

*Din foranderlige bevidsthed* (how to change your mind) er en indtagende rejse ind i en videnskab og mysticisme, der præger feltet omkring psykedeliske stoffer. Michael Pollan er uddannet journalist, professor ved Harvard University, og tager i denne bog fat i forskningen i psykedeliske stoffer med fokus på dets potentiale til at ændre bevidstheden hos mennesker. Dette udforskes både i forhold til svære psykiske tilstande som depression, afhængighed og eksistentiel angst hos terminalt syge, men også ved mere almen psykologisk relevans, som får forfatteren selv til at stille krop og sind til rådighed i oplysningens ærinde. Den uindviede får derfor mulighed for at åbne en dør ind til en verden, der er vanskelig at få indblik i uden selv at være deltager.

De psykedeliske stoffer belyses grundlæggende fra et videnskabsjournalistisk perspektiv og grundigheden træder tydeligt frem – Michael Pollan har haft næsen i alt, hvad der været muligt at opspore af relevante perspektiver og udgivelser om dette emne. Bogen er positivt præget af dybdegående journalistisk research, en referenceliste med toneangivende og relevante udgivelser på området, samt utallige interviews med fremtrædende personer og forskere. Desuden inddrages en helt række interviews af tidligere forsøgspersoner og deres personlige beretninger omkring selve den psykedeliske oplevelse.

Michael Pollan gennemgår stoffernes historiske konstituering med hovedfokus på LSD og psilocybin. Her fokuseres på de psykedeliske stoffers indtog i den vestlige verden – og det hele begyndte med en noget tilfældig opdagelse af LSD i 1943 i et schweizisk laboratorium af videnskabsmanden Albert Hoffman. Psilocybinsvampen var allerede kendt uden for den vestlige verden, reserveret til hellige shamanistiske ritualer, og der skulle et noget uortodokst møde til mellem en amerikansk forretningsmand og en kvindelig mexicansk shaman, førend denne fandt vej til Vesten. Efter dette tager udviklingen fart, og forskningen i psykedeliske stoffer blomstrer op gennem 1950'erne – med lovende resultater inden for alt fra behandling af alkoholafhængighed til "mind control" ved CIA. Dets popularitet og status er støt stigende, og dets anvendelse kender stort set ingen grænser. Denne hybris, der omgiver de psykedeliske stoffer i 1960'erne, og som enkelte mere ekstreme personligheder promoverede, viste sig også at føre til enden for den psykedeliske guldalder. Med den stigende anvendelse af stofferne under ungdomsoprøret så myndighederne ingen anden løsning end at kriminalisere stofferne, og hermed var det også et endeligt for den ellers spirende videnskab – til stor ærgrelse for de mange forskere, der var involveret og overbeviste om dets potentialer.

Der skulle gå mere end fyrre år, førend de psykedeliske stoffer fik sin renæssance i forskningens verden. Denne gang foregår det hele dog med en hel del forsigtighed og en nedtoning af dets ubegrænsede muligheder. Nutidens interesse fokuseres omkring stoffernes evne til at belyse bevidstheden fra nye perspektiver, der ellers er kendt for dets utilgængelighed samt forhåbningerne om, at psykedeliske stoffer kan føre til nye landvindinger i behandlingen af især sværere psykiske lidelser – et felt, der i årtier har hungret efter nye medikamentelle behandlingsformer. Aktuelt foretages kliniske fase tre-forsøg, hvor man afprøver effekten af psilocybin i international skalering på en større gruppe patienter med såkaldt behandlingsresistent depression.

Bogens videre forløb inddrager også naturhistorie og biologi i undersøgelsen af særligt den bevidsthedsudvidende fungus, psilocybinsvampen, og dets forunderlige potentiale til at påvirke serotoninreceptorerne og "overtage" hjernen hos dyr og mennesker.

Den terapeutiske verden omkring psykedeliske stoffer bliver ligeledes undersøgt, både den blomstrende terapeutiske praksis, da det hele var inden for lovens rammer, og den undergrundspraksis, der foregår i dag, og som Michael Pollan må opsoge i sit ærinde for at afprøve stofferne på sig selv. Som klient og forsøgsperson forsøger Michael Pollan med det, han er bedst til, skrivekunsten og at gengive sine grænseoverskridende oplevelser – og må til sin egen forundring erkende, at sproget er tilbøjeligt til at slippe op.

Bogen bevæger sig fra de fænomenologiske beskrivelser af Michael Pollan og tidligere forsøgspersoner videre ind i den mest relevante hjerneforskning på området. Michael Pollan gennemgår blandt andet neurovidenskaben bag psykedeliske stoffers virkning og med Robin Carhart-Harris, som er forskeren bag utallige studier af hjernens 'default mode network' (DMN), undersøges dette perspektiv. "DMN" beskrives også som selvet/jegets neurale korrelat og er involveret i højereordens metakognitive processer som selvrefleksion, mentale konstruktioner og theory of mind. Med denne forskning har man blandt andet fundet en sammenhæng mellem beskrivelser af garvede meditationsudøvere, når de oplever at give slip på selvet (transcendens), og de oplevelser, der knytter sig til den såkaldte ego-død ved indtagelse af psykedeliske stoffer.

Forståelsen af bevidstheden er en vanskelig størrelse, og dette er denne bog i særdeleshed også et bevis på. Hvorledes sproget mister sin betydning, når transcenderende stofudløste oplevelser skal beskrives af Michael Pollan eller de mennesker, han interviewer, er tankevækkende – og giver antydning af at her findes et psykologisk lag som vi har vanskeligt ved at sprogliggøre og videreformidle, men som måske grundlæggende må erfares. Til disse sproglige barrierer knyttes også et tema i bogen omkring spiritualitet, der synes at gå igen i de mange interviews, og som af flere fremhæves som en relevant del af stoffernes forandringsmekanisme.

Bogen er indlevende og varm og formår at levere en saglig skildring af psykedeliske stoffer, hård videnskab og personlige fortællinger, så det både er sprogligt tilgængeligt, underholdende og mentalt stimulerende. Hermed henvender bogen sig også til alle med nysgerrighed på bogens tema, psykedeliske stoffer, og vil give læseren grundigt overblik over et felt, der i fremtiden har potentiale til at blive en del af den etablerede lægevidenskab.

*Af Lasse Petersen, cand.psych.aut., Klinik for Døbeltdiagnoser, AUH*