

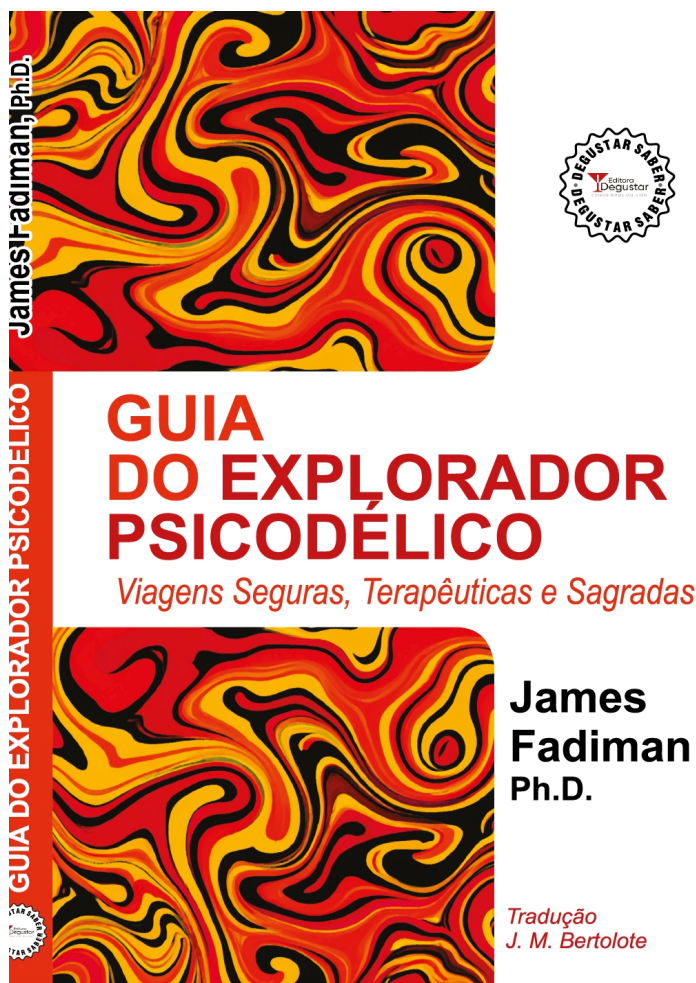


GUIA DO EXPLORADOR PSICODELICO

Viagens Seguras, Terapêuticas e Sagradas

**James
Fadiman
Ph.D.**

*Tradução
J. M. Bertolote*



GUIA DO EXPLORADOR PSICODELICO

Viagens Seguras, Terapêuticas e Sagradas

Editora & Galeria Degustar

Diretores José Manoel Bertolote / Maria Célia Furtado

Autor James Fadiman, Ph.D.

Tradução José Manoel Bertolote

Coordenação editorial Maria Célia Furtado

Revisão Carolina Casarim

Projeto gráfico Edil Gomes

Capa Criação Inteligência Artificial

Todos os direitos desta edição
reservados à Editora & Galeria Degustar
www.editoradegustar.com.br
nenhuma parte desta edição pode ser utilizada ou reproduzida
sem autorização expressa da Editora & Galeria Degustar Ltda.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Fadiman, James
Guia do explorador psicodélico [livro eletrônico]
: viagens seguras, terapêuticas e sagradas / James
Fadiman ; tradução J. M. Bertolote. -- 1. ed. --
São Paulo, SP : Editora Degustar, 2023.
PDF
Título original: The psychedelic explorer's guide.
Bibliografia.
ISBN 978-85-98927-25-1
1. Drogas 2. Drogas - Aspectos sociais 3. Drogas -
Consumo 4. Drogas - Efeito fisiológico I. Título.
23-162793 CDD-613.83

Índices para catálogo sistemático:

1. Drogas : Consumo : Promoção da saúde 613.83

Tábata Alves da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9253

 Editora
Degustar
coisas boas da vida



GUIA DO EXPLORADOR

PSICODÉLICO

Viagens Seguras, Terapêuticas e Sagradas

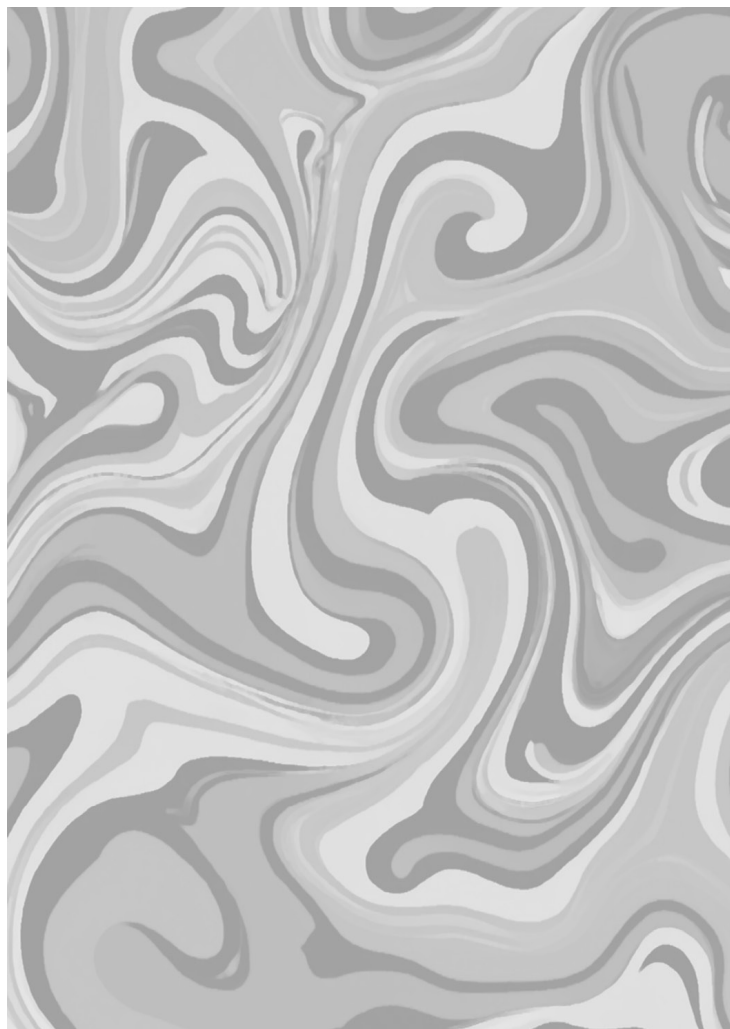
James Fadiman, Ph.D.

Tradução

J. M. Bertolote

 Editora
Degustar
coisas boas da vida

2023



GUIA

DO EXPLORADOR

Psicodélico

Viagens Seguras, Terapêuticas e Sagradas

Apresentação da Edição Brasileira

A Cultura da cura

O renascimento da pesquisa dos psicodélicos reata um fio ancestral de conexão entre a nossa consciência primária e os estados alterados da manifestação da mente. Seu uso aconteceu durante toda a história da humanidade, com diferentes substâncias ativas, presentes em diversas

liturgias e rituais. Por milênios, culturas ao redor do planeta desenvolveram portais para acessar outras dimensões, por meio de rituais que envolviam alimentação, músicas, danças, meditação e coletividade.

Mas as pesquisas científicas sobre essas substâncias foram interrompidas de forma abrupta no final dos anos 1960, com a proibição instaurada pelo então presidente dos Estados Unidos, Richard Nixon, permanecendo em hiato por décadas.

Durante esse período, vimos as doenças da mente humana proliferarem de forma pandêmica. Diagnósticos cada vez mais presentes de casos como depressão, pânico, estresse pós-traumático, ansiedade, entre outros, tornaram-se nomes comuns em nosso cotidiano.

Eis que vivemos na cultura ocidental um desejo de reconexão com ritos de autoconhecimento e de contato com essas camadas mais profundas da nossa aventura interior. O contexto é importantíssimo para que se chegue a algum destino e que se faça uma viagem iluminadora.

Há uma crença de que rituais envolvendo psicodélicos existiam somente em culturas primitivas, o que se trata de um grande equívoco. No coração da cultura grega, que funda a civilização ocidental, estão os rituais eleusinos. Entre seus participantes estavam pilares fundamentais da filosofia que influencia o pensamento até hoje, como Sócrates, Platão, Aristóteles e Sófocles. Nesses ritos que duravam dias, tomava-se uma bebida chamada *kykeon*, usada por iniciados para experimentar o mistério da morte e do renascimento, em um ritual que veio a ser conhecido como Os Mistérios de Elêusis. Essa mistura, no entanto, diferia significativamente da bebida comum por possuir propriedades psicoativas, provavelmente causadas pela introdução do fungo *ergot* na cevada colhida em torno de Elêusis. Isso permitia aos iniciados alcançar uma compreensão mais completa de seu propósito na vida e abandonar o medo da morte, como atestam os testemunhos de escritores antigos que participaram dos Mistérios. Recentemente, foi encontrada em uma escavação arqueológica uma taça que continha traços de *ergot*, a mesma substância natural que Albert Hoffmann procurava sintetizar quando acabou por criar o LSD, em 1938.

O maior desafio, porém, é como adentrar este mundo interior desprovido da bagagem ritualística necessária para enfrentar a destemperança de um território nunca visitado em si mesmo. O *Guia do*

Explorador Psicodélico – Jornadas Seguras, Terapêuticas e Sagradas é sobre isso. Como construir um rito contemporâneo associado ao poder de uma substância disruptiva sobre a nossa compreensão da consciência? Este livro relata experiências e ao mesmo tempo indica caminhos para um processo que só pode acontecer organicamente através da prática e do uso regular de psicodélicos.

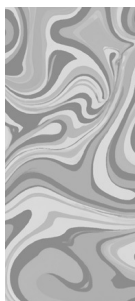
Os pesquisadores, até o momento, não sabem exatamente como ou por que os psicodélicos funcionam. Eles podem “reiniciar” o cérebro, alterando os níveis de neurotransmissores, induzindo a uma nova perspectiva de vida e fazendo com que a pessoa tenha uma experiência mística, ou ensinando à pessoa uma nova maneira de pensar. Algumas pesquisas também indicam que essas substâncias aumentam a sugestibilidade, tornando o indivíduo mais aberto às ideias discutidas, por exemplo, em terapia.

Além disso, podem ser de grande valia quando se encara uma doença terminal. Receber um diagnóstico grave ou fatal pode ser assustador, especialmente se a pessoa sente ansiedade sobre a própria morte ou o que pode acontecer depois. Muitos estudos sugerem que a terapia psicodélica pode aliviar o medo existencial, bem como a depressão que acompanha diagnósticos como esses.

O fato é que essas substâncias existem como forma de cura na humanidade. Desde o LSD, componente primo do *ergot*, à psilocibina presente nos cogumelos alucinógenos, ao sassafrás (origem natural do MDMA) ao peiote (origem natural da mescalina), e da *ayahuasca* (santo-daime) até a respiração alotrópica (que produz resultados similares sem o uso de nenhuma substância externa). Existe um grande molho de chaves para abrirmos as portas da consciência trancafiada em múltiplos cofres mentais. E já se sabe que nos próximos anos terão de ser abertos por meio de alguma terapia indicada pela própria medicina.

A pergunta que ainda permanece é se vamos, de fato, criar uma cultura ritualizada, balizada na vida contemporânea com elementos, porém, que a conectem a uma dimensão espiritual e amortecimentos emocionais, ou tratar essas chaves como mais um remédio de farmácia, nos apropriando colonialmente de uma sabedoria ancestral e consumindo-a como Coca-Cola.

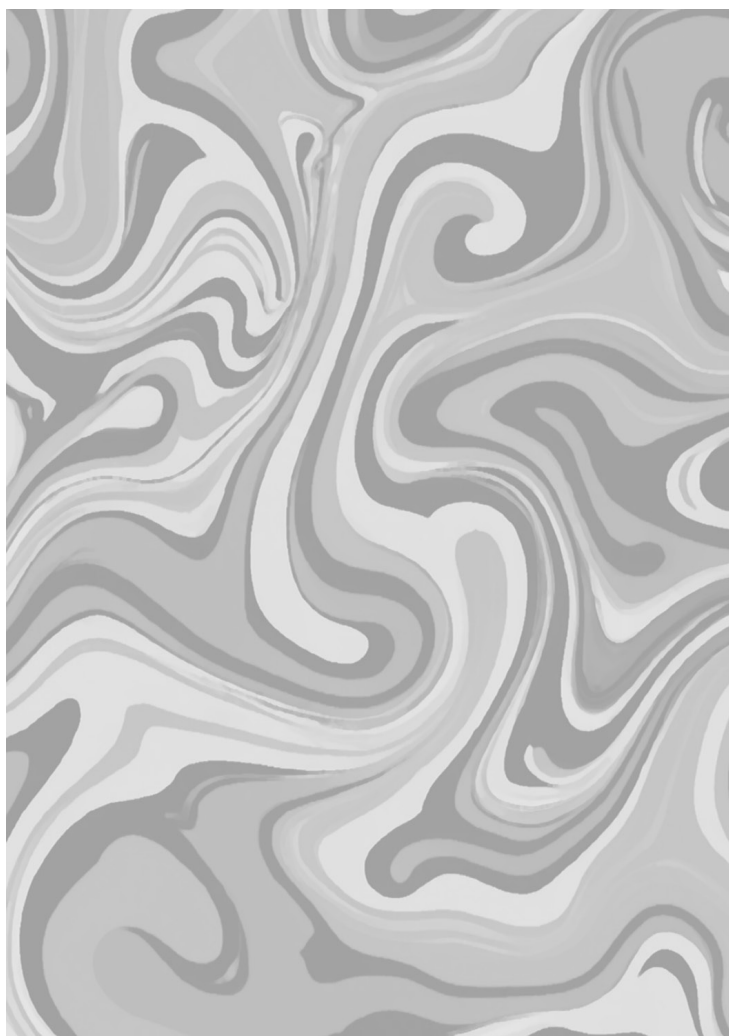
Marcello Dantas, Curador



VI

A

VII



Apresentações da Edição Norte-americana

“James Fadiman, um dos mais destacados pioneiros da pesquisa científica sobre o potencial das substâncias psicodélicas para

terapia, autodescoberta, buscas espirituais e solução criativa de problemas, escreveu um guia precioso para sessões seguras e produtivas. Baseado em mais de 40 anos de experiência do autor no campo, e apresentado num estilo claro e facilmente compreensível, este livro é uma lufada de ar fresco, desfazendo a desinformação que vem sendo disseminada há décadas por jornalistas sensacionalistas e por uma propaganda antidrogas baseada no medo. A publicação do *Guia do Explorador Psicodélico* não poderia ser mais oportuna; coincide com um importante renascimento do interesse na pesquisa psicodélica em todo o mundo. Assim, a informação que fornece será útil não apenas para centenas de milhares de pessoas envolvidas em autoexperimentação, mas também para a nova geração de pesquisadores sobre psicodélicos.”

Stanislav Grof, MD, autor de *LSD: Doorway to the Numinous*



“James Fadiman foi o Forrest Gump dos psicodélicos nos anos 1960. Ele presenciou os primeiros florescimentos daquela incrível era de expansão da mente, e continuou tendo participações especiais sempre que uma ação se tornava particularmente interessante e iluminadora. Agora, pilotando uma nova onda de pesquisa científica sobre o uso benéfico dessas substâncias mal-entendidas, Fadiman está de volta com um guia prático e ao mesmo tempo inspirador para a próxima geração de exploradores entegênicos.”

