratkovité vnímání, a tím obnovuje v našem vnímání reality dětskou bezprostřednost a pocit úžasu, jako bychom všechno viděli poprvé. (*Jé, listí!*)

Ozval jsem se s otázkou, jestli má v plánu o těchto myšlenkách napsat, což všechny přítomné u stolu zaujalo. Zasmála se a vrhla na mě pohled, který jsem si vyložil jako *Jak můžete být tak naivní?* LSD je látka na seznamu č. 1, což znamená, že je oficiálně považována za zneužitelnou drogu, která nemá žádné povolené léčebné využití. Pro člověka v její pozici by bylo nepochybně riskantní písemnou formou prohlašovat, že by psychedelika mohla mít jakýkoli přínos pro filozofii nebo psychologii – že by mohla být ve skutečnosti cenným nástrojem pro zkoumání mystérií lidského vědomí. Seriózní výzkum psychedelik byl víceméně vytlačeny z akademické půdy před padesáti lety, krátce poté, co v roce 1963 zkrachoval projekt Timothyho Learyho s psilocybinem na Harvardu. Zdálo se, že ani univerzita v Berkeley není připravená se do něčeho podobného znovu pustit, alespoň prozatím.

Třetí milník: Po rozhovoru u stolu při slavnostní večeři mi z hlubin paměti na povrch vyplula nejasná vzpomínka, že mi před pár lety někdo poslal e-mailem vědecké pojednání o výzkumu psilocybinu. Byl jsem tehdy zaneprázdněný jinými záležitostmi a zprávu jsem ani neotevřel, ale rychlé hledání výrazu „psilocybin“ studii okamžitě vylovilo z virtuální hromady odložených e-mailů v mém počítači. Práci mi poslal jeden z jejích spoluautorů Bob Jesse, jehož jméno jsem tehdy neznal. Možná četl něco, co jsem napsal o psychoaktivních rostlinách, a myslel si, že by mě to mohlo zajímat. Článek, napsaný stejným týmem na Hopkinsově univerzitě, který podával psilocybin pacientům s rakovinou, vyšel v časopise *Psychopharmacology*.⁶ Na vědecký dokument, který prošel odborným recenzním řízením, měl neobvyklý nadpis: „Psilocybin může vyvolat prožitky mystického typu se zásadním a trvalým osobním významem a spirituálním dosahem (Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having

Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance).“

Když pominu slovo „psilocybin“, tak na mě ze stránek farmakologického časopisu vyskočila slova „mystického“ a „spirituálním“. Titulek narážel na fascinující hranici výzkumu, který překlenoval propast mezi dvěma světy, jež jsme se naučili považovat za neslučitelné – vědou a spiritualitou.

Se zaujetím jsem se ponořil do vědeckého pojednání z Hopkinsovy univerzity. Třicet dobrovolníků, kteří nikdy předtím neužívali psychedelika, dostalo pilulku obsahující buď syntetickou verzi psilocybinu, nebo „aktivní placebo“ – methylfenidát neboli Ritalin – aby si mysleli, že dostali psychedelikum. Pak si lehli na pohovku se zakrytýma očima a ze sluchátek poslouchali hudbu. Po celou dobu na ně dohlíželi dva terapeuti. (Zakrytí očí a sluchátka prohlubují zaměření na cestu do nitra.) Po zhruba třiceti minutách se v myslích těch, kdo dostali pilulku s psilocybinem, začaly odehrávat pozoruhodné věci.

Studie demonstrovala, že je možné použít vysokou dávku psilocybinu na bezpečné a spolehlivé „vyvolání“ mystického prožitku – obvykle popisovaného jako rozpuštění ega dané osoby následované pocitem splnutí s přírodou nebo vesmírem. Možná to nebylo nic nového pro lidi, kteří psychedelické látky užívají nebo pro výzkumníky, kteří je jako první studovali v padesátých a šedesátých letech. V roce 2006, kdy byla práce publikována, to ale pro vědu (ani pro mě osobně) nebylo vůbec tak zřejmé.

Nejpozoruhodnější na výsledcích uváděných v článku je, že účastníci řadili svůj

prožitek pod vlivem psilocybinu k těm nejvýznamnějším ve svém životě, srovnatelným s „narozením prvního dítěte nebo smrtí rodičů“. Dvě třetiny účastníků hodnotily tuto akci jako jednu z pěti

„spirituálně nejvýznamnějších zkušeností“ ve svém životě. Jedna třetina prožitek označila jako ten *nejvýznamnější* v životě. Při dotazování po čtrnácti měsících se tato hodnocení změnila jen nepatrně. Dobrovolníci udávali, že došlo k významnému zlepšení v jejich „osobní pohodě, životní spokojenosti a k pozitivním změnám v chování“. Tyto změny potvrzovali i jejich rodinní příslušníci a přátelé.

Byť to tehdy nikdo netušil, s vydáním této vědecké práce skutečně začala renesance výzkumu psychedelik, která je nyní v plném proudu. Vedlo to přímo k řadě experimentů – na Univerzitě Johnse Hopkinse a několika dalších univerzitách – s používáním psilocybinu při léčbě celé řady indikací včetně úzkosti a deprese u pacientů s rakovinou, závislosti na nikotinu a alkoholu, obsedantně-kompulzivních poruch, deprese a poruch příjmu potravy. Na celé této linii klinických výzkumů je pozoruhodný předpoklad, že klíčem ke změně způsobu myšlení není farmakologické působení látky jako takové, ale druh mentálního prožitku, který toto působení vyvolává.



COBY ČLOVĚK, který si vůbec nebyl jistý, jestli měl někdy vůbec nějaký „spirituálně významný“ prožitek, natožpak dost takových prožitků na to, aby je mohl řadit podle důležitosti, jsem zjistil, že práce z roku 2006 vyvolala nejen mou zvědavost, ale také ve mně probudila skeptika. Mnozí z dobrovolníků popisovali, že získali přístup k alternativní realitě, k „onomu světu“, kde neplatí obvyklé fyzické zákony a kde se různé formy kosmického vědomí nebo, chcete-li, božství projevují jako nezpochybnitelně reálné.

Všechno mi to připadalo trochu těžko přijatelné (nemohly by to být jen drogami vyvolané halucinace?) a současně fascinující.

Jedna moje část chtěla, aby to byla pravda, ať už „to“ je cokoli. Překvapovalo mě to, protože jsem sám sebe nikdy nepovažoval za nějak mimořádně spirituálně založeného člověka. Domnívám se, že částečně je to důsledek pohledu na svět a částečně zanedbávání. Nikdy jsem nevěnoval moc času zkoumání spirituálních cest a nebyl jsem vychováván k víře. Moje výchozí nastavení je „filozofický materialista“, který je přesvědčený, že hmota je základní substancí světa a fyzické zákony, jimiž se řídí, by měly dokázat vysvětlit veškeré jevy. Vycházím z předpokladu, že příroda je všechno, co existuje, a přikláním se k vědeckému vysvětlení jevů. Současně jsem si také vědom omezenosti vědecko-materialistického pohledu a věřím, že příroda (včetně lidské mysli) stále obsahuje hluboká tajemství, vůči nimž se věda možná někdy staví arogantně a neomluvitelně je považuje za nepodstatná.

Je možné, aby jediný psychedelický prožitek, spuštěný pouhým požitím pilulky nebo čtverečku papírku napuštěného chemickou látkou, mohl způsobit tak zásadní změnu v náhledu na svět? Skutečně trvalým způsobem změnit myšlení člověka?

Ta otázka mi nedávala spát. Bylo to trochu, jako by vám někdo v důvěrně známé místnosti – v prostoru vaší vlastní mysli – ukázal dveře, jichž jste si doposud nějak nevšimli, a lidé, jimž věříte (vědci!) vám řekli, že na druhé straně vás čeká úplně nový způsob myšlení – bytí. Jediné, co musíte udělat, je zmáčknout kliku a vstoupit. Kdo by *nebyl* zvídavý? Možná jsem nehledal změnu ve svém životě, ale představa, že se o něm dozvím něco nového, co vrhne nové světlo na tento starý svět, začala zaměstnávat mou mysl. Možná v mém životě opravdu něco chybělo, něco, co jsem jenom zatím nepojmenoval.

O takových dveřích už jsem v té době něco věděl, protože jsem dříve ve své kariéře psal o psychoaktivních rostlinách. V knize *The*

Botany of Desire jsem intenzivně zkoumal to, o čem jsem s převapením zjistil, že je univerzální lidská touha – snahu o dosažení změny vědomí. Na zemi neexistuje žádná kultura (no, jedna přece*), která by nevyužívala určité rostliny ke změně obsahu myslí – ať už za účelem léčení, jako zvyklost, nebo spirituální praxi. Že taková zvláštní a zdánlivě adaptaci neúčinná touha existuje spolu s našimi potřebami výživy a krásy a sexu – které všechny dávají mnohem větší evoluční smysl – volalo po vysvětlení. Tím nejjednodušším bylo, že tyto látky pomáhají ulevit od bolesti a nudy. Nicméně intenzivní pocity, složitá tabu a rituály obklopující mnohé z těchto psychoaktivních látek naznačují, že na tom musí být něco víc.