Don Lattin, autor do best-seller *The Harvard Psychedelic Club*



“Esta é uma das introduções mais profundas, sábias, sinceras e essenciais para o uso da medicina sagrada.”

Jack Kornfield, autor de *A Path with Heart*



“Fadiman sabe do que fala. Este é o livro de que precisávamos.”

Huston Smith, autor de *The World's Religion*
e *Cleaning the Doors of Perception*

☆ ☆ ☆

“Abordando com autoridade seu tema de perspectivas intimamente históricas, psicológico-culturais e acessíveis, a obra magna psicodélica de Fadiman estabelece o marco de referência para qualquer pessoa interessada em entender, experimentar ou supervisionar os efeitos desta família inteira de substâncias psicoativas.”

Rick Strassman, MD, Professor Adjunto de Psiquiatria
Clínica da Faculdade de Medicina da Universidade do Novo
México e autor de *DMT: The Spirit Molecule*

☆ ☆ ☆

“O manual de James Fadiman proporciona uma orientação útil e bem informada para quem busca o ‘divino interno’ através de plantas sagradas e substâncias psicodélicas.”

Daniel Pinchbeck, autor de *2012: The Return of*
Quetzalcoatl e de *Breaking Open the Head*

☆ ☆ ☆

“Finalmente, um manual prático e de bom senso para sessões terapêuticas conscientes com psicodélicos, baseado na mais recente informação científica e livre de chavões arcanos. Vai ser uma benção para a transformação pessoal e um roteiro para evitar problemas ao longo da viagem para todos os que o utilizarem. Bon Voyage!”

Charles Hayes, author of *Tripping: An Anthology*
of *True-Life Psychedelic Adventures*

☆ ☆ ☆

“Finalmente! Um guia completo não apenas para o uso de

psicodélicos em ambientes terapêuticos, mas também, e talvez mais corajosamente, para a exploração psíquicoespiritual e o aprimoramento cognitivo. Temos sorte de colher os benefícios dos anos de experiência e conhecimento acumulados do Professor Fadiman, bem como de ouvir um dos mais importantes nomes do campo do “quem é quem” do pináculo dos entendidos em psicodélicos.”

Julie Holland, MD, editora de *The Pot Book* e *Ecstasy: The Complete Guide*



“Há séculos, os psicodélicos tem sido parte das culturas nativas, ainda o são em muitas áreas do mundo. Usados adequadamente, eles oferecem o primeiro passo para a iluminação e a conexão com a intuição, bem como com a alma e o Divino. O livro do Dr. Fadiman proporciona a melhor informação e orientação disponíveis hoje. Um livro indispensável para todos os interessados em explorar o mundo da consciência interna.”

Norm Shealy, MD e PhD, fundador da Associação Americana de Saúde Holística, e coautor de *Soul Medicine* e de *Life Beyond 100*



“A proibição das drogas psicodélicas no século XX infelizmente limitou uma das mais promissoras e profundas indagações dos mistérios religiosos da consciência. Este livro corajoso e encorajador percorre um longo caminho para o restabelecimento de nosso direito constitucional a explorar esses mistérios. Ao encorajar a responsabilidade e a inteligência individuais nesta era de suposta reforma dos cuidados de saúde, James Fadiman dá um passo ousado e inovador no sentido de recuperar nossa liberdade de religião, que é a própria essência da democracia e do sonho americano.”

Robert Forte, editor de *Entheogens and the*

Future of Religion e de Timothy Leary: Outside Looking In



“O *Guia do Explorador Psicodélico* é um livro valioso, corajoso e ímpar. Escrito por um dos mais respeitados e inovadores pesquisadores dos anos 1960, esta obra extraordinária, muito bem escrita, cobre assuntos não encontrados em nenhum outro livro sobre este tema. Fadiman nos proporciona um resumo perspicaz da importante pesquisa inicial sobre criatividade, solução de problemas e desenvolvimento psicoespiritual, tragicamente amputada por um édito governamental, assim como sobre a nova pesquisa do uso de subdoses de LSD para aprimorar o funcionamento normal, nesse processo criando um roteiro para a futura pesquisa psicodélica. O *Guia do Explorador Psicodélico* sabiamente focaliza não a patologia, mas o potencial humano para a saúde e, como tal, mostra-nos como estas substâncias transformadoras podem melhorar o futuro da psicologia – e o futuro da sociedade. Através de um volume radical, porém baseado em evidências, Fadiman usa a combinação da pesquisa e de suas próprias e amplas experiências pessoais de trabalho com Leary, Alpert (Ram Dass), Kesey e outras figuras seminais da pesquisa e da prática psicodélicas para defender convincentemente que os psicodélicos têm o poder de transformar a sociedade e reintegrar a espiritualidade unitária na civilização ocidental. O *Guia do Explorador Psicodélico* está escrito com um humor irônico que traz a intencionalidade sincera e do fundo da alma de Fadiman imediatamente para o leitor, integrando e transformando a partir do momento em que este livro importante, maduro e absolutamente essencial é aberto. Se você está interessado no uso seguro, efetivo e transformador dos

psicodélicos para melhorar nossas vidas e nossa sociedade, você irá devorar este livro. O *Guia do Explorador Psicodélico*, de Fadiman, é o melhor livro jamais escrito sobre este assunto, uma leitura obrigatória.”

Neal Goldsmith, PhD, autor de *Psychedelic Healing*

Esta edição foi publicada nos Estados Unidos da América pela Park Street Press,
uma divisão da Inner Traditions International, Rochester, Vermont.

Esta edição publicada no Brasil mediante acordo com a Inner Traditions International.

Copyright © 2011 by James Fadiman

Copyright © 2022 da tradução em língua portuguesa de José Manoel Bertolote

IX

X

XI

XII

A

Dedicatória

Para Dorothy, minha parceira de todas as maneiras.

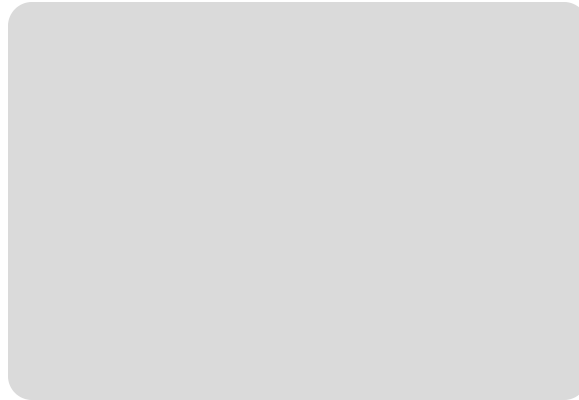
Obrigado àqueles, entre outros, que me ajudaram nesta trilha:

Albert Hofmann, que em 1943 acreditou em sua intuição para examinar novamente o quinquagésimo quinto derivado do ácido lisérgico que ele havia posto de lado cinco anos antes, por ser “sem interesse especial”.

Richard Alpert (Ram Dass), que pela primeira vez abriu meus olhos para as maravilhas dos dez mil mundos.

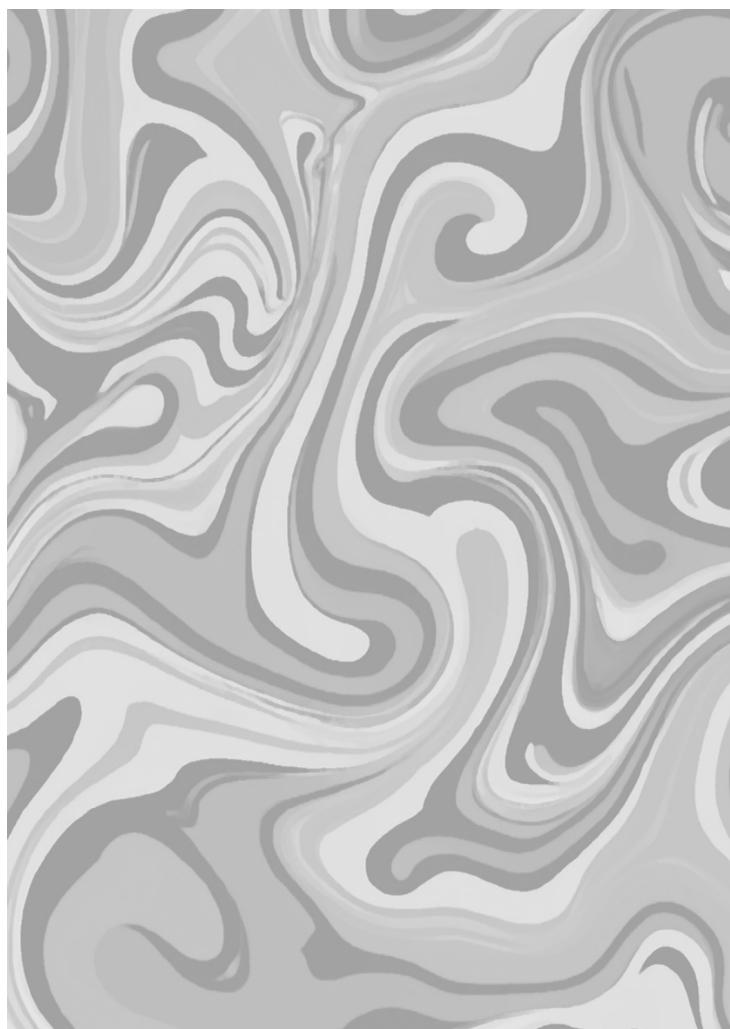
Willis Harman, que me levou além daqueles mundos até à interconectividade de todas as coisas.

Ken Kesey, Tim Leary e Al Hubbard – destruidores de estruturas e da complacência, que fizeram tudo, tanto o possível quanto o impossível.



Pois parece-me que, entre as muitas e divinas coisas que sua Atenas produziu e com as quais contribuiu para a vida humana, nada é melhor dos que aqueles mistérios [eleusinos]. Pois, através deles, passamos de um modo de vida bruto e selvagem ao estado de humanidade, e civilizamo-nos. Assim como são chamados de iniciações, de fato aprendemos com eles os fundamentos da vida e obtivemos não apenas as bases do viver com alegria, mas, também, da morte com mais esperança.

Marcos Túlio Cícero, De Legibus, 2.14.36



GUIA **DO EXPLORADOR** **PSICODÉLICO**

Viagens Seguras, Terapêuticas e Sagradas

Nada contido neste livro pretende encorajar ou apoiar comportamentos ilícitos. Todavia, embora o uso de substâncias psicodélicas permaneça ilícito nos Estados Unidos da América, pesquisadores governamentais estimam que mais de vinte e três milhões de norte-americanos já usaram LSD e, no mínimo, igual número de pessoas já o usaram em todo o mundo. Considerando-se que as substâncias psicodélicas continuam amplamente disponíveis, este material foi preparado a fim de encorajar meios seguros e sagrados para usar essas substâncias se, de alguma maneira, elas forem usadas.



Índice

Agradecimentos XIX

Visão geral. Por que este livro? E perguntas frequentes 1

Uma visão da Terra inteira 6

Experiências transcendentais: sessões enteogênicas 9

Introdução 9

Encontro com a Divindade Interna 11

Parte 1. Diretrizes para viajantes e guias (A Guilda dos Guias) 11

A viagem enteogênica 23

Parte 2. Diretrizes para viajantes e guias (A Guilda dos Guias) 23

Qualidades da experiência transcendente – Quatro características predominantes (Alan Watts) 33

As experiências dos pioneiros psicodélicos em suas próprias palavras

(Albert Hofmann, Aldous Huxley, Stanislav Grof, Alexander Shulgin, Timothy Leary, Ram Dass (Richard Alpert), Ralph Metzner, Huston Smith, Rabino Zalman Schachter-Shalomi, Charles Tart, Frances Vaughan, Bill Wilson, e Peter Coyote) 39

Crescimento pessoal e autoexploração em sessões psicodélicas 57

Introdução 57

Usos terapêuticos de psicodélicos – psicoterapia e cura 61

Coisas que podem dar errado que você precisa conhecer (Neal Goldsmith) 73

Mitos e percepções distorcidas (David Presti, Jerome Beck) 79

Efetividade terapêutica de sessões isoladas guiadas 91

Solução avançada de problemas em sessões focalizadas 101

Introdução 101

Pesquisa inovadora – aumento seletivo de

capacidades criativas (Willis Harman, James Fadiman) 105

Facilitação do aprimoramento da solução de problemas 121

Estudos de casos: dois arquitetos e seis profissionais 129

Sessões grupais para a solução de problemas (Willis Harman) 139

O experimento da revista *Look*: o projeto da edição sobre a Califórnia (George Leonard) 159

Fecham-se as portas da percepção: o dia em a pesquisa foi proibida 165

Novos horizontes 175

Introdução 175

Doses subperceptivas de psicodélicos podem melhorar

o funcionamento normal? 177

Pesquisas com usuários atuais – Este é o seu cérebro com drogas 189

Pioneiro por acaso – Meu relato pessoal 203

Possibilidades positivas para os psicodélicos – Tempo de uma celebração provisória 215

O necessário, o extraordinário e alguns dados radicais 227

Introdução 227

Viagens enteogênicas: uma lista de controle para viajantes e guias 229

Além do LSD, muito além - Sessões com santo-daime e

um retiro no escuro (Michael Wiese, “Anatole,” Lindsey Vona) 237

Mudanças comportamentais posteriores à terapia psicodélica:

resultados persistentes de sessões isoladas com dose alta 251

Questionário sobre experiências

psicodélicas (Willis Harman, James Fadiman) 263

Últimas palavras 269

Notas 273

Índice remissivo 293

1

2

3

4

5

6

7

8

1ª PARTE

2ª PARTE

XVII

12

13

14

15

16

17

18

9

10

11

19

20

21

22

XVIII

4ª PARTE

5ª PARTE

3ª PARTE

Agradecimentos

Tantas pessoas me ajudaram, que esta lista é, na melhor das hipóteses, parcial.

» *Meus professores de redação e amigos:*

Shelly Lowenkauf Leonard Tierney

» *Membros do mundo psicodélico:*

Sasha Shulgin Aldous Huxley

Peter Webster Alan Watts

Robert Forte Robert Jesse

Huston Smith Alicia Danforth

» *Aos que me ensinaram na Fundação Internacional para Estudos Avançados:*

Myron Stolaroff Norman Sherwood

Don Allen Charles Savage

Bob Lehigh James Watt

Mary Allen Robert Mogar

» *Aos professores dedicados à verdadeira liberdade acadêmica e que apoiaram minha pesquisa impopular, na época:*

Nevitt Sanford Jack Hilgard

» *Aos que me ajudaram a completar este manuscrito:*

Tony Levelle – meu sábio editor interno

Anthony Austin – talentoso escritor que tomou a decisão de garantir que, apesar de toda a minha educação, todas as linhas deste livro estariam escritas em inglês. Minha gratidão é enorme.

Sophia Korb – que transformou nuvens de informação em dados úteis.

Mike e Mary do *Windmill Café Grill* – que criaram um lugar perfeito para eu editar e me reabastecer.

» *Agradecimentos especiais à equipe da Inner Traditions. Cada um*

de vocês tornou este livro melhor.

Jon Graham – que acreditou o suficiente para adquiri-lo.

John Hays – que ajudou a mudar o título e me mostrou a sabedoria por trás dessa decisão.

Peri Swan – que criou uma capa bonita e honesta.

Erica Robinson – que fez a cópia da jaqueta cantar.

Jeffery Lindholm – que corrigiu com firmeza quase todos os meus erros.

Jeanie Levitan – que fez com que tudo se encaixasse.

E um ramalhete de agradecimentos a Anne Dillon – editora incrível, sábia, amante de palavras e tranquilizadora de escritores.

XIX

XX

Visão geral

Por que este livro?

E perguntas frequentes

Por que este livro?

Cada um de nós precisa decidir por si se iremos colocar em nossos corpos algo que afete nossa mente, seja microgramas de uma substância química, miligramas de cogumelos, doses de bebidas alcoólicas ou fumaça de tabaco em brasa. Este livro explora os usos benéficos dos psicodélicos, particularmente do LSD. Ele não defende nenhum tipo de atividade ilegal.

Tornar-se mais consciente é seu direito natural. Negar acesso a qualquer faceta da realidade em nome da religião, da ciência, da medicina ou da lei não serve nem ao indivíduo nem à sociedade. Sempre que as oportunidades de autorrealização são suprimidas ou colocadas em risco de serem perdidas, surge o imperativo moral de protegê-las e restaurá-las. Este livro foi escrito para que certo conhecimento e certas experiências e técnicas para aumentar a conscientização não desapareçam.

O *Guia do Explorador Psicodélico* descreve o uso bem pesquisado de psicodélicos para fazer progredir a busca espiritual, para tratamento, para autoconhecimento, para psicoterapia e para facilitar a exploração e a invenção científica. Inclui um primeiro relato sobre um uso emergente: incrementar o desempenho geral. O livro contém diretrizes para sessões espirituais e científicas para que as pessoas que escolherem tomar ou oferecer um psicodélico possam fazê-lo com maior segurança e confiança. Estas diretrizes também podem ser úteis para quem previamente tomou psicodélicos por prazer, obter *insight* ou sabedoria, ou para quem nunca os tomou.

O LSD e muitas plantas e produtos químicos psicodélicos atualmente são ilícitos nos Estados Unidos da América e em muitos outros países. Entretanto, em 2006, de acordo com dados do próprio governo norte-americano, apenas nos Estados Unidos, no mínimo vinte e três milhões de pessoas já haviam usado LSD. Esse número vem aumentando de quatrocentas a seiscentas mil pessoas a cada ano que passa.¹ Nem penalidades legais, nem a desinformação gritante dos últimos quarenta anos parece ter contido a experimentação pessoal. Uma informação baseada em fatos, que poderia reduzir o uso indevido e aumentar os benefícios conhecidos, só pode ser útil.

No futuro, deveria haver centros de pesquisa e formação sobre experiências psicodélicas seguras, em ambientes laicos e religiosos para assegurar um treinamento adequado para o uso sábio e compassivo.² Tais instituições restaurariam o cuidado e o respeito que os psicodélicos têm recebido em quase todas as culturas há mais de mil anos. Até que as barreiras remanescentes em relação à informação e ao treinamento acurados para o uso dessas substâncias sejam finalmente removidas, recursos como o *Guia do Explorador Psicodélico* podem ser úteis.

Cabe a você decidir como e se usará um psicodélico. Se este livro ajudá-lo/a a tomar uma decisão mais bem informada, terá atingido seu propósito. Se impedi-lo/a de fazer alguma bobagem, terá sido muito valioso.

O conteúdo deste livro

Se considerarmos seriamente relatos xamânicos – similares através de continentes, culturas e eras – parece que certas plantas têm a capacidade de induzir, em seres humanos, estados de consciência que transmitem informações consideradas necessárias para manter e restaurar a harmonia natural dos reinos biológicos. O pesquisador de etnobotânica e de enteogenia Terence

McKenna³, e outros, consideram que, em parte, a civilização surgiu de pessoas que ingeriram essas substâncias, ou foi por elas desenvolvida.

Atualmente, a harmonia que existiu outrora está em frangalhos. A dissociação de nossa espécie do resto da natureza nunca foi tão acentuada. “Ao nos desconectarmos emocionalmente da Terra e das plantas perdemos o entendimento de nossas ligações e de nossas relações mútuas”, escreve Stephen Harold Buhner.⁴

A Primeira Parte, “A Experiência Transcendente”, é uma tentativa, entre muitas, de alicerçar as forças da restauração. Os dois primeiros capítulos são diretrizes sobre como conduzir sessões sagradas, ou nelas ser guiado. No capítulo 3, Allan Watts descreve o que caracteriza uma experiência enteogênica (do grego, literalmente, “tornar-se internamente divino”). No capítulo 4, que encerra a Primeira Parte, as principais figuras da ciência da consciência rememoram e avaliam suas primeiras sessões psicodélicas.

A Segunda Parte, “Crescimento Pessoal e Autoexploração em Sessões Psicodélicas”, é baseada em dados, pesquisa e experiência bem documentados. O atual renascimento da pesquisa tem-se concentrado em pacientes com condições físicas e mentais extremamente graves em vez de em preocupações terapêuticas mais amplas. Da ibogaína (uma planta da África Ocidental) que ajuda pessoas a superarem a dependência de cocaína e de heroína, à MDMA (ecstasy, ADAM, X e muitos outros nomes), que alivia os tormentos e cura as feridas do estresse pós-traumático (juntamente com a psicoterapia de apoio), à psilocibina, que reduz a ansiedade em pacientes em fase avançada de câncer, há uma ampla evidência que, sabiamente administradas, essas substâncias reduzem o sofrimento causado pela dependência, pela doença e pela angústia mental.⁵

A Segunda Parte inclui informação sobre o uso inicial, mais estabelecido, de psicodélicos por pacientes ambulatoriais adultos e com indivíduos saudáveis, perfeitamente funcionais, interessados na autoexploração pessoal. Inclui também um capítulo escrito por David Presti e Jerome Beck que cobre os mitos em torno do LSD. O capítulo 6, escrito pelo psicoterapeuta Neal Goldsmith, é um guia de ajuda sobre o que fazer quando as coisas saem erradas – o que também acontece.

A Terceira Parte, “Solução Avançada de Problemas em Sessões Focalizadas”, cobre sessões psicodélicas para facilitar a resolução de problemas científicos e técnicos. Antes de 1966, ano em que o governo norte-americano encerrou praticamente toda a pesquisa, uns poucos grupos haviam aprendido como usar essas substâncias para ajudar a criatividade, porém, desde então esse tipo de pesquisa ficou negligenciado.⁶ Essa parte contém uma descrição da condução de tais sessões de forma bastante diferente das recomendações para terapia ou para experiência espiritual, e inclui um capítulo escrito por Willis Harman e mim sobre pesquisa inovadora.

Os capítulos 10 a 13 (o 12, escrito por Willis Harman, e o 13, por George Leonard) ilustram a diversidade de resultados individuais e grupais obtidos em sessões.

O uso especializado de psicodélicos já modificou nossa cultura. Dois ganhadores de Prêmio Nobel atribuíram suas descobertas ao uso de LSD. Próximo de sua morte, Francis Crick fez saber que sua visão interior da dupla hélice do DNA foi promovida pelo LSD. O químico Kary Mullis revelou que o LSD o ajudou a desenvolver a reação em cadeia da polimerase para ampliar sequências específicas de DNA, descoberta pela qual recebeu o Prêmio. O último capítulo da Terceira Parte é meu relato pessoal que começa no dia em que o governo norte-americano interrompeu a pesquisa

com LSD.

A Quarta Parte, “Novos Horizontes”, cobre alguns rumos emergentes do uso de psicodélicos. Usuários de doses subperceptivas (10 microgramas ou menos) revelam resultados surpreendentes, que são discutidos no capítulo 15. Surpreendentemente, além dos dados descritos no capítulo 16, não houve outros levantamentos sobre histórias de usuários atuais de psicodélicos. Esses levantamentos perguntaram:

- O que você usou? (Há muitas substâncias diferentes disponíveis.)

- Por quê? (Por exemplo: uso social, espiritual, diversão, acompanhar amigos, etc.)

- Que efeitos obteve?

- O que lhe causou de bom ou de mau?

- Quais são suas futuras intenções (usar novamente ou não)?

A Quarta Parte inclui ainda como os psicodélicos afetaram minha carreira, minha personalidade e minha visão do mundo (capítulo 17) e um capítulo sobre tendências atuais e possibilidades positivas para os psicodélicos (capítulo 18). A segunda onda de exploração dos psicodélicos começou.

A Quinta Parte, “Os Dados Necessários, Extraordinários e Alguns Sólidos”, apresenta áreas de interesse mais especializado. A lista do que fazer do capítulo 19 (que sintetiza os capítulos 1 e 2) é para pessoas seriamente interessadas em tornarem-se guia ou terem uma experiência guiada, a fim de assegurar rápida e facilmente que não haja pontas soltas. O capítulo 20 contém três relatos pessoais de Michael Wiese, “Anatole” e Lindsey Vona. Os dois primeiros relatos são sobre *santo-daime*. O terceiro é de uma profunda estadia mística vivenciada durante quatorze dias em escuridão total.

Os dois capítulos finais da Quinta Parte são para as pessoas que, não satisfeitas com exemplos individuais, pedem e esperam dados

grupais. O capítulo 21 lista especificamente mudanças comportamentais após uma sessão terapêutica com uma dose única, conforme a descrição do capítulo 5. O capítulo 22, escrito por mim e Willis Harman, conta os resultados de um questionário sobre experiências psicodélicas guiadas. As respostas oferecem uma ampla evidência do valor que as pessoas atribuem a jornadas bem dirigidas.

Como se pode ver, diversos capítulos foram escritos por outros colegas pesquisadores e, a menos que isso tenha sido assinalado, os capítulos deste livro foram escritos por mim. Se faltar algo que você gostaria que tivesse sido contado, ensinado ou corrigido, como disse o sábio Zen contemporâneo Scoop Nisker, “se não gosta das notícias, vá e crie as suas.” Insira no *website* www.entheoguide.net e/ou entre em contato comigo no www.psychedeliceexplorerguide.com e receba meus agradecimentos.

Perguntas Frequentes

Depois de 1966, por que a pesquisa médica e científica sobre os psicodélicos não continuou, no momento em que o governo tentava limitar seu uso indevido pela população geral, como foi o caso de muitas outras drogas?

Inicialmente, os pesquisadores ficaram perplexos com o porquê de a pesquisa não ter sido autorizada a prosseguir. A restrição do uso de uma intervenção aparentemente bem-sucedida, seja uma psicoterapia, um ensinamento, um treinamento, um procedimento ou um medicamento choca o bom senso.

Uma resposta parcial é que revisões radicais do pensamento humano não ocorrem facilmente, particularmente em instituições cuja própria estrutura ou posição pode ser colocada em risco. Por exemplo, quando a hipnose foi inicialmente usada para aliviar a dor durante uma cirurgia, era vista como curiosidade ou charlatanismo. Para superar a resistência da comunidade médica,

uma operação foi realizada diante de um grande número de membros do Colégio Britânico de Médicos e Cirurgiões. Foi feita a amputação de uma perna de um homem sob hipnose. O paciente permaneceu consciente, sem chorar, durante todo o procedimento.

Quando os assistentes estavam saindo, ouviu-se um dizer a outro: “O que você acha?”.

“Acho que o paciente estava fingindo”, respondeu o outro. Seu colega concordou. Logo depois, descobriu-se o éter e foi rapidamente aceito como um anestésico efetivo, provavelmente porque sua ação era inteiramente fisiológica e, portanto, não exigia revisão de nenhuma crença prévia. A hipnose ainda não é parte do núcleo do currículo médico, nem mesmo da psiquiatria.

Os primeiros resultados positivos do uso dos psicodélicos foram recebidos, como os da hipnose, com descrença. O governo norte-americano nunca apoiou pesquisa sobre o uso terapêutico de psicodélicos, embora tenha dedicado à Agência Central de Inteligência (CIA) verbas generosas para pesquisas secretas sobre o possível uso do LSD como arma de guerra.

Hoje, uma nova geração de cientistas está explorando este material, e uma nova geração de gestores, de mente mais aberta, tem permitido que completem alguns estudos, poucos, mais muito reveladores. A tendência parece ser a de permitir que mais pesquisa tenha andamento.

Você escreve sobre aventuras místicas, inovações científicas, terapia e crescimento pessoal, mas não falou nada sobre o uso de psicodélicos apenas para diversão.

O *Guia do Explorador Psicodélico* não discute o uso recreativo ou por diversão de psicodélicos exatamente porque há tanta informação, desde umas bem fundamentadas até outras de opinião pessoal, que não há o que acrescentar sobre esse tipo de uso.

Este livro descreve algumas formas de usar psicodélicos. Ao longo de milhões de anos, você foi afinado para desejar estar em harmonia com o mundo natural, para ser curioso sobre sua própria mente, e para reconhecer a unidade essencial a que pertence. Se você vai ou não escolher usar experiências psicodélicas como parte de sua autodescoberta, sua decisão deveria ser bem informada.

Uma Visão da Terra Inteira

Stewart Brand

*Quando me perguntam “qual o melhor exemplo da magia que o LSD pode proporcionar?”, conto a experiência de Stewart Brand. Uma sessão, uma pessoa, 100 mcg. Nessa sessão surgiu uma visão, que mudou para sempre a maneira como olhamos a Terra. O trecho seguinte, “por que ainda não vimos uma foto da Terra inteira?” é do livro *The Sixties: The Decade Remembered Now by the People Who Lived It Then*, editado por Lynda Obst e publicado em 1977 pela Random House e Rolling Stone Press, que também pode ser encontrado em www.smithsonianconference.org/expert/exhibit-hall/spi. Nele, Stewart Brand, fundador, editor e responsável pela publicação de *The Whole Earth Catalog*, relata seu ativismo em defesa do planeta, e como ele influenciou na criação da imagem persistente da Terra vista do espaço.*

Era fevereiro de 1966, um mês após o Festival Trips no Longhorseman's Hall, quando a “Terra inteira” surgiu-me, com a ajuda de 100 microgramas de dietilamida do ácido lisérgico. Eu estava sentado num terraço superior coberto de cascalho na Praia Norte de São Francisco. Tinha vinte e oito anos.

Naqueles dias, a resposta padrão ao tédio e à incerteza era LSD seguido de um projeto grandioso. E, lá estava eu sentado, enrolado num cobertor ao gélido sol da tarde, tremendo de frio e de uma emoção rudimentar, admirando a linha do horizonte de

São Francisco, esperando por minha visão.

Os edifícios não estavam paralelos – porque a Terra era curva sob eles, e sob mim e sob todos nós... Buckminster Fuller não parava de falar sobre isso – que as pessoas percebiam a Terra como plana e infinita e como nisso estava a raiz de todo o seu mau comportamento. Agora, do alto de três andares e de 100 micrograminhas, eu podia ver que ela era curva, pensar nisso e, finalmente, sentir isso.