Zjistil jsem, že náš druh dlouho a široce využívá rostliny a houby se schopností radikálně měnit vědomí jako nástroje pro léčení myslí, pro usnadnění přechodových rituálů a jako prostředníky ke komunikaci s nadpřirozenými říšemi neboli světy ducha. Toto používání bylo prastaré a vážené ve velmi mnoha kulturách, troufl jsem si ale vyslovit jedno další použití: k obohacení kolektivní představivosti – kultury – o nové myšlenky a vize, které pár vybraných jedinců přináší z míst, kam se vydávají, ať už je to kdekoli.



MOŽNÁ SI MYSLÍTE, ŽE KDYŽ JSEM SI UŽ vybudoval intelektuální schopnost ocenit hodnotu těchto psychoaktivních látek, budu víc prahnout po jejich vyzkoušení. Nejsem si jistý, na co jsem čekal. Možná, až seberu dost odvahy, nebo na tu správnou příležitost, kterou hektický život převážně na správné straně zákona nikdy tak úplně neposkytoval. Když jsem ale začal zvažovat možné přínosy, o nichž jsem se dozvídal, v protikladu k rizikům,

s překvapením* jsem zjistil, že psychedelika jsou pro lidi mnohem děsivější, než jaká je jejich skutečná nebezpečnost. Většina z nejznámějších rizik je buď zveličovaná, nebo domnělá. Je například prakticky nemožné zemřít na předávkování LSD nebo psilocybinem a ani jedna z těchto látek není návyková. Poté, co je zvířata vyzkoušejí, nesnaží se získat další dávku, a pokud je lidé užívají opakovaně, látky ztrácejí svůj účinek.** Je pravda, že děsivé zážitky, které někteří lidé po požití psychedelik mají, mohou představovat riziko vzniku psychózy, takže by je nikdy neměl užívat člověk, který má psychické problémy v rodinné anamnéze nebo jimi sám trpí. Ale akutní stavy vyžadující okamžitý lékařský zásah jsou velmi vzácné a mnohé případy, které lékaři diagnostikují jako psychotická zhroucení, se časem ukáží jako krátkodobé návaly úzkosti.⁷

Stává se také, že lidé na psychedelikách mívají tendenci dělat hloupé a nebezpečné věci – vstupovat mezi jedoucí auta, padat z výšek a ve zřídkavých případech se pokoušet o sebevraždu. „Bad trips“ neboli špatné tripy, špatné cesty, jsou velmi reálné a mohou to být jedny „z nejnáročnějších životních zkušeností“, jak ukázal rozsáhlý průzkum uživatelů psychedelik, který se jich dotazoval na zkušenosti.*** Je ale důležité rozlišovat, co se může stát v případě, když jsou tyto látky užívány v nekontrolovaných situacích, bez

* Inuité jsou zřejmě výjimkou, která potvrzuje pravidlo, ale jen proto, že na územích, která obývají, neroste nic psychoaktivního (alespoň prozatím).

** David J. Nutt, *Drugs Without the Hot Air: Minimising the Harms of Legal and Illegal Drugs* (Cambridge, U.K.: UIT, 2012). Z tohoto důvodu lidé na „mikrodávkách“ psychedelik tyto látky nikdy neberou několik dnů po sobě.

*** Theresa M. Carbonaro a kol., „Survey Study of Challenging Experiences After Ingesting Psilocybin Mushrooms: Acute and Enduring Positive and Negative Consequences,“ *Journal of Psychopharmacology* (2016): 1268-1278. Tento průzkum zjistil, že 7,6 procenta respondentů vyhledalo pomoc kvůli „jednomu nebo více psychickým symptomům, které přisuzovali svému problematickému zážitku s psilocybinem“.

pozornosti věnované nastavení mysli a prostředí, a při jejich užívání za přísně kontrolovaných podmínek, po pečlivém prověření a pod dohledem. Od oživení oficiálního vědeckého výzkumu psychedelik na počátku devadesátých let byly tyto látky podány více než tisícovce dobrovolníků a neuvádí se ani jeden jediný závažný případ negativní reakce.⁸



PRÁVĚ V TOMTO BODĚ pro mě začala být představa „zatřesení sněhovou koulí“, jak psychedelický prožitek popsal jeden neurovědec, více zajímavá než děsivá, byť jsem vůči ní stále pociťoval značný respekt.

Po více než půl století ve víceméně soustavné společnosti se svým vlastním já – tím všudypřítomným hlasem v hlavě, tím neúnavně komentujícím, interpretujícím, hodnotícím, bránícím já – se jeho přítomnost stává poněkud *příliš* důvěrně známou. Nemluvím tady o ničem tak hlubokém, jako je sebepoznání, to ne, jen o tom, jak máme tendenci časem optimalizovat a zjednodušovat své reakce na všechno, co život přináší. Každý z nás si vytváří zkratkovité způsoby škatulkování a zpracovávání každodenních prožitků a řešení problémů, a ačkoliv je to jednoznačně adaptivní chování – pomáhá nám řešit záležitosti s minimálním úsilím – nakonec se z něj stane mechanický přístup. Otupuje nás. Svaly naší pozornosti atrofují.

Zvyky jsou nepopíratelně užitečné nástroje, které nám ulevují od nutnosti provádět složité mentální operace pokaždé, když jsme konfrontováni s nějakým novým úkolem nebo situací. Ulevují nám ale také od nutnosti udržovat si bdělou pozornost vůči vnějšímu světu: naslouchat, cítit, myslet a pak záměrně jednat (to znamená

na základě svobodného rozhodnutí, nikoli nutkání). Pokud si potřebujete připomenout, jak zásadním způsobem mentální návyky zaslepují naše prožívání, udělejte si výlet do nějaké neznámé země. Najednou se probudíte! A algoritmy každodenního života začínají téměř nanovo, jako po nějakém restartu. To je důvodem, proč jsou pro psychedelické prožitky tak příhodné metaforou související s cestováním.

Výkonnost dospělé mysli s celou její užitečností nás zaslepuje vůči přítomnému okamžiku. Neustále přeskakujeme dopředu na další věc. Přistupujeme k prožívání podobně jako program umělé inteligence (AI, *artificial intelligence*) a náš mozek neustále převádí data přítomného okamžiku do pojmů minulosti, sahá zpátky v čase po souvisejících prožitcích, a to vše pak používá k nejlepším možným úsudkům, předvídání budoucnosti a snaze co nejlépe si s ní poradit.

Jednou z věcí, která činí tak prospěšnými cestování, umění, přírodu, práci a některé chemické látky, je způsob, jak tyto prožitky za ideálních podmínek blokuji všechny mentální cesty vpřed a vzad a ponořují nás do plynutí přítomnosti, které je doslova úžasné – úžas je zde průvodním jevem přesně toho typu nezatíženého prvotního pohledu, nevinného vnímání, vůči němuž se dospělý mozek uzavřel (je to přeci tak neefektivní!). Takže po většinu času prožívám napětí z blízké budoucnosti a můj psychický termostat je nastavený na mírný var a příliš často i na obavy. Dobré na tom je, že mě málokdy něco překvapí. Špatné na tom je, že mě málokdy něco překvapí.

Snažím se tady popsat výchozí modus svého vědomí. Funguje docela dobře a nepochybně plní své úkoly, ale co když to není jediná, nebo ta úplně nejlepší cesta, jak projít životem? Předpokladem výzkumu psychedelik je, že tato specifická skupina látek nám

může zprostředkovat přístup k jiným modům vědomí, jež by mohly přinášet speciální benefity, ať už terapeutické, spirituální, nebo kreativní. Psychedelika nepochybně nejsou jedinou branou k těmto jiným formám vědomí – a na těchto stránkách se věnuji i nefarmakologickým alternativám – zdají se ale jako jeden ze snazších způsobů, jak do tohoto světa vstoupit.

Celá myšlenka na rozšiřování našeho repertoáru vědomých stavů vůbec není ničím novým. Hinduismus a buddhismus jsou jí prodchnuté, a dokonce i v západní vědě jsou velmi zajímavé modely. William James, průkopnický americký psycholog a autor knihy *The Varieties of Religious Experience* (česky vyšlo jako *Druhy náboženské zkušenosti*), se do této oblasti odvážil vstoupit před více než sto lety. Vrátil se s přesvědčením, že naše každodenní bdělé vědomí „je jen jedním specifickým typem vědomí, zatímco všude kolem, oddělené od něj tím nejtenčím ze všech závojų, leží potenciální formy vědomí zcela odlišné“.

Pochopil jsem, že James hovoří o neotevřených dveřích v naší mysli. Pro něj byl prostředníkem, který dokázal dveře otevřít a tyto říše odhalit, oxid dusný neboli rajský plyn. V tehdejší době měli výzkumníci k dispozici meskalin, halucinogenní látku získávanou z peyotlu (druh kaktusu *Lophophora williamsii* neboli ježunka Williamsova, *pozn. překl.*). James se ho ale zřejmě příliš bál vyzkoušet.

„Žádný popis univerza v jeho celistvosti nemůže být konečný, pokud tyto ostatní formy vědomí nechává zcela bez povšimnutí.“

„V každém případě,“ vyvodil James, tyto stavy, u nichž byl přesvědčený, že jejich existence je stejně reálná jako inkoust na jeho papíře, „nám nedovolují udělat žádné předčasné zúčtování s realitou.“

Když jsem poprvé četl tuto větu, uvědomil jsem si, že James mluví tak trochu i o mně. Jakožto skalní materialista a dospělák

určitého věku už jsem do značné míry zúčtoval s realitou. Možná to bylo předčasné.

Byla to výzva k přehodnocení mých závěrů.



POKUD JE KAŽDODENNÍ BDĚLÉ VĚDOMÍ pouze jedním z několika možných způsobů vnímání světa, pak má možná cenu kultivovat větší množství toho, o čem jsem začal uvažovat jako o neurální rozmanitosti. S tímto na mysli přistupuji v knize *Jak se mění vědomí* k jejímu tématu z několika různých pohledů a používám několik různých modů vyprávění: sociální a vědeckou historii, přírodopis, vzpomínky, vědeckou žurnalistiku a případové studie dobrovolníků a pacientů. V půli cesty také uvádím popis svého vlastního výzkumu (nebo bych spíš měl říct zkoumání a hledání) ve formě jakési cestopisné přednášky.

Při vyprávění příběhu o minulém a současném psychedelickém výzkumu se nepokouším postihnout úplně všechno. Téma psychedelik jako záležitosti vědecké i společensko-historické je příliš rozsáhlé, aby se dalo vtěsnat do obálky jediné knihy. Místo abych se pokoušel čtenářům představit všechny účinkující zodpovědné za psychedelickou renesanci, sleduji malý počet průkopníků představujících určitou vědeckou linii. Přínosu mnoha dalších se tak nevyhnutelně dostalo minimální pozornosti. V zájmu konzistentnosti vyprávění jsem se také zaměřil jen na určité látky, zatímco jiné jsem vynechal. Málo se zde například dočtete o látce MDMA (též známé jako Extáze), která vykazuje slibné výsledky v léčbě posttraumatické stresové poruchy. Někteří výzkumníci řadí MDMA mezi psychedelika, většina ji tak ale nevnímá a k těm se přikláním i já. MDMA působí prostřednictvím

odlišného souboru drah v mozku a má podstatně odlišnou společenskou historii než takzvaná klasická psychedelika. Z těch se zaměřuji primárně na ta, jimž vědci věnují nejvíc pozornosti – psilocybin a LSD – což znamená, že jiným psychedelikům, která jsou stejně zajímavá a účinná, ale je obtížnější dostat je do laboratoře – jako například ayahuasca – se zde dostává pozornosti méně.

A nakonec pár slov o terminologii. Skupina molekul, k nimž patří psilocybin a LSD (a meskalin, DMT a pár dalších) byla za desítky let od doby, co se dostala do naší pozornosti, označována řadou názvů. Zpočátku byly nazývány halucinogeny. Způsobují ale tolik dalších věcí (a plnohodnotné halucinace jsou po nich ve skutečnosti dost výjimečné), že vědci začali brzy hledat přesnější a všeobecnější označení – toto úsilí je popsáno ve třetí kapitole. Výraz „psychedelika“, který zde hlavně používám, má i svou nevýhodu.⁹ Začal být hojně používán v šedesátých letech a nese v sobě velkou zátěž alternativní kultury. Ve snaze oprostit se od těchto asociací a vyzdvihnout spirituální dimenze těchto látek někteří vědci navrhuji místo toho název „entheogeny“ – z řeckého označení „vnitřního božství“. To mi připadá příliš zásadní. Bez ohledu na konotace ze šedesátých let je výraz „psychedelikum“, vytvořený v roce 1956, etymologicky přesný. Pochází z řečtiny a znamená jednoduše „duši (psyché) projevující“, což je přesně schopnost, kterou v sobě tyto látky skrývají.

1. KAPITOLA

Znovuzrození

POKUD JE MOŽNÉ moderní znovuzrození výzkumu psychedelik nějak přesněji datovat do jednoho konkrétnějšího bodu, pak by to byl rok 2006. Ne že by to bylo pro mnoho lidí tehdy zřejmé. Nebyl vydán žádný zákon ani zrušena regulace nebo oznámen nějaký objev, který by tuto historickou změnu vyznačoval. Když ale během tohoto roku došlo ke třem navzájem nesouvisejícím událostem – první ve švýcarské Basileji, druhé ve Washingtonu, D.C. a třetí v Baltimoru v Marylandu – citlivé uši mohly zaslechnout, jak začínají prskat ledy.

První událost, která sahala do minulosti, ale také kupředu, jako jakýsi historický most k novým obzorům, bylo sté výročí narození Alberta Hofmanna, švýcarského chemika, který v roce 1943 náhodou zjistil, že objevil (o pět let dříve) psychoaktivní látku, která začala být označována jako LSD. Bylo to neobvyklé sté výročí, protože oslavenec byl plně přítomný. Na prahu druhé stovky svého života se Hofmann zdál být v pozoruhodně dobrém stavu, fyzicky čilý a mentálně bystrý, a byl schopen se aktivně

účastnit slavnostních událostí, které zahrnovaly narozeninovou oslavu následovanou tříhodinovým sympoziem.¹⁰ Úvodní ceremoniál sympozia se odehrál 13. ledna, dva dny po Hofmannových stých narozeninách (dožil se 102 let). Dva tisíce lidí zaplnily sál Basilejského kongresového centra. Všichni vstali a aplaudovali, když štíhlý, sehnutý muž v tmavém obleku s kravatou, sotva metr padesát vysoký, pomalu přecházel pódium, aby si sedl na své místo.

Byly tu přítomny dvě stovky novinářů z celého světa spolu s více než tisíci léčiteli, hledajícími, mystiky, psychiatry, farmakology, výzkumníky v oblasti vědomí a neurovědci. Většině z nich zásadním způsobem změnila život pozoruhodná látka, kterou tento muž před půlstoletím získal z jedné houby. Přišli, aby oslavili jeho a to, co švýcarský básník a lékař Walter Vogt nazval „jediným radostným objevem dvacátého století“.¹¹ Pro lidi v sále to neznělo jako nadsázka. Podle jednoho z přítomných amerických vědců mnozí přišli, aby „uctili“ Alberta Hofmanna, a událost skutečně nesla mnoho známek zbožného oslavování.

Přestože prakticky všichni v sále znali příběh objevení LSD nazpaměť, byl Hofmann požádán, aby mýtus o jeho stvoření vyprávěl znovu. (Nezapomenutelným způsobem tento příběh popisuje ve svých zápiscích z roku 1979 *LSD, My Problem Child* – česky vyšlo jako *LSD – mé nezvedené dítě*.) Jako mladý chemik pracoval Hofmann v oddělení firmy Sandoz Laboratories pověřeném izolováním látek z léčivých rostlin za účelem hledání nových léků.¹² Hofmann dostal za úkol jednu po druhé syntetizovat molekuly v alkaloidech produkovaných námelem. Námel neboli paličkovice nachová je houbové onemocnění, které může napadat obilí, často žito, a někdy způsobuje, že člověk po požití chleba vyrobeného z takto napadené rostliny vypadá jako šílený nebo posedlý. (Jedna z teorií salemských čarodějnických procesů jako možnou příčinu

chování obžalovaných žen uvádí otravu námelem.) Ale porodní báby dlouho používaly námel k vyvolání porodu a k zastavení poporodního krvácení, takže společnost Sandoz doufala, že bude možné izolovat z alkaloidů produkovaných houbou nějakou zpevněžitelnou látku. Na podzim roku 1938 Hofmann získal pětadvácátou molekulu v této sérii a pojmenoval ji dietylamid kyseliny lysergové neboli zkráceně LSD-25. Předběžné testování látky na zvířatech nebylo nijak slibné (vyvolala u nich neklid, to ale bylo všechno), a tak byla látka s označením LSD-25 odložena stranou.

A tam také zůstala dalších pět let, až do dubna roku 1943, kdy měl Hofmann „zvláštní předtuchu“, že si LSD-25 zaslouží druhou šanci.¹³ Tady jeho vyprávění nabývá lehce mystického rázu. Normálně, když je nějaká neperspektivní látka vyřazena, vysvětloval, je vyřazena nadobro. Ale Hofmannovi „se líbila chemická struktura molekuly LSD“ a něco na ní mu říkalo, že „tahle látka by mohla mít i jiné vlastnosti, než jaké byly zjištěny při prvních průzkumech“. Další tajemná anomálie nastala, když bylo LSD-25 syntetizováno podruhé. Přes všechna pečlivá bezpečnostní opatření, která vždy dodržoval při práci s látkou tak toxickou jako námel, musel Hofmann nějak vstřebat trochu této chemikálie přes kůži, protože ho „v práci vyrušily nezvyklé pocity“.

Hofmann došel domů, lehl si na pohovku a „ve snovém stavu s očima zavřenýma... vnímal souvislý proud fantastických obrazů, výjimečných tvarů s intenzivní, kaleidoskopickou hrou barev“. Takto se odvíjel celosvětově první trip na LSD, v neutrálním Švýcarsku během nejtemnějších dnů druhé světové války. Byl to také jediný kdy podstoupený trip, který byl prostý jakýchkoli očekávání.

Fascinovaný Hofmann se o pár dnů později rozhodl udělat na sobě pokus – tehdy to nebylo nic neobvyklého. Začal s tím,

co považoval za velmi opatrné, a požil 0,25 miligramů (miligram je tisícina gramu) LSD rozpuštěného ve sklenici vody. U jakékoli jiné podobné látky by to představovalo miniaturní dávku, jak se ale ukázalo, LSD je jednou z nejsilnějších vůbec kdy objevených psychoaktivních látek, která aktivně působí už v dávkách měřených na mikrogramy – tedy tisíce miligramu. Tato překvapivá skutečnost brzy inspirovala vědce k hledání – a nakonec objevení – mozkových receptorů a endogenní látky – serotoninu – která je aktivuje jako klíč v zámku. Byla to cesta k vysvětlení, jak tak malé množství látky může mít tak zásadní vliv na mysl. V tomto a dalších ohledech pomohl Hofmannův objev v padesátých letech dvacátého století zahájit moderní vědecký výzkum mozku.