Isso tinha que ser divulgado, esse ponto de importância fundamental dos males do mundo. Reuni meus trêmulos pensamentos, enquanto o vento soprava e o tempo passava. Uma fotografia poderia fazê-lo – uma fotografia colorida da Terra vista do espaço. Ali estaria ela à vista de todos, a Terra completa, pequena, à deriva – e ninguém nunca mais perceberia as coisas da mesma maneira novamente.

Como eu poderia induzir a NASA ou os russos a finalmente inverter as câmeras? Poderíamos criar um botão. Um botão com o comando “Tire uma foto da Terra inteira”. Não, teríamos que empregar o grande recurso norte-americano da paranoia e transformá-lo numa questão: “por que eles não fizeram uma foto da Terra toda?”.

Mas, havia algo errado com “toda” e algo errado com “eles”.

“Por que não ainda não vimos uma foto da Terra inteira?”. Ah. Era isso!

No dia seguinte mandei imprimir várias centenas de broches e de cartazes. Enquanto isso acontecia, passei duas horas na biblioteca de São Francisco em busca de nomes e endereços de autoridades relevantes da NASA, de membros do Congresso e de suas secretárias, de cientistas e diplomatas soviéticos, de autoridades da ONU, Marshall McLuhan e Buckminster Fuller.

Quando os broches ficaram prontos, despachei-os. Aí, preparei uma barraquinha de vendas, vesti um macacão branco, botas,

cartola, um coração de cristal e flores, e fiz minha estreia no Portão Sather da Universidade da Califórnia, em Berkeley, vendendo meus broches por vinte e cinco centavos cada.

Funcionou perfeitamente. O escritório do reitor expulsou-me do câmpus, o *San Francisco Chronicle* noticiou e tive minha divulgação.

Insisti. Aí, parti para Stanford, daí para Columbia, Harvard e MIT. “Quem, diabos, é esse?”, perguntou um dos diretores do MIT, ao ver magotes de estudantes a comprar meus broches.

“É meu irmão”, disse meu irmão Pete, um instrutor do MIT.

Não foi por um acaso da história que o primeiro Dia da Terra, em abril de 1970, veio logo depois que fotografias coloridas da Terra inteira vista do espaço foram feitas pelos astronautas da missão *Apollo 8* à Lua, em dezembro de 1968. Quem curti fotos da Terra repaginou tudo.

Pela primeira vez a humanidade via a si mesma de fora. As características visíveis do espaço eram o oceano de um azul vívido, continentes verde-acastanhados, gelo polar deslumbrante e uma atmosfera densa, tudo incrustado como uma delicada joia na vasta imensidão do vácuo espacial. O hábitat da humanidade parecia pequenino, frágil e raro. Subitamente, os seres humanos tinham um planeta para cuidar. A fotografia da Terra inteira vista do espaço ajudou a geração de muitos movimentos – o movimento ecológico, o sentimento de política global, o surgimento da economia global, e assim por diante. Penso que todos esses fenômenos tiveram, num certo sentido, permissão para acontecer pela fotografia da Terra vista do espaço.

Esta foto da Terra foi tirada por Bill Anders, membro da tripulação da *Apollo 8*, em 24 de dezembro de 1968. A imagem foi fornecida por cortesia da NASA.



Deduzo, dos ensinamentos de Don Juan, que os psicotrópicos são usados para interromper o fluxo de interpretações comuns e para fragmentar a certeza.

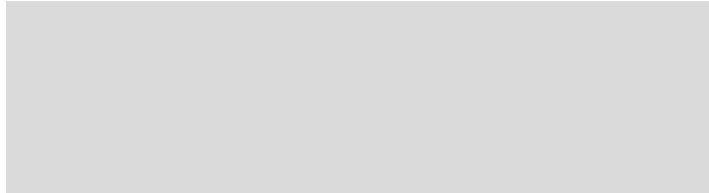
Carlos Castañeda, *Vozes e visões*

O que normalmente chamamos de “realidade” não passa de uma fatia do fato total que nosso equipamento biológico, nossa herança linguística e nossas convenções sociais sobre pensamento e sensações nos permitiram apreender... O LSD nos permite cortar outro tipo de fatia.

Aldous Huxley, *Moksha*



A



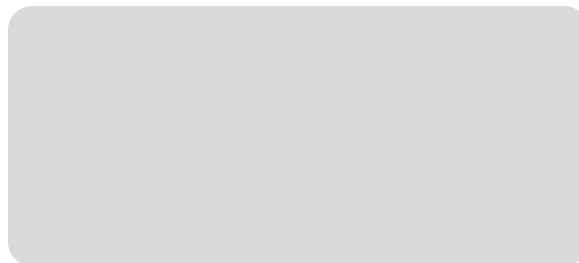
PRIMEIRA PARTE

EXPERIÊNCIAS TRANSCENDENTES sessões enteogênicas

Introdução à Primeira Parte

Há uma porta dentro de cada um de nós. Quando essa porta se abre, revela-se uma unidade que abrange todos os seres e transcende todos os limites. Místicos em todos os sistemas religiosos, em todas as culturas e em todas as épocas relataram que essa é a verdade suprema. Os que passaram por essa experiência concordam em que esse estado é esquivo e, em geral, recordado apenas em fragmentos. Entretanto, aqueles que conseguiram atingir apenas um momento da compreensão visionária, consideram-na de um valor inestimável.

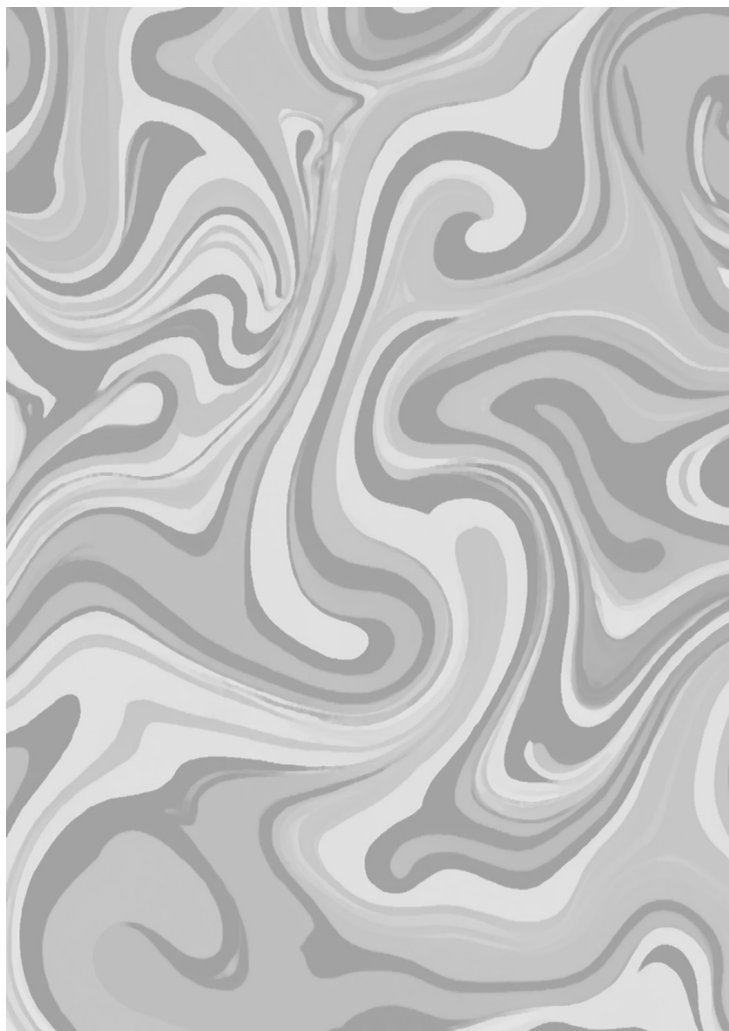
Diferentes culturas desenvolveram dúzias de maneiras de apreender este estado unitário. Suas vias incluem austeridade física, ciclos de oração, meditação, devoções, rituais respiratórios e posturas físicas. Muitos usaram plantas em combinação com outras práticas. Para uns, o uso de um psicodélico torna a experiência suspeita. Porém, há aqueles que, como nós, acreditam que não importam como se ascenda à montanha, a vista do cume é a mesma. O que se ganha com a vista e com a ascensão dependerá, como sempre tem sido, de como se incorporam tais momentos em sua própria vida.



Eis como um ser humano pode mudar:

*há um verme devotado a comer folhas de
vinha. Subitamente, ele desperta, chame-o graça,
como quiser, algo desperta-o e ele deixou de ser um
verme. Ele é todo o vinhedo, e o pomar também, os
frutos, os troncos, uma sabedoria e uma alegria
crescentes que não precisam ser devoradas.*

Rumi, "O despertar do verme"



1

O ENCONTRO COM A DIVINDADE INTERNA

PARTE 1: DIRETRIZES PARA VIAJANTES E GUIAS

A Guilda dos Guias^{*}

Por que Este Material Foi Criado

Num estudo com quase cem pessoas que tomaram psicodélico e foram guiadas, conforme indicado neste capítulo, 78% relataram: “Foi a maior experiência da minha vida”.¹ Esta resposta foi dada mesmo por pessoas que já tinham tomado um psicodélico muitas vezes antes. Este capítulo descreve como tirar proveito de um guia experiente, quantidade suficiente de material psicodélico e um ambiente acolhedor.

Muitas pessoas que esperam ter uma experiência mística ou enteogênica com o uso de psicodélicos não sabem como atingir esses níveis de consciência e permanecer aberto a eles. E poucas pessoas que querem ajudar outras nessa viagem tiveram o benefício de aprender como atuar como um guia efetivo. Este capítulo foi escrito para oferecer sugestões úteis testadas para guias e viajantes. As diretrizes destinam-se a promover o uso espiritual, não o recreativo.

Este capítulo reúne as percepções de inúmeros guias psicodélicos que nos últimos quarenta anos vêm trabalhando discretamente para facilitar experiências enteogênicas com o máximo de segurança e espiritualidade. Esta compilação foi feita para ampliar o entendimento espiritual e minimizar experiências negativas.

Muitos daqueles que já tiveram uma sessão guiada sabem do impacto da experiência psicodélica e como ela melhorou suas vidas. Entretanto, a presença de um guia experimentado aumenta

muito a probabilidade de se atingir níveis expandidos de consciência e, depois, de lembrar e integrar a experiência.

O fato de que um guia faz diferença significativa na qualidade da experiência acentua a diferença entre os psicodélicos e quase todos os demais medicamentos. Essa diferença não decorre apenas de que a planta ou a “droga” permite aceder a uma gama mais ampla de experiências mas, também, de que a direção, o conteúdo e a qualidade global das experiências podem ser mais focadas e aprofundadas com o guia.*

A fim de estabelecer o melhor ambiente possível para as sessões psicodélicas espirituais, é fundamental ter em mente seis fatores primários que afetam bastante a natureza e o valor dessas experiências:

Set

Ambiente

Substância e quantidade (dose)

Acompanhante e guia

Sessão

Situação

Glossário

Acompanhante: Pessoa, com frequência amiga, mas nem sempre, que cuida do viajante depois da sessão, bem como durante o período inicial do retorno. Por vezes, os termos Acompanhante e Guia são usado indistintamente.

Enteógeno: Qualquer psicodélico usado especificamente para aumentar a probabilidade de uma experiência espiritual. Etimologia: derivado de um termo grego que significa “o que faz com que Deus seja conhecido ou vivenciado dentro de um indivíduo”.

Guia: Pessoa com considerável experiência pessoal e conhecimento sobre estados alterados de consciência, com e sem

o uso de psicodélicos. O guia ajuda outras pessoas a vivenciarem toda a gama de estados enteogênicos e fornece apoio quando as vivências são mais desafiadoras. Supõe-se que o guia não use psicodélicos durante a sessão, nem outras drogas ou álcool – antes ou durante a sessão.

Psicodélico: Termo genérico para o espectro de substâncias naturais e sintéticas que alteram a consciência. Inclui o LSD-25, a mescalina (e o cacto peiote, que contém mescalina), a psilocibina (e os cactos que contêm psilocibina, bem como outras plantas e substâncias). Nosso foco principal é o LSD-25 (aqui chamado de LSD), geralmente considerado o mais potente psicodélico e o que facilita o acesso à mais ampla gama de vivências. (Veja “Dose” nas diretrizes para informações sobre psicodélicos relacionados).

Sessão: Tempo de uma viagem (seis a doze horas).

Set: A preparação e as expectativas do viajante e do guia.

Ambiente: O entorno, basicamente físico, mas também o próprio clima do espaço da sessão.

Situação: Integração pós-experiência. Os relacionamentos e o apoio disponíveis, especialmente depois da sessão (por exemplo, casa, trabalho, amigos, meio ambiente).

Substância: O psicodélico específico usado para facilitar a viagem.

Viajante: Pessoa que toma um psicodélico.

Preparação Para Uma Viagem Guiada

Uma vez tomada a decisão de trabalhar juntos, mesmo se o guia estiver familiarizado com a condução de uma sessão, será útil para o viajante e para o guia revisarem conjuntamente as sugestões dos capítulos 1 e 2. Ao revisar as seções que cada um acha importantes, podem, juntos, alinhar melhor seus interesses a aumentar seu contato.

Por que um Guia?

Para a maioria das pessoas, o sentimento predominante durante uma sessão não é o de descobrir algo novo, estranho, do outro mundo, mas lembrar e reunir com uma clareza irretocável o que estava latente em sua própria mente. Apesar da natureza intensamente pessoal da experiência, nunca é demais destacar a importância de uma guia. Durante a experiência de despertar para si mesmo, o valor de alguém que o apoie é inestimável. Seu guia conhece o terreno, pode sentir onde você está e será capaz de avisá-lo ou precavê-lo, se for adequado.

Nunca é demais destacar que não estamos falando sobre “uma experiência com drogas”, mas sobre a melhor maneira de se abrir para seu mundo interior e fazer uso de uma vasta gama de experiências, depois de tomar essas substâncias. Nas palavras de um guia, que falava sobre o papel dos psicodélicos em relação a outras práticas: “Ele melhora estados da mente acessíveis também através de uma prática intensa e de focalização da atenção que se pode descobrir através da ioga, da meditação, do jejum e de outras disciplinas”. Aparentemente universal, esta abertura em geral é vivenciada com a reunião de si mesmo com um fluxo eterno de energias e entendimentos.

Aldous Huxley, o escritor e filósofo, ao escrever sobre suas primeiras experiências psicodélicas, falou sobre “o significado intensificado das coisas”. Objetos que ele havia visto incontáveis vezes, e raramente havia notado, fascinaram-no como se fosse a primeira vez. O psicodélico deu à sua mente mais liberdade para ver miríades de conexões, ligando itens corriqueiros anteriormente a um oceano de ideias, memórias, sentimentos e atitudes. Huxley descreveu visões vibrantes e antigas constelações arquetípicas que ele sentiu estarem presentes, embora desapercibidas, em sua mente.

Depois de revisar muitos e distintos progressos espirituais, William James, o primeiro psicólogo importante norte-americano,

chegou à seguinte conclusão, particularmente verdadeira a respeito da experiência enteogênica:

Naquela ocasião, uma conclusão invadiu minha mente, e minha impressão de sua veracidade permaneceu inabalável desde então. É que em nossa consciência desperta, em seu estado normal, a consciência racional, como a chamamos, é apenas um tipo especial de consciência. Entrementes, dela separadas pelo mais tênue dos véus, há formas potenciais de consciência inteiramente diferentes. Podemos passar pela vida sem suspeitar de sua existência; todavia, aplique o estímulo necessário e, num toque, ali estão elas em sua plenitude, tipos diferentes de mentalidade que provavelmente em algum momento terão seu campo de aplicação e de adaptação. Nenhuma descrição de todo o universo poderá ser completa se deixar de considerar outras formas de consciência.²

Albert Hofmann, o químico que criou o LSD e descobriu seu potencial enteogênico, fez eco à declaração de James. Ele escreveu: “O primeiro experimento com o LSD foi, portanto, tão profundamente comovente e alarmante, porque a realidade cotidiana e o eu que a vivenciava, até então por mim considerada como sendo a única realidade, dissolveu-se, e um eu desconhecido vivenciou outra realidade desconhecida”.³

Experiências iniciais

É natural esperar que a primeira experiência sexual seja amorosa e agradável. Entretanto, para muita gente essa iniciação pode ser embaraçosa e desconfortável – até mesmo traumática. Infelizmente, os psicodélicos autoadministrados também podem ter efeitos gravemente perturbadores e persistentes. Uma sessão bem estruturada aumenta a probabilidade de uma experiência psicodélica ser significativa, saudável e aperfeiçoadora.

O que Você Precisa Saber para Guiar uma Viagem

O Set: A preparação para a sessão

Sugestões para o viajante

Se possível, programe uma viagem como um processo de três dias.⁴ Idealmente, no primeiro dia permaneça calmo e sem pressa. Reserve tempo para uma autorreflexão, passando parte do dia de preparação próximo da natureza. Separe o segundo dia todo para a sessão. Tente usar a maior parte que puder do dia após a sessão para começar a integrar a experiência e registrar suas descobertas e *insights*.

Antes da sessão, é bom clarificar seus preconceitos pessoais sobre experiências psicodélicas, plantas sagradas e enteógenos em geral. Ademais, pense e reflita sobre seu entendimento de experiências místicas, de consciência cósmica, ou sobre qualquer outra coisa que ouviu dizer que lhe ocorra. Divida suas expectativas, preocupações e esperanças com seu(s) guia(s). Isto ajudará a mantê-los afinados entre si durante a sessão.

A discussão antecipada da gama de possíveis vivências permite que a sessão transcorra mais tranquilamente. Seja você um principiante ou um viajante experiente podem ocorrer vivências internas totalmente novas, que podem incluir:

- Formas geométricas e cores cascadeantes (geralmente, no início da sessão)
- Alteração do tempo percebido (expansão ou contração do “tempo do relógio”)
- Achar-se numa realidade inteiramente diferente, como se você tivesse vivido ou estivesse vivendo em outra época ou outro lugar
- Estar num corpo diferente de um dos sexos
- Tornar-se um animal, planta ou microrganismo
- Vivenciar seu próprio nascimento

À medida que a sessão progride, não é incomum encontrar-se

com entidades que alguns referem como “presença de espíritos”. Estes encontros são, em sua maioria, positivos. Entretanto, se você ficar incomodado ou assustado, informe seu guia.

A fim de maximizar a utilidade de realizações que podem ocorrer durante sua viagem psicodélica, é de grande valia escrever previamente o que você espera aprender, vivenciar, entender ou resolver. O que quer que tenha escritor deve ficar disponível para você e para o guia durante e depois da sessão. Alguns guias experientes notaram que o viajante pode, de fato, dirigir sua viagem escolhendo antecipadamente um pequeno número de questões para direcionar a sessão. Pode-se usar essa experiência para uma indagação focalizada em preocupações psicológicas, espirituais ou sociais específicas. E, ao mesmo tempo, estar aberto a abraçar qualquer coisa que surja de um novo encontro.

Além de esclarecer questões, é útil, para algumas pessoas, identificar objetivos. Seus objetivos podem ser espirituais: ter uma experiência direta com alguns aspectos da sua tradição ou de outras, transcender crenças prévias, e até transcender a si mesmo. É possível que você tenha o que é chamado de “experiência de unidade”, na qual não há separação entre sua identidade e tudo mais.

Suas metas podem ser sociais: melhorar o relacionamento com seu cônjuge, filhos, parentes, colegas, amigos e instituições espirituais e seculares. Suas metas podem ser psicológicas: obter *insight* sobre padrões neuróticos, fobias, raiva ou luto não resolvidos. Se você sabe que quer trabalhar essas áreas, estas diretrizes podem ser insuficientes. Para essas metas, recomenda-se uma preparação adicional e seria melhor trabalhar com um guia com formação em Psicologia.

Sugestão para o guia

Guiar alguém numa jornada psicodélica é um trabalho sagrado.

Você está ali para garantir que a sessão seja segura e benéfica ao máximo, para aumentar a probabilidade de que o viajante entre em estados transpessoais e transcendentais, para minimizar as dificuldades e para honrar a confiança depositada em você. Não é necessário ter muita informação especializada para ser um guia magnífico. Os pré-requisitos essenciais são compaixão, intuição e bondade amorosa.

Entretanto, além dessas qualidades, é valioso ter um conhecimento básico em certas áreas: a diversidade dos possíveis efeitos, os princípios básicos de várias tradições espirituais e uma percepção da partilha de conceitos e ideias úteis com o viajante. Suas sugestões nos momentos exatos podem ajudar o viajante a fazer descobertas fundamentais ou reter entendimentos importantes.

Variedade de efeitos: Qualquer experiência psicodélica pode incluir uma ampla gama de respostas, reações, visões e dramas internos, desde estáticos até aterrorizantes. Por vezes, você precisará assegurar ao viajante que uma determinada vivência, mesmo se perturbadora, é normal e passará. Em outros casos, pode ser preciso ajudar um indivíduo a lidar com um sintoma físico. Raramente, pode ser necessário buscar ajuda externa. Circula muita desinformação sobre os psicodélicos. Portanto, como parte da preparação de qualquer jornada, é essencial desfazer falsas ideias sobre os efeitos dos psicodélicos. Um site atualizado que discute desinformações sobre LSD e outras substâncias que expandem a mente encontra-se pesquisando “lendas urbanas sobre drogas ilícitas”. Em <https://en.wikipedia.org>. Busque também www.snopes.com.

Permaneça centrado: Quanto mais centrado você for como guia, mais efetivo será. Quanto mais você souber sobre você mesmo e sobre a pessoa que está guiando, maior a probabilidade de que você permanecerá centrado e tranquilo ao longo da sessão.

Quanto mais você estiver à vontade, mais fácil será para o viajante fazer a transição de um estado para outro. Depois de revisar centenas de sessões em diferentes settings, Timothy Leary e Richard Alpert (Ram Dass), quando ainda eram professores de Harvard, concluíram que na maioria das situações um viajante fica perturbado quando o guia fica instável, inseguro ou incomodado.

Tradições sagradas: Se quiserem, os viajantes podem começar com suas próprias orientações religiosas. Além disso, não é incomum que o viajante encontre seres ou vivencie estados de consciência descritos em tradições que não sejam as suas. Você pode reduzir a ansiedade gerada por esses encontros, caso ocorram, preparando-se para apoiar e respeitar qualquer tradição que surgir. Como cada tradição tem seus próprios símbolos e descrições de estados superiores, é improvável que você conheça todos. Os níveis mais elevados de todas as tradições podem ser essencialmente os mesmos, mas a capacidade de cada indivíduo para captar e integrar estados alterados será única. Por exemplo, cada uma dessas abordagens para aproximar-se de Deus deriva de uma tradição diferente: querer ter a percepção de Deus, mas permanecer separado; querer amar e interagir com Deus, mas sem perder a própria identidade; ou dissolver-se e fundir-se com Deus. Seu apoio às intenções iniciais do viajante a respeito de vivências espirituais ou religiosas é a melhor maneira de começar. Entretanto, estar disposto a realinhar seu apoio à medida que mudam as vivências do viajante, também. Em outras palavras, permanecer aberto e presente ao que quer que ocorra. Uma resposta útil a qualquer vivência que leve ao limite o sentido de realidade do viajante durante a sessão é convidá-lo delicadamente a ir adiante dizendo “Isso. Muito bem! Quer saber mais?”. Quando um viajante se sente seguro, aumenta a capacidade de atingir grandes alturas, e também de se lembrar e integrar a experiência.

Trabalhando o medo: Se o viajante tem uma experiência

limitada de estados alterados, ele ou ela pode ficar apavorado/a quando as dimensões familiares de identidade começam a se dissolver. Um guia pode aliviar esse medo ao falar sobre essa possibilidade na parte preparatória. Quando um viajante olha diretamente para o complexo novelo de memórias, desejos, inseguranças e outros fios internos não resolvidos, ficar apavorado pode ser uma reação normal. Seja tranquilizador: esclareça que a sensação de medo é normal e passará. Sua tranquilização possibilitará que o indivíduo processe o medo mais facilmente. Durante os momentos de medo, você pode tocar de leve toque e sugerir que respire profundamente. Note qualquer mudança na profundidade ou no padrão da respiração. Respiração superficial ou arfar sugere resistência, respiração lenta geralmente ocorre quando uma barreira se dissolve.

Itens comuns para guias

Intenções: Repasse suas próprias esperanças e medos com o viajante e consigo mesmo antes do início da sessão. Tome cuidado para não esperar por nenhum desfecho em particular. Sua tarefa é deixar espaço para a jornada do viajante, não estabelecer metas.

Ponto de vista: Você pode esperar que a pessoa que irá guiar concorde com você em certos assuntos, especialmente nos espirituais. É natural esperar isso (afinal, você é humano), mas é inconveniente expressar essas opiniões durante a sessão. Discuta isso antecipadamente, se sentir que seu ponto de vista poderia ser um problema que poderia interferir na objetividade.

Relacionamento com o viajante: Se você for cônjuge ou amante do viajante, pense seriamente antes de guiar essa pessoa. Se esse relacionamento for um problema para algum dos dois, deixe que outra pessoa seja o guia. Se surgirem sentimentos sexuais em você ou no viajante (e isso acontece com frequência), deixe que esses sentimentos existam, como deixaria ocorrer qualquer outra parte

da experiência. Entretanto, não faça nada sexual, mesmo se for solicitado. Num ambiente enteogênico, qualquer atuação (*acting-out*) pode ser confusa.*

Limites sociais: Cuidado com seus próprios julgamentos sobre os relacionamentos pessoais do viajante. É importante não sugerir a avaliação de nenhum tipo de relacionamento em particular durante a sessão, a menos que isso tenha sido acertado antecipadamente. Sua aprovação ou desaprovação de qualquer relacionamento pode facilmente perturbar o próprio processo de descoberta do viajante.

Expressão transpessoal: Durante sessões enteogênicas, os viajantes geralmente vivenciam domínios além de seus egos pessoais. Em consequência, podem passar por transições transformacionais. Lembre-se sempre de que há infinitas maneiras de descobrir Deus, bem como inúmeras de descrever essa descoberta. Deixe o viajante ficar com suas próprias realizações. Como uma prática geral, encoraje o viajante a colher suas vivências; deixe a discussão sobre elas para uma revisão e reflexão posteriores e nem tente imaginá-las enquanto estão acontecendo.

Quando cancelar ou adiar: Se, por qualquer motivo, tiver uma intuição que o momento não é adequado, que a pessoa não está preparada ou não tiver feito a preparação necessária, ou que você não é o guia apropriado, não hesite em adiar ou atrasar a sessão.

Se, ao preparar a sessão alguém expressar a intenção de mergulhar profundamente em sofrimento, escuridão ou na natureza do mal, tome cuidado. A menos que você tenha um treinamento psicoterapêutico relacionado a estados alterados, considere seriamente não guiar essa pessoa. As pessoas que começam com essas intenções em geral acabam encalhando em partes infernais de seu psiquismo e podem causar danos a si mesmas. Se não tiver certeza de que pode lidar com tais

problemas, você está certo e não deveria guiar tal sessão. Sugira ao indivíduo que, em vez disso, trabalhe num contexto não psicodélico. Isso não é negar o valor e a utilidade de experiências extremamente negativas, mas entrar nesse terreno como o foco primário para a experiência psicodélica com um guia inexperiente pode ser uma situação traiçoeira. *

Ambiente

Os seguintes fatores são importantes para a determinação do *setting*:

Ambiente circundante: Tudo o que é preciso para uma viagem segura com infinitas possibilidades é um cômodo espaçoso com um sofá ou uma cama onde o viajante possa descansar, uma cadeira confortável para o guia, e fácil acesso ao banheiro. Uma boa ideia é ter à mão diversas almofadas e cobertores. O cômodo deve ter também algum sistema de som. É melhor se o cômodo for isolado de vistas e ruídos exteriores, incluindo vozes de pessoas e telefones. Seu objetivo é criar o espaço mais simples possível. A maioria dos guias experientes prefere começar num ambiente interno com música, para que a mente do viajante seja a fonte primária do que vai acontecer.

Dito isso, um ambiente externo tem suas vantagens. Vento, folhas em movimento, aves, cursos d'água, riachos, rios, ondas do mar – o contato com a natureza pode tornar-se uma parte essencial da sessão.

Ao ser questionado sobre tomar um psicodélico, Albert Hofman fez uma única recomendação: “Sempre tome em contato com a natureza”. Se você se decidir por um ambiente exterior, a experiência pode ser extrovertida. Entretanto, mesmo no exterior a música é útil.

Com uma dose enteogênica suficiente, no interior ou em ambiente externo, o viajante tende a ficar muito tempo deitado,

de dia ou de noite. Um equilíbrio ideal parece ser deixar passar os segmentos mais intensos no interior e ir para fora mais tarde, durante a sessão. O que importante é manter o apoio e a segurança físicos, pessoais e psicológicos.

Incenso: Durante séculos o incenso tem sido parte de muitos rituais enteogênicos, e pode servir como outro meio de orientar e acompanhar o viajante.⁵

Música: A maioria das culturas que usa plantas para curar, ler a sorte ou reavivar espiritualmente usa música para facilitar a transição de um nível de consciência para outro e aumentar a sensação de segurança através de um apoio não verbal. Com ou sem a ingestão de psicodélicos, bater tambor, cantarolar, dançar ou cantar são usados em todo o mundo para dirigir mudanças na consciência. A música é muito valiosa para ajudar as pessoas a viajarem além de seus padrões habituais de pensamento. A música apoia e sugere, logo, escolha com sabedoria.

Durante uma sessão, a música torna-se uma tapeçaria ricamente tecida em camadas sonoras e com frequência evoca emoções fortes. Para a maioria das pessoas a música parece vir de dentro de seu próprio corpo e não apenas percebida como som, mas também como cor, forma, textura, odor ou sabor.

Pode-se usar fones de ouvidos ou auriculares. Alto-falantes estereofônicos próximos da cabeça do viajante são apropriados e permitem maior liberdade de movimento. Discuta previamente sobre as músicas que serão tocadas. As seleções das músicas podem ser sugeridas pelo guia e pelo viajante.