Odehrál se i světově první bad (špatný) trip¹⁴ na LSD (angl. *bad acid trip*), kdy se Hofman ponořil do stavu, o němž si byl jistý, že je to nevratné šílenství. Svému asistentovi v laboratoři řekl, že se potřebuje dostat domů, a protože za války bylo zakázáno používat automobily, nějak se mu podařilo dojet domů na kole a lehnout si, zatímco asistent sháněl lékaře. (Vyznavači LSD dnes slaví každý rok 19. dubna „Bicycle Day“.)

Hofmann popisuje, jak „důvěrně známé předměty a kusy nábytku získaly groteskní, děsivé podoby. Neustále se pohybovaly, jako by je k životu poháněl nějaký vnitřní neklid“. Prožil dezintegraci vnějšího světa a rozpuštění vlastního ega. „Pronikl do mě démon a zmocnil se mého těla, mysli a mé duše. Vyskočil jsem a řval jsem ve snaze zbavit se ho, pak jsem ale klesl zpátky a bezmocně ležel na pohovce.“ Hofmann dospěl k přesvědčení, že se natrvalo zbláznil nebo že možná umírá. „Moje ego bylo rozptýlené někde v prostoru a já viděl své tělo ležet mrtvé na pohovce.“¹⁵ Když ale dorazil lékař a prohlédl ho, zjistil, že všechny základní životní funkce – srdeční činnost, krevní tlak, dýchání – jsou naprosto

normální. Jediným náznakem, že je něco v nepořádku, byly jeho zornice rozšířené na maximum.

Poté, co akutní účinky pominuly, cítil Hofmann „příjemné dozvuky“, které často následují po psychedelickém zážitku, pravý opak kocoviny. Když po jarním deštíku vyšel do své zahrady, „všechno se tam lesklo a blyštělo v jiném světle. Svět jako by byl nově stvořený“.¹⁶ Od té doby jsme už zjistili, že prožitek pod vlivem psychedelik je silně ovlivněný očekáváními člověka. Žádná jiná skupina psychoaktivních látek ve svém působení není víc ovlivnitelná. Protože Hofmannovy zkušenosti s LSD jsou jediné, které nebyly kontaminovány předchozími informacemi, je zajímavé si všimnout, že se nevyznačují východním ani křesťanským mystickým nádechem, které se brzy v této oblasti staly konvencí. Nicméně jeho prožitek ožívajících důvěrně známých objektů a světa „jako by byl nově stvořený“ – tentýž bouřlivý převratný moment, který Aldous Huxley o deset let později tak živě popsal v *The Doors of Perception* (česky vyšlo jako *Brány vnímání*) – se u psychedelických zkušeností stal běžným standardem.

Hofmann se ze svého tripu vrátil s přesvědčením, že si za prvé LSD nějakým způsobem našlo jeho, spíš než naopak, a zadruhé že LSD bude mít jednou velkou hodnotu v medicíně a obzvlášť v psychiatrii, protože možná výzkumníkům vysvětlí princip vzniku schizofrenie. Nikdy mu nepřišlo na mysl, že by se z jeho „problémového dítěte“, jak se na LSD nakonec díval, mohla stát také „droga potěšení“ a zneužívaná látka.

Hofmann ale také považoval přijímání LSD mladou kulturou v šedesátých letech jako pochopitelnou reakci na prázdnotu toho, co popisoval jako materialistickou, industrializovanou a spirituálně ožebračenou společnost, která ztratila spojení s přírodou a vlastními kořeny. Tento odborník na chemii – možná

nejmaterialističtější ze všech oborů – se ze svého zážitku s LSD-25 vynořil s přesvědčením, že tato látka nabízí civilizaci nejen potenciální terapeutický, ale také spirituální balzám – pootevřením dveří „v systému materialistické racionality“ (řečeno slovy jeho přítele a překladatele Jonathana Otta¹⁷).

Stejně jako mnozí další, kteří následovali po něm, se brilantní chemik stal do jisté míry mystikem hlásajícím evangelium spirituální obrody a návratu ke spojení s přírodou.

Poté, co toho dne roku 2006 v Basileji dostal kytici růží, vědec shromážděným řekl, že „pocit takové sounáležitosti s veškerým životem by měl plně prostupovat naším vědomím a vyrovnávat materialistický a absurdní technologický vývoj, aby nám umožnil vrátit se k růžím, ke květinám, k přírodě, do níž patříme“. Publikum ho za to odměnilo salvou bouřlivého potlesku.

Skeptický svědek této události by se tak úplně nemýlil, kdyby toho drobného muže na pódiu považoval za zakladatele nového náboženství a publikum za jeho vyznavače. Pokud ale toto je náboženství, vyznačuje se jednou významnou odlišností. Obvykle si pouze zakladatel náboženství a možná pár prvních následovníků může nárokovat formu autority vyplývající z přímého prožitku posvátného. Pro všechny, kdo přijdou později, zbývá už jen poměrně řídký odvar příběhů, symbolika svátosti a víra. Ubíhající čas zeslabuje prvotní sílu toho všeho, kterou nadále musejí zprostředkovávat kazatelé. Ale církev psychedelická nabízí nezvyklý příslib, a to, že kdokoli může kdykoli získat přístup k prvotnímu duchovnímu prožitku za pomoci svátosti, kterou je psychoaktivní látka. Víra je zde považována za zbytečnou.

Současně se spodním spirituálním proudem oslavy se ale také možná poněkud nepatřičně zapojila věda. Během víkendového sympozia následujícího po oslavě Hofmannových narozenin výzkumníci

z celé řady oborů – včetně neurovědy, psychiatrie, farmakologie a výzkumu vědomí a také umění – zkoumali dopad Hofmannova objevu na společnost a kulturu a jeho potenciál pro rozšiřování našeho chápání vědomí a léčbu různých těžko řešitelných mentálních poruch. Ve Švýcarsku a Spojených státech bylo schváleno nebo probíhalo několik výzkumných projektů zabývajících se studiem působení psychedelik na lidi a vědci na sympóziu vyjádřili naději, že dlouhá přestávka ve výzkumu psychedelik by se konečně mohla chýlit ke konci. Iracionální bujarost se zdá být mezi lidmi pracujícími v této oblasti rizikem povolání, ale v roce 2006 byl dobrý důvod se domnívat, že by se věci skutečně mohly začít měnit k lepšímu.



DRUHÁ PŘELOMOVÁ UDÁLOST roku 2006 se odehrála o pouhých pět týdnů později, když Nejvyšší soud ve Spojených státech v jednomyslném rozhodnutí podepsaném novým vrchním soudcem Johnem G. Robertsem Jr. prohlásil, že UDV, maličká náboženská sekta používající halucinogenní nápoj zvaný ayahuasca jako svou svátost, může tento nápoj dovážet do Spojených států i přesto, že obsahuje látku dimethyltryptamin neboli DMT uvedenou na seznamu č. 1 látek podléhajících kontrole ve Spojených státech.¹⁸ Toto rozhodnutí bylo založeno na Religious Freedom Restoration Act (Akt obnovení náboženské svobody) z roku 1993, který vyjasňoval právo (na základě klauzule prvního dodatku Ústavy o náboženské svobodě) amerických Indiánů používat peyotl při jejich obřadech, jako to dělali po celé generace. Zákon z roku 1993 říká, že pouze v případě, že má na tom vláda „závažný zájem“, může zasahovat někomu do jeho náboženských praktik. V případě UDV Bushova vláda tvrdila, že pouze američtí Indiáni kvůli svému „jedinečnému vztahu“ s vládou

mají právo používat psychedelika jako součást svých náboženských obřadů, a i v jejich případě by toto právo mohl stát omezit.

Soud jednoznačně zamítl argument vlády a zákon z roku 1993 vyložil tak, že bez závažného zájmu státu nemůže federální vláda zakázat uznané náboženské skupině užívat psychedelické látky při jejích obřadech. Evidentně to zahrnuje i poměrně nové a malé náboženské skupiny organizované kolem psychedelické svátosti neboli „rostlinné medicíny“, jak *ayahuasqueros* nazývají svůj odvar. UDV je křesťanská spiritistická sekta založená v roce 1961 v Brazílii José Gabrielem da Costou, sběračem kaučuku inspirovaným zjeveními, která prožil poté, co dva roky předtím dostal od jednoho amazonského šamana ayahuascu. Tato církev uvádí, že má 17 000 členů v šesti zemích, ale v době vydání soudního rozhodnutí bylo v UDV pouze 130 amerických členů. (Iniciály v názvu znamenají União do Vegetal neboli Jednota rostlin, protože ayahuasca se vyrábí společným vařením dvou amazonských rostlin *Banisteriopsis caapi* a *Psychotria viridis*.)