Se uma seleção não parecer adequada durante a sessão, o viajante pode sinalizar ou dizer, “Por favor, mude a música”. Mantenha o que estiver tocando por mais alguns minutos para certificar-se de que o pedido é apropriado e não apenas uma maneira de o viajante expressar uma reação ou permanecer no

controle. Explique, na preparação da sessão, como você vai regular a música. Em estados de consciência mais profundos, o viajante pode nem mesmo ouvir a música. Entretanto, mesmo então, a música tem um objetivo de proteção, como a rede para um trapezista. Tenha no mínimo oito horas de música disponíveis para poder escolher ou mudar conforme a necessidade.

Recomendações musicais: Assim que o psicodélico começar a fazer efeito, coloque a seleção que o viajante fez para começar. Muitos guias têm sua própria coleção de música de sessões anteriores, que podem ser usadas a partir desse ponto. Em todo caso, use música sobre as quais você e o viajante concordaram ou certifique-se de que o viajante confia em suas escolhas.

Música clássica tende a ser considerada apropriada para a maioria das pessoas, mesmo se não as tiverem escolhidas. A *Montanha misteriosa*, de Hovhanness, o *Requiem*, de Fauré, cantos gregorianos, solos de piano, piano com um ou dois instrumentos, flauta desacompanhada, *ragas* e gravações de tambores indígenas podem ser usadas eficientemente. Qualquer coisa com palavras que o viajante entenda pode ser perturbadora e não deveria ser tocada depois da primeira hora. Música que possa despertar emoções fortes ou manipuladoras é um problema em potencial.⁶ Lá pelo meio da tarde (depois de umas seis horas), quase qualquer escolha musical será apreciada, mas, durante as horas precedentes, mais intensas, a seleção da música é importante. Perto do final da sessão, se for solicitado, toque qualquer música que o viajante desejar, incluindo peças com letras.

Ouvir música de olhos fechados aumenta seu valor e seu impacto potencial. Uma máscara de olhos, uma almofadinha visual, um pano de prato dobrado, um lenço, facilitam vivenciar a música internamente. (Há importantes facetas da consciência a

serem abordadas de olhos abertos ou fechados, mas muitos guias recomendam que o viajante passe a maior parte do tempo de olhos fechados, principalmente os períodos de consciência mais intensamente elevada. Como disse um guia, “é impressionante o quanto se pode ‘ver’ de olhos fechados”.

Substância

O LSD é completamente metabolizado muito antes de que o pico e seus efeitos sejam sentidos.⁷ Parece que ele age como um catalizador, criando um ambiente que permite que ocorram outras reações. O LSD age como um lubrificante, permitindo que certas capacidades interajam umas com as outras mais facilmente, permitindo, assim, a plena expressão de funções cerebrais latentes. A vivência resultante varia de sutis mudanças da sensopercepção até mergulhos deslumbrantes em outras realidades. Outras substâncias psicodélicas são metabolizadas em diferentes velocidades; entretanto, cada substância permite a expansão da consciência além de seus limites habituais.

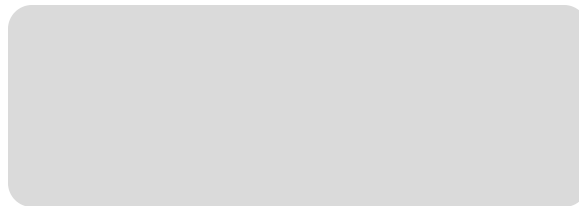
Dose: Obviamente, o uso de qualquer planta ou extrato de planta impede medidas exatas. Entretanto, há alguns parâmetros. A faixa normal para o LSD é de 150 a 400 microgramas. Embora este livro focalize o LSD, toda uma gama de vivências similares pode ocorrer com a mescalina ou com a psilocibina. Se o viajante tomar mescalina, 1 micrograma de LSD é igual a 1 ou 2 microgramas de mescalina. Se usar psilocibina, 30 microgramas têm sido chamados de “dose alta segura”.⁸ Apenas o peso corporal e o metabolismo não parecem ser variáveis decisivas para selecionar a dose certa para um indivíduo. Uma fonte confiável de informação sobre doses de vários psicodélicos pode ser encontrada em www.erowid.org/psychoactives/dose/dose.shtml.

¹*O set e o ambiente, de há muito, têm sido ignorados pela pesquisa médica, porém, a crescente

literatura sobre o efeito placebo, por exemplo, está forçando uma atenção, há muito devida, ao fato óbvio de que muito de nossas reações a qualquer estímulo depende do contexto real e da maneira como nós o percebemos.

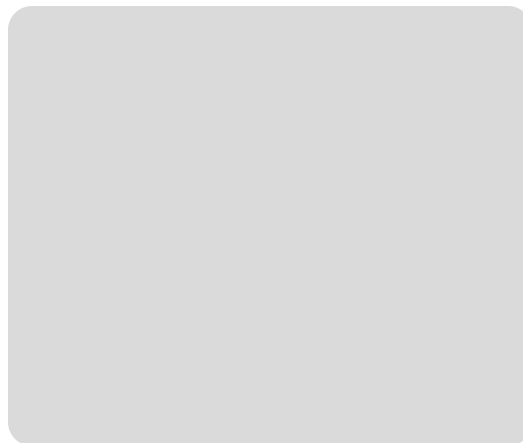
[2](#)*Uma guia lembrou-se de uma sessão na qual uma mulher entre os 40 e 50 anos teve mais de 50 orgasmos separados, no mesmo dia. Ela não quis discutir sua experiência com a guia, mas quando, seis meses depois, foi avaliada do ponto de vista psicológico foi considerada como muito melhorada.

[3](#)*Um guia chamado D.B. declarou: “No entanto, há sessões poderosamente positivas que implicam o movimento corajoso de entrar e atravessar um sofrimento pessoal em direção à transcendência. É de uma importância crítica que o viajante aceite o que quer que se apresente em seu campo de consciência como um presente em potencial, mesmo se inicialmente ele aparecer como sombrio ou ameaçador”.



Há uma busca quase sensual pela comunhão com outras pessoas que têm uma visão mais ampla. A imensa satisfação com a amizade entre pessoas engajadas no avanço da evolução da consciência têm uma qualidade quase impossível de ser descrita.

Pierre Teilhard de Chardin



Se você estiver num estágio etnocêntrico de desenvolvimento e tiver tido uma vivência de estado unitário de ser um com tudo, poderá interpretar isso como uma vivência de unidade com Jesus e concluir

que ninguém pode ser salvo, a menos que aceite Jesus como seu salvador pessoal. Se estiver num estágio egocêntrico e tiver a mesma vivência, poderá crer que você é Jesus. Se você estiver num... estágio integral... provavelmente concluirá que você e todos os seres autoconscientes, sem exceção, são um só no espírito.

Ken Wilber, *The Translucent Revolution*

A

2

A VIAGEM ENTEOGÊNICA

PARTE 2: DIRETRIZES PARA VIAJANTES E GUIAS

A Guilda dos Guias

A Sessão Psicodélica

O LSD e outros enteógenos têm a capacidade de abrir um número infinito de portas. As descrições seguintes representam estágios que já foram relatados em inúmeras viagens; entretanto, pode ocorrer um espectro de variações, e elas ocorrem. O tempo aproximado de temporada para cada estágio é típico para o LSD e para a mescalina, ou peiote. Em geral, esses tempos são mais curtos para a psilocibina e para os cogumelos, embora sigam a mesma sequência.

Fase Um: A Ingestão do Psicodélico

Considerações para o Viajante

Depois de tomar o psicodélico, e enquanto espera para iniciar a viagem, fique à vontade para falar com o guia sobre qualquer ansiedade residual ou outra consideração que possa ter. Quando achar que a experiência real está começando, provavelmente vai querer se deitar. Se lhe parecer confortável coloque uma máscara ocular ou uma almofadinha de olhos. Uma vez instalado, permita-se

Relaxar

Ouvir música.

Observar sua respiração e prestar atenção a qualquer sensação que sinta no corpo.

Notar como a música o afeta.

Você pode começar a oscilar entre uma percepção de estar e não estar no cômodo. Essa sensação de “entrar-e-sair” é natural, é um sinal de que sua viagem começou. Novamente, se ficar preocupado com qualquer coisa que esteja sentindo, fale com seu guia. Se lhe parecer adequado, simplesmente estenda a mão, para que ele a segure. Observe o que está acontecendo na mente e no seu corpo, mas não tente controlar o fluxo de imagens e de sensações. Deixe sua mente seguir o curso natural; relaxe e observe como seus pensamentos se desenvolvem sem nenhum esforço.

Garanta que todas as vivências sejam bem-vindas.

Não é incomum, por exemplo, sentir como se seus pensamentos surgissem mais depressa do que você é capaz de processar. Esta disparada de imagens e de impressões pode ser desconcertante, mas, se for simplesmente observada, pode se tornar agradável – com surpresa e espanto. Esta sensação de intensidade acentuada frequentemente chega quando você está prestes a trocar de nível, preparando-se para mudar a marcha para uma mais elevada. Deixe acontecer, assim o desconforto passa.

Permaneça deitado, de olhos fechados, usando a máscara visual e focalizado em sua respiração. Se ficar muito incomodado, sente-se e diga ao guia o que está sentindo. Você pode até querer ficar em pé; note como está e olhe para seu guia antes de se deitar novamente para relaxar. Naturalmente seu corpo vai procurar e encontrar uma posição de descanso, enquanto a capacidade de sua mente se expande.

Considerações para o Guia

Saiba que você e o viajante estão prestes a criar juntos um espaço sagrado. Na manhã do dia da sessão é bom fazer, se quiser, um café da manhã leve e de fácil digestão, à base de frutas ou torradas. Se o viajante quiser fazer uma oração, expressar gratidão ou invocar alguma tradição espiritual, você pode montar um altar ou apenas ficar sentado em silêncio. (Veja sugestões para rituais a final deste capítulo.)

Alguns guias oferecem o psicodélico de maneira formal, servindo os comprimidos, cápsulas ou material vegetal num pratinho ou tigela atraente, e água numa taça de vinho de cristal ou mesmo numa taça de metal.

Fase Dois: Começo do Início (vinte a cinquenta minutos)

Depois de ingerir o psicodélico, alguns viajantes podem querer movimentar-se pela sala e conversar normalmente. Se possível, é melhor que as pessoas fiquem calmas e introspectivas. Entretanto, você precisa adaptar-se e deixar o viajante fazer o que ocorre espontaneamente, principalmente se estiver um pouco ansioso. À medida que a substância começa a fazer efeito, o viajante deve ser convidado a se deitar e a começar a ouvir a música que ele ou o guia escolheu. Se, depois do começo do início, a pessoa continua sentada e falando, ou caminhando

pela sala, ele ou ela precisa de uma dose de reforço. Isso pode ser feito pouco mais de uma hora depois do início da sessão, sem nenhum problema. Uma segunda dose deveria ser cerca de metade da dose inicial. Antes de dar a dose de reforço, verifique bem o que a pessoa está vivenciando. Uma jornada espiritual profunda sempre começa antes do término da segunda hora.

Se, depois de duas horas, com ou sem a dose extra, o viajante ainda está sentado e interagindo, não dê uma nova dose. A necessidade de continuar a se movimentar e se relacionar com alguém geralmente é um sinal de resistência em mergulhar internamente e deve ser respeitada. Sugira uma saída da sala, ouvir música sentado. Não continue a fazer pressão por uma sessão enteogênica.

Dose: Uma dose muito baixa pode diminuir a intensidade ou a profundidade da experiência; uma dose muito alta pode impedir que o acontecer seja lembrado ou mesmo compreendido. Na dúvida, comece com uma dose mais baixa, com a possibilidade da dose de reforço.

Fase Três: Abrir e Deixar de Lado (três a quatro horas)

Considerações para o Viajante

Lá pela metade da sessão, você poderá, se quiser, deixar de lado quaisquer pensamentos, sentimentos e preocupações que não necessita na viagem. Seu guia tocará a música para você, a menos que você peça silêncio. A esta altura, você será capaz de:

- Deixar de lado expectativas sobre a sessão
- Deixar de lado preocupações pessoais
- Deixar de lado preocupações com questões pessoais tais como problemas em seus relacionamentos e hábitos
- Deixar de lado cada vivência, sensação ou evento visual que possa ocorrer
- Deixar de lado as preocupações com sua identidade pessoal
- Vivenciar e aprofundar sua consciência de outras dimensões da realidade

Para algumas pessoas, esse é um período desvolto, de êxtase; para outros, pode ser desorientador. Em certos momentos, você pode ficar assustado ou confuso pelo conteúdo ou pela intensidade de suas visões. Você pode ter sentimentos incomuns associados ao “deixar acontecer”, físicos (“meu braço está derretendo”) ou emocionais (“estou ficando

louco?”). Você pode se sentir inseguro, não confiar em você mesmo, na situação ou até mesmo em seu guia. Algumas pessoas sentem como se estivessem morrendo. Seu guia pode lembrá-lo que isso é uma experiência interna de sua mente e que seu corpo está em ordem e que seu guia ou guias estão ali para ajudar sua jornada através dela, não para interrompê-la.

Portanto, se tiver alguma preocupação, peça ajuda. Lembre-se que seu guia está lá para apoiá-lo e centrá-lo. (Sua sensação de morrer, por exemplo, pode ser a reação inicial de sua personalidade em reconhecer que “você” é maior do que a sua identidade pessoal.)

A dissolução de limites acontece na fase em que você pode sentir como se estivesse na presença de espíritos. Essas vivências geralmente são positivas. Entretanto, se elas o incomodarem, não deixe de comunicar ao seu guia.

Considerações para o Guia

Ouça, observe e seja sensível às mudanças de estados mentais do viajante. Durante este período, você faz mais do que monitorizar a música e ficar por perto, apoiar. Se você precisar acalmar as ansiedades do viajante, lembrá-lo/a que ele ou ela escolheu passar por essa experiência pode ajudar.

É provavelmente durante essa fase que o viajante entrará em contato com a unidade subjacente a toda existência. Algumas pessoas descreverão isto como “ver Deus”, outros, “juntar-se a Deus”, enquanto para outros ainda torna-se a vivência de “ser Deus”. Às vezes, este estado inclui o entendimento que não apenas você, mas todos os demais, são Deus. Tenha a forma que tiver, sua responsabilidade primária é apoiar a pessoa que está tendo o entendimento.

Especialmente nessa altura, não é incomum que os guias vivenciem o que é conhecido como contato elevado. Sem tomar nenhuma substância, um guia pode ter memórias vívidas ou ter sensações de retorno à sintonia de estados expandidos de consciência. Ouvir certas músicas e/ou estar com alguém que está passando por vivências ou exibindo comportamentos que você pode ter tido no passado pode disparar sensações que ecoam ou recriam suas próprias viagens passadas. Esses estados são naturais, em geral agradáveis e não precisam interferir com seu papel de guia.

Ao longo do dia, se você precisar ir ao banheiro, vá. Se um guia esperar

demais, o viajante pode captar seu desconforto e ficar confuso. Se você for o único guia, vá quando precisar e diga ao viajante que vai se ausentar por alguns minutos. Ao voltar do banheiro, e parecer necessário, mencione que você se ausentou por poucos minutos. Esses poucos minutos podem representar muito tempo interno para o viajante.

Fase Quatro: Platô (uma a duas horas)

Depois do período de reconhecimento enteogênico, a música é opcional. O guia pode reduzir gradualmente o volume até extingui-lo ou alternar períodos de silêncio ou de música, se for solicitado.

Considerações para o Viajante

Fique à vontade para sentar-se, falar com o guia ou continuar a ouvir música. Você pode focar na música ou nas imagens que você vê internamente. Você pode deixar de lado isso e desfrutar do intercâmbio e da variedade do que tem sido chamado de os “dez mil mundos” das realidades cambiantes. Você pode precisar de garantias de que aquilo de que você se lembra e vivenciou é válido. Geralmente, um guia pode lhe explicar que o que você viu em sua viagem é real, na medida que é real para você e, ao mesmo tempo, única. Outros que tomarem um psicodélico terão suas próprias vivências, talvez semelhantes – únicas, de acordo com seus interesses, capacidades e estado de espírito.

Considerações para o Guia

O viajante pode relatar que está tendo ou teve uma vasta expansão de identidade, de ser parte da criação do universo ou da formação das estrelas. O viajante poder relatar ter vivenciado a recapitulação de sua criação pessoal, desde o espermatozoide e o óvulo, passando pelo nascimento. Outros terão entrado no que parece ser a própria evolução, ou no que parece ser vidas passadas. Onde quer que o viajante diga que esteve ou está, seu papel é o de ouvir, dar apoio e esclarecer apenas se for perguntado.

Mantenha a conversa no mínimo. Se o viajante ficar confuso ou perturbado, dê-lhe segurança. Coloque delicadamente sua mão no braço dele ou dela e diga algo como “deixe de lado, você está indo bem”. Em geral, esse toque reconfortante é tudo o que é preciso. Guias experientes aprendem a intuir quando é adequado dizer algo. Geralmente, apenas estar com o viajante é mais do que suficiente. Se o viajante precisar ir ao

banheiro, pode ser que você tenha que ajudá-lo a ficar em pé e andar até o banheiro, porque sua visão do mundo exterior pode estar em fluxo.

Fase Cinco: O Suave Deslizar (próximas três horas ou até que o guia e o viajante concordem que é hora de passar adiante)

Pode-se oferecer um lanche simples (por exemplo, frutas frescas ou secas, castanhas, nozes, bolachas, suco). Água deve estar disponível o dia todo. O viajante pode escolher se quer comer. (Se houver uma maçã, você poderá ouvir um comentário sobre Adão e Eva.) O guia pode comer, se tiver fome.

Considerações para o Viajante

Depois do pico de sua experiência, ao reentrar em seu mundo, é um ótimo momento para fazer seu trabalho pessoal. Você estará consciente de sua identidade habitual, mas não muito aderido a seus hábitos, modelos ou distorções. Se quiser – e seu guia concordar – esse é também um bom momento para ir dar uma volta lá fora. Se o ambiente externo não for seguro ou atraente, poderá gostar de observar uma flor ou planta que estiver na sala, ou mesmo olhar livros de fotografias sobre a natureza, de grande formato.

Considerações para o Guia

Se lhe for pedido para criar uma ponte entre as vivências místicas daquele dia e o *self* pessoal do viajante, uma flor, um espelho e fotografias de família são excelentes instrumentos. A flor preferida é o botão de rosa, idealmente, uma que esteja começando a desabrochar. Estimule o viajante a olhar para ela o quanto quiser. Isso pode durar até meia hora. Se o viajante apenas ficar olhando, pegue-a, cheire-a, devolva-a, proporcione uma segunda oportunidade e sugira uma olhada mais profunda. Entretanto, se não houver interesse, esteja preparado para seguir adiante.

Outra maneira de aprofundar as conexões feitas durante a sessão é convidar o viajante a olhar-se num espelho grande de mão. O viajante pode ver sua face envelhecendo ou rejuvenescendo, e pode também ver pessoas de diferentes sexos, idades, raças e de diferentes períodos históricos. Se isso acontecer, encoraje o viajante a continuar olhando no espelho. Se ele ficar preocupado ou temeroso, sugira que ele se concentre nos olhos no espelho. Os olhos geralmente permanecem constantes através das mudanças e são tranquilizadores. Mesmo que você tenha tido

uma experiência similar numa viagem sua, não faça nenhuma interpretação do que ele está vendo. Se o viajante quiser algo mais pessoal, dê fotos de pessoas e de lugares que surgiram durante a sessão. O viajante pode ficar até uma hora olhando para uma única foto. Depois de fazer algum comentário ou apenas ficar sentado em silêncio, o viajante talvez ponha a foto de lado e peça outra. Não fale sobre suas ideias ou opiniões, especialmente se conhecer as pessoas que aparecem nas fotos.

Se a pessoa pedir seus óculos, isso é uma indicação de retorno a limites perceptivos mais familiares. A pessoa ainda está apenas ligeiramente identificada com sua personalidade, mas já está re-identificada com seu corpo. Se o viajante tiver chegado com um resfriado, uma alergia, uma dor de qualquer tipo, esses sintomas em geral desaparecem durante a sessão e podem retornar neste momento.

Pode acontecer a cura completa ou parcial de alguma condição física. Por exemplo, o Dr. Andrew Weil, o mais conhecido defensor da medicina complementar, que a vida toda havia sofrido de uma grave alergia a gatos, viu sua alergia desaparecer durante uma sessão de LSD, para nunca mais retornar.

Se o viajante trazer música para a sessão, este é um excelente momento para ouvi-la. Também é um bom momento para revisar metas ou perguntas escritas antes da sessão. Leia uma questão de cada vez. Como com as fotografias, discuta e interprete o mínimo possível. Não sugira uma resposta nem uma direção, a menos que isso lhe seja pedido. Algumas pessoas querem discutir seus *insights*, outras, não.

Fase Seis: O Fim da Sessão Formal

A porção guiada do dia da sessão deve terminar em torno de seis horas depois de ter tomado uma substância de ação curta, como a psilocibina ou oito a dez horas depois de tomar uma substância de ação longa, como o LSD ou a mescalina.

Considerações para o Viajante

Você pode continuar a fazer breves entradas e saídas da experiência pelo resto do dia e da noite. Não se sinta na obrigação de ser sociável. Você pode se sentir extremamente amoroso com seu cônjuge ou seus filhos, a esposa ou outras pessoas próximas a você, mas não especialmente efusivo. Se quiser ligar para alguém, limite essas chamadas a pessoas que sabem o

que você acaba de fazer e, idealmente, a pessoas que já tomaram um psicodélico. Não se preocupe se tiver dificuldade para lembrar de algumas partes da sessão. Os principais eventos permanecerão com você, tanto consciente quanto inconscientemente.

Provavelmente, você vai querer passar um tempo começando a integrar aquilo pelo que passou. Ainda pode estar vendo, fluindo ou faiscando. Desfrute desses presentes visuais de sua própria mente. Coma alimentos leves e tome muitos líquidos para repor o que perdeu. É aconselhável evitar bebidas com cafeína porque ela pode interferir no seu sono.

Considerações para o Acompanhante

Como foi dito anteriormente, o acompanhante é um amigo ou parente, idealmente alguém que teve experiência com psicodélicos, que cuida do viajante ao final da sessão. Ele ou ela deve vir buscar o viajante na sala da sessão e levá-lo para casa, se possível, ou à casa do cuidador. Durante a noite da reentrada do viajante, o acompanhante deve ser gentil, disposto a ouvir, porém tolerante com o silêncio, sem criticar. Longos períodos de silêncio significam que o viajante ainda está entrando e saindo da experiência e pode estar tendo *insights* significativos. O acompanhante deve fazer anotações, se o viajante pedir.

É uma boa ideia oferecer uma refeição leve, comida simples. Se o viajante toma regularmente medicamentos, lembre-o de tomá-los. Após a sessão, a pessoa pode adormecer e acordar diversas vezes durante a noite. Se a pessoa quiser dormir, mas não consegue relaxar o suficiente, um leite quente, um chá de camomila ou uma única taça de vinho podem ajudar. A maioria das pessoas prefere não tomar nada, deixando a sessão terminar naturalmente como sono normal.

Questão: A Integração Pós-Experiência

Nas primeiras semanas depois da viagem, reserve tempo para refinar o mais importante de sua experiência. Não tenha pressa. É provável que você sinta que sua vida transcorre mais facilmente do que antes. Algumas pessoas ficarão curiosas e quererão saber sobre sua experiência; outras, ficarão temerosas de você, apreensivas que você pode estar mudando sua visão de mundo ou perturbando a deles. Não tente convencer ninguém de nada. Poucas pessoas quererão muitos pormenores sobre sua sessão. À medida que suas percepções se integram em sua própria vida, você sentirá menos necessidade de descrever sua viagem para os outros.

Você pode se tornar mais perceptivo do que nunca de que algumas pessoas em sua vida são mais enriquecedoras e cuidadoras de você, ao passo que outras, não. Fique com as que cuidam de você, como se fossem alimento. Fique longe, se possível, de quem o deprecia ou tenta desvalorizar sua experiência.

Não faça mudanças importantes em sua vida durante as primeiras semanas. Algumas pessoas, por exemplo, reavaliam prematuramente seus relacionamentos primários. Dê tempo para, primeiro, integrar sua experiência. A exceção seria a interrupção de comportamentos tóxicos, como o beber excessivo ou o uso de drogas nocivas. Há ampla evidência de que o que leva muita gente ao uso excessivo de álcool e de drogas pesadas é uma vaga percepção de seu distanciamento e isolamento espiritual. Quando as pessoas se sentem reconectadas, o que acontece frequentemente após uma sessão enteogênica, podem parar com seu uso excessivo de drogas ou de bebida sem esforço nem sintomas de abstinência.

Considerações para o Guia

É bom encontrar-se com o viajante ao menos uma vez logo após a sessão, a fim de ajudá-lo com o processo de integração. Além disso, fique à disposição, conforme a necessidade.

Saber que você está disponível, caso seja necessário, parece ser quase tão valioso quanto o que você fizer ou disser, em particular.

Antes da sessão, informe-se bem sobre o sistema de apoio social do viajante: família, amigos, colegas de trabalho, membros da igreja, mesquita ou templo, bem como terapeutas ou mestres espirituais. Se for apropriado, em encontros posteriores, sugira que algumas dessas pessoas podem úteis e outras, não, ao menos durante um tempo.

Frequência: quando novamente? Com que frequência?

Como acontece com a maioria das experiências positivas, em geral queremos repeti-las. Entretanto, viagens psicodélicas não são como a maioria das outras experiências. Se repeti-la cedo demais, não poderá esperar que tenham o mesmo efeito. O regra de ouro é quanto mais profunda a experiência, mais tempo espere antes de repeti-la. A Guilda dos Guias sugere um mínimo de seis meses entre viagens enteogênicas porque esse é o tempo mínimo para se absorver o aprendizado e os *insights* e

integrá-los em sua vida.

Pesquisas conduzidas durante seis anos na Fundação Internacional para Estudos Avançados, em Menlo Park, Califórnia, revelou que mudanças profundas na personalidade levam ao menos um ano para se estabilizarem. Muitas pessoas que tiveram experiências realmente profundas não tiveram desejo de novas sessões por muitos anos, alguns, nunca mais.

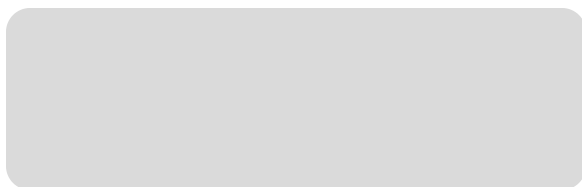
Outro cuidado em responder a essas perguntas é que “correr atrás do barato” quase nunca funciona. É como tirar uma fotografia por cima de outra fotografia no mesmo quadro do filme – uma dupla exposição. Uma imagem obscurece a outra. Entretanto, se você avançar o filme, de forma que um quadro virgem fique disponível, a próxima imagem capturada será clara e pode ser tão significativa quanto foi a primeira.

Se você sentir que *precisa* absolutamente tomar um psicodélico novamente o quanto antes, é possível que precise enfrentar um problema que está evitando. Essa sensação não é um comando de seu *self* mais elevado para tomar um psicodélico, não importa o quanto você deseja que seja. Uma opção é fazer uma sessão com um terapeuta para examinar o que não foi descoberto ou foi descoberto. Lembre-se de que sua experiência não foi simplesmente “induzida por uma droga”, mas foi facilitada por uma mescla da substância, do guia, de sua intenção e de outros fatores específicos de sua situação naquele momento. Negligenciar alguma dessas variáveis pode diminuir o valor de qualquer outra sessão subsequente para você.

Espere mais um mês e veja, então, o que lhe parece certo.

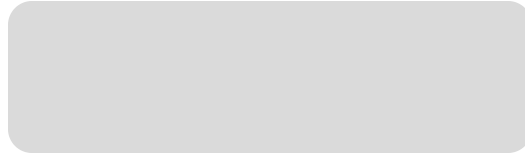
Regando a Árvore Celestial

Estas diretrizes constituem uma entidade viva feita a partir da experiência coletiva de diversos guias oriundos de diferentes culturas. Versões mais completas, além de material adicional, podem ser encontradas e adicionadas em www.entheoguides.net, um site da Wikipedia estabelecido e mantido por membros da guilda para o público em geral.



Na embriaguez pelo LSD, a visão costumeira do mundo sofre uma profunda transformação e integração. Ligado a isso há um afrouxamento, ou mesmo suspensão, da barreira eu-você.

Albert Hofmann, *LSD: My Problem Child*



A

*A porta
entre os mundos
está sempre aberta.*

Rumi

3

QUALIDADES DA EXPERIÊNCIA TRANSCENDENTE

QUATRO CARACTERÍSTICAS DOMINANTES

Alan Watts

Alan Watts (1915-1973), um importantíssimo popularizador precoce do pensamento ocidental, foi um pastor episcopal que se tornou filósofo, escritor e palestrante. Autor de mais de 25 livros, escreveu também muitos artigos e gravou centenas de fita cassetes, todos ainda reproduzidos em rádios não comerciais. Quando ele e eu, há muitos anos, participamos de mesas-redondas que apresentavam os argumentos pró e contra os psicodélicos, ele nunca ficava bravo, mas divertido com a loucura dos outros. Ele calculava que viver bem e pensar bem davam uma boa liga. Para uma amostra de uma palestra de Watts sobre “o Nada”, vá em www.youtube.com e busque “Alan Watts – Sobre o Nada”.*

A seguinte seleção é um excerto de um artigo de Alan Watts intitulado “Psicodélicos e a Experiência Religiosa”,¹ publicado na edição de janeiro de 1968 no California Law Review. Quase todos os leitores desse livro haviam tido suas próprias experiências com psicodélicos e podiam se perguntar por que essa seção foi incluída. Uma resposta é que nem todos os que usaram psicodélicos foram até o fundo. Uma segunda razão é que essa seleção pressupõe que os leitores que não tinham passado pelas vivências sobre as quais ele falava. Portanto, ele precisava ser o mais exato e lúcido possível ao descrever estados nos quais outros escritores tropeçam, chamando-os de inefáveis ou noéticos, ou, pior ainda, “indescritíveis”. O que torna esse artigo particularmente valioso é a maneira com a qual Watts sugere como o mundo pode parecer a quem já sentiu a natureza epifânica

dessas vivências.