Toto rozhodnutí soudu inspirovalo určité náboženské probuzení ohledně ayahuascy v Americe. Dnes je v církvi téměř 525 amerických členů s komunitami na devíti místech. Kvůli jejich zásobování začala UDV pěstovat rostliny potřebné pro výrobu odvaru na Havaji a bez dalších prostředníků je rozesílat jednotlivým skupinám. Ale počet Američanů účastnících se obřadů s ayahuascou mimo UDV se od té doby také rozrůstá jako houby po dešti a každou noc se někde v Americe s velkou pravděpodobností odehrávají desítky obřadů (s největší koncentrací v oblasti Sanfranciského zálivu neboli Bay Area a Brooklynu.) Federální úřady podle všeho přestaly postihovat držení nebo dovážení ayahuasky, alespoň prozatím.

Svým rozhodnutím z roku 2006 Nejvyšší soud zřejmě otevřel náboženskou cestu – sice úzkou, ale pevně zakotvenou v Listině

práv – k legálnímu uznávání psychedelických látek, minimálně v případě jejich používání jako svátostí náboženskou komunitou. Teprve se uvidí, jak široká a dobře proslapaná tato cesta jednou bude, nelze se ale ubránit úvahám, co bude vláda a Nejvyšší soud dělat, když se objeví nějaký americký José Gabriel da Costa a bude se snažit vlastní psychedelická zjevení proměnit v nový náboženský směr s legalizací používání nějaké psychoaktivní látky jako své svátosti. Právní zakotvení „kognitivní svobody“, jak to někteří lidé z psychedelické komunity nazývají, je stále nedostačující a omezené (na náboženství), došlo ale k jeho potvrzení a otevření nové pukliny v základech války proti drogám.



ZE TŘÍ UDÁLOSTÍ ROKU 2006, které pomohly vyvést psychedelika z několika desítek let dřímoty, bylo tím nejdalekosáhlejším ve svém vlivu toho léta publikování studie v časopise *Psychopharmacology* popisované v prologu – té studie, kterou mi Bob Jesse tehdy poslal e-mailem, ale já jsem se ani neobtěžoval ji otevřít. I tato událost měla výrazný spirituální nádech, přestože popisovaný experiment byl prací pečlivého a vysoce váženého vědce Rolanda Griffithse. Prostě se nějak stalo, že Griffiths, nejnepravděpodobnější člověk pro výzkum psychedelik, byl vlastním mystickým prožitkem inspirován ke zkoumání schopností psilocybinu vyvolávat prožitky „mystického typu“.

Griffithsova význačná práce nazvaná „Psilocybin může vyvolat prožitek mystického typu s podstatným a trvalým osobním významem a spirituální hodnotou (Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance)“ byla první rigorózně

koncipovaná, dvojité zaslepená, placebem kontrolovaná klinická studie po více než čtyřech desetiletích – pokud ne jediná – která zkoumala psychologické působení psychedelika. Následoval malý příval mediálního zájmu a většina reakcí byla tak entusiastická, že nutila k úvahám, zda morální panika kolem psychedelik, která se rozpoutala koncem šedesátých let, už přirozeně neodezněla. Pozitivní vyznění reportáže nepochybně hodně podpořila skutečnost, že na Griffithsovo naléhání časopis přizval několik z předních světových výzkumníků léčiv – z nichž někteří byli ověnění metály za úspěchy v protidrogové válce – aby jeho studii okomentovali. Novináři, kteří měli publikaci studie na starosti, tím získali silnou ideologickou oporu.

Všichni komentátoři přistupovali k publikované práci jako k významné události. Herbert D. Kleber, bývalý náměstek Williama Bennetta, pověřence George H. W. Bushe pro boj s drogami, pozdější ředitel Oddělení pro zneužívání návykových látek na Kolumbijské univerzitě, se o práci vyjádřil pochvalně za její metodologickou přísnost, uznal, že výzkum psychedelik by mohl odhalit „významné terapeutické možnosti“¹⁹ a „zaslouží si podporu Národních institutů zdraví (NIH)“. Charles „Bob“ Schuster, který působil za dvou prezidentů jako ředitel Národního ústavu pro zneužívání drog (NIDA) poznamenal, že výraz „psychedelikum“ naznačuje prožitek rozšiřující obzory mysli a vyjádřil „naději, že tato vynikající práce rovněž rozšíří obzory daného oboru“.²⁰ Naznačil, že tato „fascinující“ skupina látek a spirituální prožitky, které vyvolávají, by se mohla prokázat jako užitečná při léčbě závislostí.

Griffithsova práce a její přijetí posloužilo ke zdůraznění důležitého rozdílu mezi takzvanými klasickými psychedeliky – psilocybinem, LSD, DMT a meskalinem – a běžnějšími zneužívanými drogami s jejich jednoznačnou toxicitou a potenciálem vzniku

závislosti. Čelní představitelé amerického výzkumu drog na stránkách jednoho z předních odborných časopisů předesílali, že tyto psychedelické látky si zaslouží velmi odlišný přístup, protože názorně ukázaly, „že při náležitém užívání mohou vyvolávat pozoruhodné a možná prospěšné účinky, jež si nepochybně zaslouží další studium“.

Příběh o tom, jak tato práce vznikla, vrhá zajímavé světlo na napatý vztah mezi vědou a další oblastí lidského zkoumání a hledání, kterou věda v průběhu dějin opovrhovala a obecně s ní nechtěla mít nic společného – spiritualitou. Protože při koncipování této první moderní studie psilocybinu se Griffiths rozhodl zaměřit nikoli na potenciální léčebné využití této látky (touto cestou se ubírali jiní výzkumníci v naději na rehabilitování dalších zakázaných látek jako například MDMA), ale spíš na spirituální vliv tohoto prožitku na takzvané zdravé jedince. K čemu je právě *tohle* dobré?

V redakčním článku provázejícím Griffithsovu práci se psychiatrička z Chicagské univerzity a odbornice na zneužívání drog Harriet de Wit pokusila vyjádřit k tomuto napětí a podotkla, že hledání prožitků, které „osvobodí člověka z pout každodenního vnímání a myšlení při hledání univerzálních pravd a osvícení“²¹ je trvale přítomným elementem našeho lidství, jemuž však „konvenční vědecký svět příkládá jen malou věrohodnost“. Nastal čas, nadnesla, aby věda „uznala tyto výjimečné subjektivní prožitky (...), i když někdy zahrnují tvrzení o nejvyšších skutečnostech ležících mimo rámec působnosti vědy“.



ROLAND GRIFFITHS je možná poslední vědec, u něhož by si kdy člověk dokázal představit, že si může něco začít s psychedeliky,

což zajisté pomáhá vysvětlit jeho úspěch při navrácení vědecké váženosti výzkumu psychedelik. Metr osmdesát vysoký a velmi štíhlý Griffiths se i po sedmdesátce stále drží vzpřímený jako svíčka. Jediná věc, která je na něm nedisciplinovaná, je neupravená kštice šedých vlasů tak hustá, že to vypadá, jako by ji ani nebylo možné hřebenem zkrotit. Působí dojmem poctivého a upřímného člověka nejvyšších morálních kvalit – je rozvážený, seriózní a metodický. Alespoň do chvíle, kdy ho přimějete mluvit o nejvýznamnějších životních otázkách, přičemž se vždy celý rozzáří. (Roland Griffiths zemřel 16. října 2023, *pozn. překl.*)

Griffiths se narodil v roce 1944 a vyrostl v kalifornském El Cerritu v oblasti Kalifornského zálivu. Vysokoškolské vzdělání získal na Occidental College (specializoval se na psychologii) a pak na Minnesotské univerzitě, kde studoval psychofarmakologii. V Minnesotě se koncem šedesátých let dostal do vlivu B. F. Skinnera, radikálního behavioristy, který pomohl změnit zaměření psychologie od zkoumání vnitřních stavů a subjektivního prožívání ke studiu vnějšího chování a toho, čím je podmiňováno. Behaviorismus se nijak výrazně nezajímá o pronikání do hlubin lidské psychiky. Tento přístup se ale ukázal jako velmi užitečný při studiu chování, jako je zneužívání drog a drogová závislost, a právě na to se Griffiths specializoval. Psychedelické látky nehrály žádnou roli v jeho formálním ani neformálním vzdělání. V době, kdy Griffiths nastoupil na postgraduální studium, už dobře známý výzkumný projekt psychedelik Timothyho Learyho na Harvardu zkolaboval do skandálu a „ze strany mých učitelů bylo evidentní, že tyto látky nemají žádnou budoucnost“.

V roce 1972 byl Griffiths těsně po dokončení postgraduálního studia přijat na Univerzitu Johnse Hopkinse, kde od té doby pracoval a budoval si reputaci jako výzkumník studující mechanismy

závislosti na řadě legálních a nelegálních látek včetně opiátů, takzvaných sedativních hypnotik (jako je Valium), nikotinu, alkoholu a kofeinu. Za pomoci grantů od Národního ústavu pro zneužívání drog (NIDA) Griffiths pomáhal rozběhnout typ pokusů, při nichž zvíře, často pavíán nebo potkan, má k dispozici páčku, kterou může spouštět intravenózní podávání různých látek, což je mocný nástroj pro výzkumníky studující upevňování, závislost, preference (*oběd, nebo další kokain?*) a období abstinčních příznaků. Pětapadesát prací, které publikoval o výzkumu návykových vlastností kofeinu, změnilo tuto oblast a pomohlo nám vnímat kávu méně jako nápoj a více jako drogu a vedlo k zanesení syndromu „kofeinového abstáku“ do nejnovějšího vydání *Diagnostického a statistického manuálu mentálních poruch* (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*) neboli DSM 5. V době, kdy Griffiths dosáhl padesátky, v roce 1994, byl vědcem na vrcholu svých sil a svého oboru.

V tomto roce ale Griffithsova kariéra doznala nečekaného zvratu v důsledku dvou štěstěnou řízených setkání. První nastalo ve chvíli, kdy ho jeden kamarád seznámil se siddha jógou. Bez ohledu na své vědecké behavioristické zaměření se Griffiths vždycky zajímal o to, čemu filozofové říkají fenomenologie – subjektivní prožitky vědomí. Jako student na postgraduálu zkoušel meditaci, ale zjistil, že „nedokáže sedět v klidu, aniž by ho to nedo-
hánělo k naprosté nepřítomnosti. Tři minuty mu připadaly jako tři hodiny“. Když to ale v roce 1994 zkusil znovu, „něco se mu otevře-
lo“. Začal meditovat pravidelně, jezdil na pobyty v ústraní a razil si svou cestu různými východními spirituálními tradicemi. Zjistil, že ho to táhne „hlouběji a hlouběji do tohoto mystéria“.

Někde po cestě měl Griffiths to, co skromně popisuje jako „jakési zábavné probuzení“ – mystický prožitek. Byl jsem překvapený,

když se o tom Griffiths zmínil při našem prvním setkání v jeho kanceláři, takže jsem se tím podrobněji nezabýval, ale i poté, co jsme se trochu lépe poznali, stále odmítal říct něco víc o tom, co přesně se stalo, a jako člověk, který takový prožitek nikdy neměl, jsem měl problém vůbec si k tomu najít nějaký postoj. Řekl mi jenom, že ten prožitek, který se odehrál při meditaci, ho seznámil s „něčím hodně, hodně vzdáleným materialistickému nahlížení světa, o čem opravdu nemůžu mluvit se svými kolegy, protože to zahrnuje metafory nebo předpoklady, které mě jako vědce silně znepokojují“.

Časem mu to, co se při své meditační praxi dozvídal o „mysteriu vědomí a existence“, začalo připadat působivější a přesvědčivější než jeho věda. Začal se cítit do jisté míry odcizený: „Nikdo z lidí, k nimž jsem měl blízko, neměl nejmenší zájem zabývat se těmi otázkami, které spadaly do obecné kategorie spirituality, a nábožensky zaměřené lidi jsem prostě neznal.“

„A tak si já, řádný profesor, který publikuje jako na běžícím pásu a létá na důležité konference, o sobě myslím, že jsem tak trochu podvodník.“ Začal ztrácet zájem o výzkum, který tvořil celý jeho dospělý život. „Mohl jsem studovat nějaké nové sedativum, dozvědět se něco o mozkových receptorech, zúčastnit se dalšího FDA (Food and Drug Administration) panelu, ale co z toho? Emocionálně a intelektuálně mě víc zajímalo, kam by mě mohla zavést ta druhá cesta. Můj vědecký výzkum mi začal připadat bezduchý. Při práci jsem mechanicky prováděl jednotlivé úkony a víc mě zajímalo to, až půjdu večer domů a budu meditovat.“ Jediný způsob, jak sám sebe dokázal motivovat k dalšímu vypisování grantů, byla myšlenka, že je to projekt jeho „služby“ pro postgraduální studenty a postdoktorandy.

V případě svého výzkumu kofeinu byl Griffiths schopen probudit v sobě zvědavost ohledně dimenze vlastního prožívání – proč

každý den cítil nutkání pít kávu? – a proměnit ji v produktivní linii svého vědeckého bádání. Nedokázal ale najít žádný způsob, jak dál pracovat se svou prohlubující se zvědavostí ohledně dimenzí vědomí, které mu otevřela meditace. „Nikdy mě nenapadl žádný způsob, jak by se to dalo vědecky zkoumat.“ Zablokovaný a znuděný se začal zaobírat myšlenkou opustit vědu a odjet do nějakého ášramu v Indii.

Někdy v té době Bob Schuster, dávný kamarád a kolega, který nedlouho předtím odešel do důchodu po působení v čele Národního ústavu pro zneužívání drog, Griffithsovi zavolal a navrhnul mu, aby si promluvil s mladíkem jménem Bob Jesse, s nímž se nedávno potkal v Esalenu. Jesse zorganizoval malé shromáždění výzkumníků, terapeutů a teologických učenců v legendárním retreatovém centru v Big Sur, aby tam diskutovali o spirituálním a terapeutickém potenciálu psychedelických látek a o tom, jak by bylo možné je znovu zavést do života. Samotný Jesse nebyl ani odborník z medicínského oboru, ani vědec. Byl to počítačový inženýr, viceprezident vývoje ve společnosti Oracle, který si vzal za své poslání oživit vědecký zájem o psychedelika – ale ne jako prostředek léčebný, ale pro účely spirituálního vývoje.

Griffiths řekl Schusterovi něco málo o vlastní spirituální praxi a svěřil se mu s rostoucí nespokojeností se svým konvenčním výzkumem drog.

„Měl by sis s tím chlapíkem promluvit,“ řekl mu Schuster. „Mají pár zajímavých nápadů na práci s entheogeny,“ řekl. „Mohl by ses do toho nějak zapojit.“

AŽ JEDNOU BUDE NĚKDO PSÁT DĚJINY druhé vlny výzkumu psychedelik, bude Bob Jesse vnímán jako jeden ze dvou vědeckých nezasevěnců v Americe – amatérů, nefalšovaných a brilantních excentriků – kteří, často v pozadí, neúnavně pracovali na jeho pozvednutí z prachu a opětném rozběhnutí. Oba své životní poslání našli v důsledku transformativních psychedelických zážitků, které je přesvědčily, že tyto látky mají léčebný potenciál nejen pro jedince, ale pro lidstvo jako celek, a že nejlepší cesta k jejich rehabilitaci vede přes seriózní vědecký výzkum. V mnoha případech tito nezkušení výzkumníci jako první přišli na možné experimenty a pak našli (a zafinancovali) vědce, aby je realizovali. Často najdete jejich jména pod vědeckými pracemi, obvykle na posledním místě.

Z těchto dvou působil déle a je mnohem známější Rick Doblin. Doblin založil Multidisciplinární asociaci pro psychedelická studia (Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies, MAPS) už v temném období roku 1986 – v roce následujícím poté, co bylo MDMA postaveno mimo zákon, a v době, kdy většina těch moudřejších hlav byla přesvědčena, že začínat s nějakým výzkumem psychedelik je víc než beznadějná věc.

Doblin, narozený v roce 1953, je jako pes zarputile a neúnavně hájící svou kost. Loboval za změnu přístupu vlády k psychedelikům už krátce po absolvování New College na Floridě v roce 1987. Poté, co za dob studia experimentoval s LSD a později s MDMA, se Doblin rozhodl, že jeho životním posláním je stát se psychedelickým terapeutem. Jenže poté, co bylo v roce 1985 zakázáno MDMA, se tento jeho sen rozplynul jako nedosažitelný do doby, než dojde ke změně federálních zákonů a regulací, a tak se rozhodl, že si raději nejdřív udělá doktorát z veřejné politiky na Kennedyho škole, která je součástí Harvardu. Tam se dokonale obeznámil se složitostmi procesu, při němž FDA schvaluje různé látky, a ve své

dizertační práci vytyčil namáhavou cestu k oficiálnímu schválení, kterou psilocybin a MDMA v současnosti procházejí.

Doblin je odzbrojujícím způsobem, dalo by se říct, beznadějně upřímný a s radostí otevřeně hovoří s reportéry o svých formativních psychedelických zážitcích i o politické strategii a taktikách. Podobně jako Timothy Leary i Doblin je tím nejšťastnějším z bojovníků, který se nikdy neobjevuje bez úsměvu na tváři a vždy z něj vyzařuje úroveň nadšení pro práci neočekávaná u člověka, který celý svůj dospělý život buší hlavou do stejné zdi. Doblin pracuje ze své tak trochu dickensovské kanceláře natěsnané v podkroví jeho členitého koloniálního domu v Belmontu v Massachusetts od stolu, na kterém se až ke stropu vrší vrstky hromady rukopisů, časopisových článků, fotografií a memorabiilí sahajících až do doby někdy před čtyřiceti lety. Některá z memorabiilí připomínají dobu na začátku Doblinovy kariéry, kdy se rozhodl, že nejlepší cestou k ukončení sektářských svárů bude rozeslat skupině světových duchovních vůdců tabletky MDMA, drogy proslulé schopností prolamovat bariéry mezi lidmi a probouzet v nich empatii. Zhruba v té době zařídil rozeslání tisíce dávek MDMA lidem v sovětské armádě, kteří pracovali na dohodách o kontrole zbrojení s prezidentem Reaganem.

Pro Doblina je získání souhlasu FDA s léčebným využitím psychedelik – o němž je přesvědčen, že je pro MDMA a psilocybin v dohlednu – prostředkem k ambicióznějšímu a ještě kontroverznějšímu cíli – začlenění psychedelik do americké společnosti a kultury, nejen do medicíny. Je to samozřejmě stejná vítězná strategie, kterou využívá i kampaň za dekriminlizaci marihuany, která propagováním léčebného využití konopí změnila všeobecnou představu o této droze a dosáhla jejího lepšího přijímání širokou veřejností.

Není překvapivé, že tento styl jednání štve opatrnější a umírněnější členy v oboru (mezi nimi i Boba Jesseho), ale Rick Doblin není tím, kdo by zmírnil své aktivity nebo třeba jen *pomyslel* na to, že by poskytl rozhovor mimo záznam. Získává mu to velkou pozornost tisku. Jak moc to pomáhá věci, je diskutabilní. Je ale nezpochybnitelné, že zejména v několika posledních letech se Doblinovi podařilo získat schválení a financování pro důležitý výzkum, zejména v případě MDMA, které bylo dlouhodobě předmětem zájmu MAPS. MAPS sponzorovalo několik malých klinických experimentů, jež prokázaly hodnotu MDMA při léčbě posttraumatické stresové poruchy neboli PTSD (z anglického posttraumatic stress disorder, *pozn. překl.*). (Doblin definuje psychedelika velkoryse, takže je možné mezi ně zařadit MDMA, a dokonce i konopí, přestože mechanismus jejich působení v mozku je velmi odlišný od působení klasických psychedelik.) Ale kromě pomoci těm, kdo trpí PTSD a dalšími problémy – MAPS sponzoruje jednu klinickou studii na Kalifornské univerzitě v Los Angeles, která se zabývá léčbou autistických dospělých za pomoci MDMA – je Doblin skálopevně přesvědčený o schopnosti psychedelik zlepšit celkový stav lidstva odhalením spirituální dimenze vědomí, kterou všichni sdílíme bez ohledu na naše náboženské přesvědčení nebo jeho absenci. Rád říká, že „mysticismus je protilátkou na fundamentalismus“.



VE SROVNÁNÍ S RICKEM DOBLINEM je Bob Jesse mnich. Není na něm nic rozevlátého nebo bezstarostného. Strohý, ostýchavý vůči tisku a s pečlivou volbou každého vyřčeného slova, Jesse, nyní padesátník, raději odvádí svou práci mimo pozornost veřejnosti

a pokud možno z chaty o jedné místnosti, v níž žije ve skalnatých kopcích severně od San Franciska, sám, mimo systém, až na rychlé internetové připojení.

„Bob Jesse je jako loutkoherec,“ řekla mi jednou Katherine MacLean. Katherine je psycholožka, která pracovala v laboratoři Rolanda Griffithse mezi roky 2009 a 2013. „Je to vizionářský chlapík působící v zákulisí.“

Podle Jesseho puntičkářských instrukcí jsem se vypravil autem na sever z Bay Area a dojel jsem až k úzké, prašné cestě v okrese, jehož název neuvádím, protože mě o to požádal. Zaparkoval jsem u začátku cesty, prošel kolem cedulí „Soukromý pozemek, vstup zakázán!“ a po cestě se vyšplhal na kopec k jeho pitoresknímu tábořišti na vrcholu. Měl jsem pocit, jako bych šel na návštěvu k nějakému čaroději. Úhledná chatka je pro dva příliš těsná, a tak Jesse rozestavěl mezi okolními jedlemi a balvany pár pohodlných pohovek, křesel a stolků. Vybudoval si také venkovní kuchyň na skalní římse, skýtající velkolepý výhled na hory, a venkovní sprchu, takže celé tábořiště působilo dojmem domu obráceného naruby.

Větší část jednoho časně jarního dne jsme tak strávili venku v jeho obývacím pokoji, usrkávali přitom bylinkový čaj a diskutovali o jeho výrazně klidnější a tišší kampani za navrácení respektu psychedelikům – mistrovském plánu, v němž hraje ústřední roli Roland Griffiths. „Jsem trochu nesvůj před kamerou,“ začal, „tak prosím žádné fotky ani nahrávání.“

Jesse je štíhlý, drobný muž se hranatým obličejem, krátce zastřiženými šedými vlasy a obdélníkovými brýlemi bez obrouček, které jsou neokázale stylové. Málokdy se usmívá a má v sobě jistou strohost, kterou mám spojenou s technicky zaměřenými lidmi. Občas vás ale překvapí zábleskem emocí, který okamžitě opatří

výkladem: „Možná jste si všiml, že přemýšlení o tomto tématu mi trochu vhání slzy do očí. Vysvětlím vám proč...“ Nejen, že s velkou pečlivostí volí vlastní slova, ale trvá na tom, abyste to dělali i vy, takže když jsem například lehkomyšlně použil výraz „rekreační užívání“, přerušil mě uprostřed věty. „Možná bychom si měli tenhle výraz přezkoumat. Obvykle se používá k trivializování nějakého prožitku. Ale proč? Ve svém doslovném významu slovo ‚rekreace‘ znamená něco jednoznačně netriviálního. Dá se o tom hodně diskutovat, ale necháme si toto téma na jinou příležitost. Pokračujte, prosím.“ Moje poznámky ukazují, že náš první rozhovor Jesse takto přerušil šestkrát.

Jesse vyrůstal kousek od Baltimoru a chodil na Univerzitu Johnse Hopkinse, kde studoval informatiku a elektrotechniku. Před třicítkou několik let pracoval pro Bell Labs a každý týden dojížděl z Baltimoru do New Jersey. Tehdy veřejně oznámil svou homosexualitu a přesvědčil vedení, aby uznalo první firemní skupinu gayů a leseb. (V té době mateřská společnost AT & T zaměstnávala asi 300 000 lidí.) Později přesvědčil vedení AT & T, aby nad hlavním sídlem vyvěsili duhovou vlajku v průběhu Gay Pride Week a vyslali delegaci do pochodu. Tento dosažený výsledek formoval politické vzdělání Boba Jesseho a do jeho charakteru otiskl hodnotu práce v zákulisí bez přílišného humbuku nebo dožadování se uznání.

Jesse přešel do společnosti Oracle a do Bay Area v roce 1990, kdy se stal zaměstnancem číslo 8766 – ne jedním z prvních, ale dost brzy na to, aby získal pořádný podíl akcií společnosti. Nedlouho poté společnost Oracle vyslala vlastní skupinu do sanfranciského Gay Pride Parade a po Jesseho jemném tlaku na přední manažery se stala jednou z prvních na seznamu Fortune 500, které nabízely benefity partnerům stejného pohlaví svých zaměstnanců.

Jesseho zvědavost ohledně psychedelik poprvé probudila výuka o drogách při hodině chemie na střední škole. Dozvěděl se, že tato konkrétní skupina drog není fyzicky ani psychicky návyková (což je pravda). Učitel pokračoval s popisováním účinků drog včetně změn ve vědomí a vizuálním vnímání, což Jessemu přišlo fascinující. „Cítil jsem, že toho je mnohem víc, než nám říkali,“ vzpomínal. „A tak jsem si v duchu pro sebe udělal poznámku.“ Sám poznat, co jsou psychedelika zač, byl ale připravený až o hodně později. Proč? Odpověděl ve třetí osobě: „Dítě se skrytou homosexuální orientací se možná obávalo, co by vyšlo najevo, kdyby se vzdalo kontroly samo nad sebou.“

Po dvacítce, když pracoval v Bell Labs, se Jesse přidal ke skupině přátel z Baltimoru, kteří se rozhodli co možná nejrozházejněji experimentovat s psychedeliky. Někdo z nich vždycky zůstával „při zemi“ pro případ, že by kdokoli potřeboval pomoc nebo kdyby zazvonil domovní zvonek. Dávky se postupně zvyšovaly. Během jednoho z těchto sobotních odpoledních experimentů v bytě v Baltimoru tehdy pětadvacetiletý Jesse po požití vysoké dávky LSD prožil silnou zkušenost „nedvojnosti“, která se ukázala v jeho životě jako transformativní. Požádal jsem ho, aby to popsal, a on po chvilkové odmlce a rozpacích řekl: „Doufám, že nebudete nikde prezentovat to, co je citlivé,“ a nesměle se pustil do vyprávění svého příběhu.

„Ležel jsem na zádech pod fíkusem,“ vzpomíná. „Věděl jsem, že to bude silný zážitek. A nastal okamžik, kdy se moje malé já začalo vytrácet. Úplně jsem si přestal uvědomovat, že ležím na zemi v bytě v Baltimoru. Nebyl jsem schopný si uvědomit, jestli mám oči otevřené, nebo zavřené. Pro to, co se přede mnou otevřelo, nemám lepší výraz než prostor, ale ne v našem běžném způsobu chápání, jen ryzí vědomí sféry bez formy a prosté obsahu. A do tohoto

prostoru vstoupila jistá nadpozemská entita, což byl vznik fyzického světa. Bylo to jako velký třesk, ale bez rány nebo oslepujícího světla. Bylo to zrození fyzického univerza. V jednom ohledu to bylo dramatické – možná ta nejdůležitější věc, která se kdy v historii světa odehrála – nicméně se to prostě jaksi stalo.“

Zeptal jsem se ho, kde vůči tomu všemu byl on sám.

„Byl jsem nekonkrétní pozorovatel. Koexistoval jsem vedle tohoto vzniku.“ V tu chvíli jsem mu naznačil, že se v tom ztrácím. Nastala dlouhá pauza. „Jsem na vážkách, protože slovy se to obtížně vyjadřuje. Slova jsou na to příliš limitující.“ Nepopsatelnost je samozřejmě jedním z hlavních znaků mystického prožitku. „Vědomí překračuje jakoukoli konkrétní smyslovou modalitu,“ vysvětloval, nijak zvlášť mi tím ale nepomohl. Bylo to děsivé? „Nebylo v tom nic hrůzného, jen fascinace a úžas.“ Pauza. „No, možná trochu strach.“

Od tohoto bodu Jesse přihlížel (nebo jak tomu chcete říkat) zrození... všeho v odvíjejícím se epickém sledu počínaje objevením se kosmického prachu, z něhož byly stvořeny hvězdy a pak sluneční soustavy, po nichž následoval počátek života a odtud příchod „toho, co nazýváme lidmi“, pak osvojení si jazyka a rozvíjení vědomí, „celou cestu až k vlastnímu já tam v místnosti, ve společnosti přátel. Vrátil jsem se celou cestu zpátky až tam, kde jsem byl. Kolik přitom uběhlo času? Neměl jsem nejmenší tušení.

Nejnápadnější pro mě na tom všem je kvalita vědomí, kterou jsem prožíval, něco docela odlišného od toho, co jsem se naučil považovat za Boba. Jak toto rozšířené vědomí zapadá do rámce věcí? Do té míry, do jaké tento prožitek považuju za pravdivý – a o tom si stále nejsem úplně jistý – říká mi to, že vědomí je základem fyzického univerza. Ve skutečnosti mu předchází“. Je tedy přesvědčený, že vědomí existuje mimo mozek? Není si jistý. „Ale

přechod od naprosté jistoty, že opak je pravdou,“ – že vědomí je produktem naší šedé hmoty mozkové – „k nejistotě, je obrovský posun.“ Zeptal jsem se ho, jestli souhlasí s něčím z toho, co jsem se dočetl o výrocích dalajlámy, že představa, že mozek vytváří vědomí – představa bez debaty přijímaná většinou vědců – „je metafyzický předpoklad, nikoli vědecký fakt.“

„Trefa do černého,“ řekl Jesse. „A pro člověka s mým zaměřením“ – skeptika zblázněného do vědy – „to mění všechno.“



NÁSLEDUJÍCÍ VĚC NA PROŽITCÍCH, jako byl ten Boba Jesseho, nechápu: Proč proboha by tomu měl člověk vůbec věřit? Nepochopil jsem, proč to prostě nezařadí do položky „zajímavý sen“ nebo „drogou vyvolaná fantazie“. Ale spolu s pocitem nepopsatelnosti je přesvědčení, že je nám skrytá určitá hluboká objektivní pravda, typickým znakem mystických prožitků bez ohledu na to, zda byly vyvolané drogou, meditací, půstem, sebestmrcovstvím, nebo senzorickou deprivací. William James dal tomuto přesvědčení jméno: noetická kvalita.²² Lidé mají pocit, že jim bylo odhaleno hluboké tajemství existence, a tímto jejich přesvědčením nemůže nic otřást. Jak napsal James: „Pouhé sny by v této zkoušce neobstály.“²³ Není pochyb, že právě proto někteří lidé po takových prožitcích zakládají náboženské společnosti, mění běh dějin nebo mnohem častěji běh vlastního života. To, že „není pochyb“, je klíčové.

Napadá mě několik způsobů možného objasnění tohoto fenoménu, z nichž ani jeden není zcela uspokojivý. Nejprímější, byť nejobtížněji přijatelné vysvětlení je, že to je zkrátka pravda: změněný stav vědomí otevírá člověka pravdě, kterou my ostatní,

uvěznění v běžném bdělém vědomí, jednoduše nemůžeme vnímat. Věda má ale s tímto vysvětlením problém, protože ať se jedná o jakýkoli vjem, není možné ho jejími obvyklými nástroji ověřit. Je to nepodložená zpráva a jako taková nemá žádnou hodnotu. Věda má pramalý zájem a toleranci pro výpověď jednotlivce. V tomto ohledu je překvapivě podobná organizovanému náboženství, které má také velký problém věřit přímému zjevení. Je ale potřeba upozornit na to, že existují případy, kdy věda nemá jinou možnost než se spolehnout na výpověď jednotlivce – jako při studiu subjektivního vědomí, které je nepřístupné pro naše vědecké nástroje, a tak ho může popsat jen člověk, který ho prožívá. Zde je fenomenologie mimořádně důležitá. To ale neplatí v případě ověřování pravd o světě *mimo* naši hlavu.

Problém s uvěřitelností mystických prožitků spočívá přesně v tom, že často jako by smazávaly hranici mezi tím, co je uvnitř, a co je navenek, způsobem, jímž „rozptýlené vědomí“ Boba Jesseho jako by bylo jeho, ale také existovalo mimo něj. To ukazuje k dalšímu možnému vysvětlení noetického pocitu: když se náš pocit subjektivního „já“ rozpouští, jako tomu často bývá při prožitcích vyvolaných vysokými dávkami psychedelik (a také při meditaci zkušených meditujících), přestává být možné rozlišovat mezi tím, co je subjektivně a objektivně pravda. Kdo zbývá, aby pochyboval, když ne vaše já?



V LETECH NÁSLEDUJÍCÍCH po této první intenzivní psychedelické cestě měl Bob Jesse řadu dalších prožitků, které změnily běh jeho života. Žil v San Francisku na počátku devadesátých let, a tak se zapojil do scény moderní taneční hudby a objevil, že „kolektivní

nespoutanost“ nejlepších celonočních tanečních mejdanů s psychedelickými „pomůckami“ (nebo bez nich) dokáže také rozpouštět „dualitu subjektu a objektu“ a otevírat nové spirituální pohledy. Začal zkoumat různé spirituální tradice od buddhismu přes kvakerství až po meditaci a zjistil, že se jeho životní priority postupně mění. „Začalo mi být jasné, že zabývat se touto oblastí může být ve skutečnosti mnohem důležitější a mnohem více mě naplňovat než to, co jsem dělal jako počítačový inženýr.“

Když byl Jesse na studijní dovolené z Oraclu (nadobro odešel v roce 1995), založil neziskovou organizaci s názvem Rada pro spirituální praktiky (Council on Spiritual Practices, CSP) s cílem „učinit přímé prožívání posvátného dostupnějším více lidem“. Webová stránka organizace zlehčuje její zájem o podporu entheogenů – preferovaný výraz Boba Jesseho pro psychedelika – popisuje ale její poslání sugestivními slovy: „Identifikovat a rozvíjet přístupy k primárním náboženským prožitkům, které je možné používat bezpečně a efektivně.“ Webová stránka (csp.org) uvádí vynikající přehled literatury o výzkumu psychedelik a pravidelné aktualizace probíhajícího výzkumu na Univerzitě Johnse Hopkinse. CSP také sehrála určitou roli v podpoře soudního sporu s UDV, který skončil v roce 2006 již zmiňovaným rozhodnutím Nejvyššího soudu.

Rada pro spirituální praktiky vzešla z Jesseho systematického bádání v psychedelické literatuře a psychedelické komunitě v Bay Area brzy poté, co se přestěhoval do San Franciska. Svým vysoce rozvážným, mírně obsesivním a úzkostlivě zdvořilým způsobem kontaktoval četné tamní „psychedelické stařešiny“ – bohatou škálu osobností, které byly hluboce zapojené do výzkumu a terapie v letech, než byla většina drog v roce 1970 zakázána vydáním Zákona o kontrolovaných látkách (Controlled

Substances Act) a klasifikací LSD a psilocybinu jako látek na seznamu č. 1 s vysokým potenciálem pro zneužívání a s nulovou využitelností v medicíně. Byl tam James Fadiman, zkušený psycholog ze Stanfordu, který prováděl průkopnický výzkum psychedelik a řešení problémů v Mezinárodní nadaci pro pokročilé studium (International Foundation for Advanced Study, IFAS) v Menlo Parku do doby, než FDA práci skupiny v roce 1966 zastavila. (Na počátku šedesátých let probíhalo minimálně stejné množství výzkumů psychedelik na Stanfordu jako na Harvardu, jen neměly takovou publicitu, jako když o tom mluvil Timothy Leary.) Na institutu působil jeden Fadimanův kolega, Myron Stolaroff, přední elektroinženýr ze Silicon Valley, který zastával funkci vedoucího pracovníka v Ampexu, společnosti zabývající se výrobou magnetických nahrávacích zařízení, dokud ho jeden trip s LSD neinspiroval vzdát se profesionální technické dráhy (podobně jako Boba Jesseho) a vydat se na kariérní cestu výzkumníka a terapeuta v oblasti psychedelik. Jesse si také našel cestu do vnitřního kruhu Sashy a Ann Shulginových, legendárních postav v Bay Area, kteří pořádali každý týden večere pro komunitu terapeutů, vědců a dalších lidí se zájmem o psychedelika. (Sasha Shulgin, který zemřel v roce 2014, byl skvělý chemik s licencí DEA dovolující syntetizovat nové psychedelické látky, což také v obrovském množství dělal. Byl také první, kdo syntetizoval MDMA od doby, kdy si tuto látku v roce 1912 patentovala společnost Merck a zapomělo se na ni. Vědom si jejich psychoaktivních vlastností, představil tento takzvaný empato-gen psychoterapeutické komunitě v Bay Area. Až později se z ní stala klubová droga známá jako extáze.) Jesse se také spřátelil s Hustonem Smithem, odborníkem na srovnávací religionistiku, jehož mysl byla otevřená spirituálnímu potenciálu psychedelik

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy Jak se mění vědomí.
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.