Para os propósitos deste estudo, ao descrever minhas experiências com psicodélicos, evito as bizarras alterações ocasionais e incidentais da sensopercepção que os psicodélicos químicos podem induzir. Estou mais preocupado com as alterações fundamentais da consciência normal, socialmente induzida, da própria existência e sua relação com o mundo externo. Tento delinear os princípios básicos da consciência psicodélica, mas devo acrescentar que falo apenas por mim. A qualidade dessas experiências depende consideravelmente da orientação e da atitude em relação à vida de cada pessoa, embora a já volumosa literatura descritiva dessas experiências estejam notavelmente de acordo com as minhas.

Quase invariavelmente, meus experimentos com psicodélicos têm quatro características dominantes. Tratarei de explicá-las – com a expectativa de que o leitor vá dizer, ao menos da segunda e terceira: “O quê? Mas é óbvio! Ninguém precisa de uma droga para ver isso”. Pode haver o óbvio-1 e o óbvio-2, e este último surge com uma claridade ofuscante, manifestando suas implicações e todas as esferas e dimensões de nossa existência.

A primeira característica é a lentificação do tempo, uma concentração no presente. A preocupação normalmente compulsiva com o futuro diminui e a pessoa torna-se consciente da enorme importância do que está acontecendo naquele momento e fica interessada nisso. Outras pessoas, cuidando de seus negócios na rua, parecem levemente malucos, ao deixar de perceber que o grande negócio na vida é estar plenamente consciente dela enquanto ela acontece. Portanto, uma pessoa pode ficar relaxada, quase que luxuriosamente, examinando as cores em um copo d’água ou ouvindo a vibração agora altamente articulada de cada nota tocada num oboé ou cantada por uma voz.

Do ponto de vista pragmático de nossa cultura, tal atitude é

muito ruim para os negócios. Pode levar à imprevidência, falta de planejamento, redução das vendas de apólices de seguro e abandono das cadernetas de poupança. No entanto, é exatamente o corretivo que nossa cultura precisa. Ninguém é mais estupidamente sem visão do que o executivo “bem-sucedido” que passa a vida toda absorvido por uma frenética pilha de papéis com o objetivo de se aposentar aos 65 anos, quando será tarde demais para tudo. Apenas os que cultivaram a arte de viver plenamente no presente podem fazer planos para o futuro, pois quando os planos amadurecerem eles serão capazes de desfrutar dos resultados.

Ainda não ouvi um pregador instar sua congregação a praticar aquele trecho do Sermão da Montanha que diz: “Não vos inquieteis, pois, pelo dia de amanhã...” A verdade é que as pessoas que vivem para o futuro não estão, como dizemos dos insanos, “não estão bem lá”, e tampouco estão exatamente aqui: por excesso de ansiedade, estão perpetuamente perdendo o ponto. Previsão se compra ao preço da ansiedade e, quando empregada exageradamente, destrói todas as suas próprias vantagens.

Chamarei a segunda característica de “consciência da polaridade”. Esta é uma vívida percepção de que os estados, as coisas e os eventos que ordinariamente chamamos de opostos são interdependentes, como os dois polos de um ímã. Através da consciência polar vê-se que as coisas explicitamente são diferentes, implicitamente são uma: eu e outro, sujeito e objeto, esquerda e direita, macho e fêmea, e então, um pouco mais surpreendentemente, sólido e espaço, figura e fundo, pulso e intervalo, santos e pecadores, polícia e criminosos, incluídos e excluídos. Cada um só é definível em termos do outro, e vão juntos numa transação, como comprar e vender, pois não há venda sem compra e nenhuma compra sem venda. À medida que esta consciência se torna cada vez mais intensa, é possível sentir que

você mesmo está polarizado com o universo de tal forma que um implica no outro. Seu empurrão é o puxão dele, e o empurrão dele é o seu puxão, como quando você gira o volante de um carro. Você o está empurrando ou puxando?

De início, é uma sensação estranha, não muito diferente de ouvir sua própria voz reproduzida num sistema eletrônico imediatamente depois de você ter falado. Você fica confuso e espera que isso continue! Ao mesmo tempo, você sente que é algo sendo feito pelo universo, entretanto, que o universo esteja igualmente é algo que está sendo feito por você, o que é verdade, ao menos no sentido neurológico porque a estrutura peculiar de nossos cérebros traduz o sol em luz e vibrações aéreas em som. Nossa sensação normal de relação com o mundo exterior: ora parece que eu o empurro e ora parece que ele me empurra. Mas, se os dois são realmente apenas um, onde começa a ação e onde cessa a responsabilidade? Se o universo está me fazendo, como posso ter certeza de que daqui a dois segundos ainda me lembrarei do idioma inglês? E, se eu o estou fazendo, como posso ter certeza de que daqui a dois segundos meu cérebro saberá como transformar o sol em luz?

A partir de tais estranhas sensações, a experiência psicodélica pode gerar confusão, paranoia e terror, ainda que o indivíduo esteja sentindo sua relação com o mundo exatamente como seria descrita por um biólogo, um ecologista ou um físico, pois ele está se sentindo como o campo unificado de organismo e meio ambiente.

A terceira característica, derivada da segunda, é uma consciência de relatividade. Vejo que sou um elo em uma hierarquia infinita de processos e seres, que vai de moléculas a bactérias, insetos, seres humanos e a anjos e deuses – uma hierarquia na qual cada nível está, com efeito, na mesma situação. Por exemplo, o pobre se preocupa com dinheiro, enquanto o rico

se preocupa com sua saúde: a preocupação é a mesma, a diferença está na substância ou na dimensão. Percebo que as moscas de fruta devem pensar sobre si mesmas como pessoas porque, como nós, elas se acham no meio de seu próprio mundo – com coisas imensuravelmente maiores acima e menores abaixo. Para nós, elas parecem todas iguais e não parecem ter personalidade – como os chineses, quando ainda não havíamos convivido com eles. No entanto, as moscas de frutas devem perceber tantas distinções sutis entre si mesmas quanto nós percebemos entre nós.

A partir daí, o passo é pequeno para se perceber que todas as formas de vida e de ser são simplesmente variações de um único tema: todos somos, de fato, um ser fazendo a mesma coisa na maior variedade de maneiras possíveis. Como diz o provérbio francês, “*Plus ça change, plus c’est la même chose*” (“Quanto mais se muda, mais se é a mesma coisa”). Vejo, ademais, que se sentir ameaçado pela inevitabilidade da morte é realmente a mesma experiência de se sentir vivo, é que todos os seres sentem isso em todos os lugares; todos eles são exatamente “eu” como eu sou. No entanto, a sensação de ser “eu”, para ser mesmo sentida, precisa sempre ser uma sensação relativa ao “outro” – a algo além de seu controle e experiência. Para ser, é preciso começar e terminar. Porém, o salto intelectual que as experiências místicas e psicodélicas desencadeiam é capacitar a pessoa para ver que toda essa miríade de centros de “eu” são ela mesma – não, de fato, seu ego, pessoal e superficialmente consciente – mas aquilo que os hindus chamam de *paramatman*, o Eu-mesmo de todos os Eu-mesmos.²

Da mesma forma que a retina nos permite ver incontáveis pulsos de energia como uma única luz, a experiência mística nos mostra inúmeros indivíduos como um único *self*.

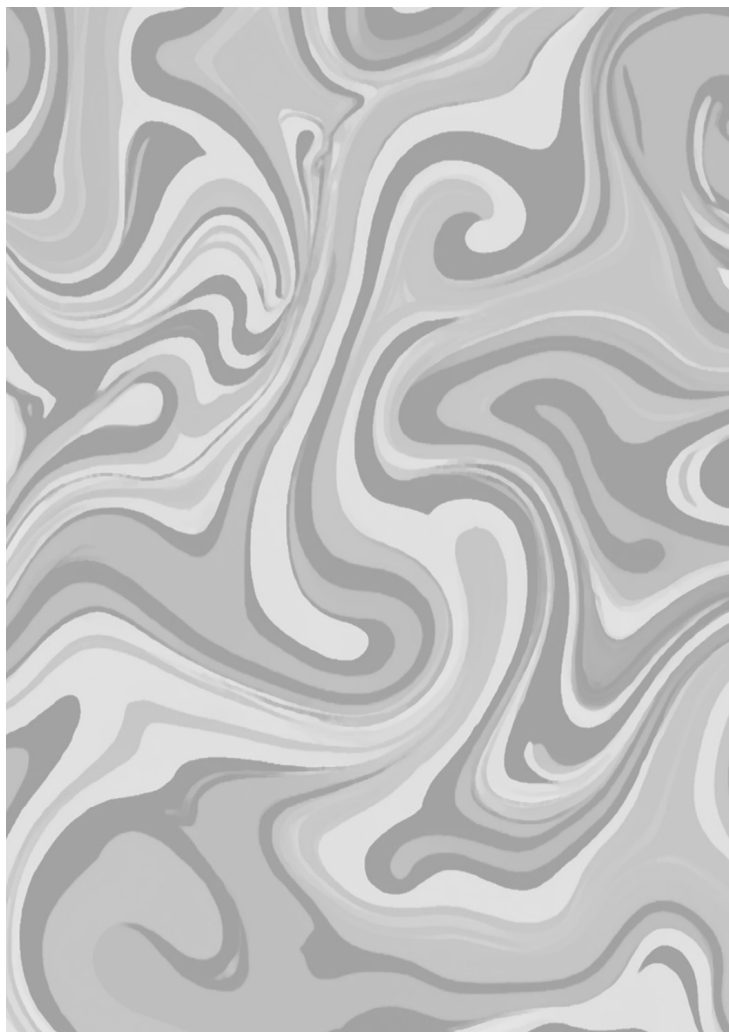
A quarta característica é a consciência da energia eterna, frequentemente sob forma de uma intensa luz branca, que parece ser tanto a corrente em seus nervos quanto aquele misterioso *E* que é igual a mc^2 . Isso pode soar como megalomania ou delírio de grandeza – mas, vê-se claramente que esta energia é o próprio ser. Obviamente, existe a morte como a vida, e assim como as ondas têm picos e vales, a experiência do existir deve ir e voltar. Basicamente, portanto, não há nada com que se preocupar porque você é a eterna energia do universo brincando de esconde-esconde (indo e voltando) com você mesmo. No fundo, você é a Cabeça de Deus, pois Deus é tudo o que é. Citando Isaías, um pouco fora de contexto: *“Eu sou o Senhor, e não há nada mais. Eu formo a luz e crio a escuridão: eu faço a paz e crio. Eu, o Senhor, faço todas essas coisas”*.³

Esse é o sentido do princípio fundamental do Hinduísmo, *Tat tram asi* (“Isso sois vós”),⁴ com “Isso” sendo o sutil Ser do qual todo este universo é composto. Um exemplo clássico dessa experiência, no Ocidente, foi relatado por Alfred Lord Tennyson em *A Memoir by his Son*.

Um tipo de transe acordado que tive frequentemente, logo depois da infância, quando estava sozinho. Em geral, isso me acontecia através da repetição silenciosa do meu próprio nome para mim mesmo, duas ou três vezes, até que, subitamente, como se estivesse fora da intensidade da consciência da individualidade, a própria individualidade parecia se dissolver e evanescer num ser sem limites, não num estado de confusão, mas no mais claro dos claros, no mais seguro dos seguros, no mais estranho dos estranhos, totalmente inefável, onde a morte era uma impossibilidade quase risível, a perda da personalidade (como se fosse possível) parecendo não uma extinção, mas a única vida real.

[1](#)*Note que o texto em *itálico* incluído no início de muitos capítulos deste livro, ou contidos nas discussões que se seguem, é meu (James Fadiman) comentário sobre aquele autor em particular e sua obra.

A



4

EXPERIÊNCIAS DOS PIONEIROS PSICODÉLICOS EM SUAS PRÓPRIAS PALAVRAS

Como os pioneiros dos psicodélicos assimilaram suas experiências iniciais?

O que é comum a quase todos os seus relatos aqui incluídos é que suas experiências mudaram as respectivas direções na vida da maioria deles com uma única exposição. Na calmaria entre o período das pesquisas anteriores e o atual, uma geração perdeu de vista as razões pelas quais essas substâncias tiveram tal impacto sobre indivíduos. Essas experiências reformularam radicalmente a visão de mundo de quem quer que fizesse essa viagem, o que, por sua vez, levou a importantes mudanças na carreira, nos relacionamentos e nas interações com a cultura mais ampla daquela pessoa. Devido ao fato de que muitas das pessoas neste capítulo registraram observações sobre suas experiências, serão indicados links para vídeos e outras fontes da *internet* sempre que existirem.

Houve três ondas de experiências psicodélicas no Ocidente. Quando Albert Hofmann testou o LSD em si mesmo, ninguém tinha a menor ideia de suas propriedades extraordinárias. A primeira rodada de opiniões, que ele causava um episódio psicótico modelar e autolimitado, revelou-se equivocada.

As experiências iniciais da primeira onda de pioneiros – Albert Hofmann, Aldous Huxley e Stanislav Grof – foram totalmente inesperadas. Com tudo o que sabemos agora sobre *set* e ambiente, podemos ver que Hofmann e Grof tomaram LSD em condições muito distantes das ideais, no entanto, apesar de tudo, ambos tiveram uma experiência positiva que mudou suas vidas. Quando Huxley experimentou LSD, já tinha tomado mesalina diversas vezes, em casa e com um bom guia. Os participantes da segunda onda – Alexandre Shulgin, Timothy Leary, Ram Dass, Ralph Metzner e Huston – haviam recebido promessas de algo especial e profundo, mas desconhecido.

A terceira onda é ilustrada aqui por relatos do rabino Zalman Schachter-Shalomi, Charles Tart, Frances Vaughan, Bill Wilson e Peter Coyote. Estas pessoas abordaram suas sessões como exploradores, porém, exploradores

que entravam num território que sabiam que outros já haviam visitado antes deles.

Ao escrever este livro, eu sabia que muitas pessoas, em todo o mundo, tinham experimentado um ou mais psicodélicos numa grande variedade de ambientes. A cultura geral estava ciente de sua existência. Entretanto, a cultura geral também havia perdido algo do entendimento sobre a profundidade e os níveis de experiência apresentados aqui. As experiências desses indivíduos são tão relevantes hoje quanto o foram quando ocorreram inicialmente.

A PRIMEIRA ONDA

ALBERT HOFMANN, ALDOUS HUXLEY E STANISLAV GROF

A primeira onda começou com a criação do LSD, um composto semissintético, derivado do ácido lisérgico, uma substância natural. Hofmann, Huxley e Grof influenciaram direta ou fortemente as principais figuras da segunda e da terceira ondas de pioneiros que os seguiram.

Albert Hofmann

Albert Hofmann, Ph.D. (1906-2008), foi um bioquímico suíço conhecido por ter sido a primeira pessoa a sintetizar, ingerir e a vivenciar os efeitos do LSD. Em 1938, ele era empregado da Companhia Farmacêutica Sandoz, na Basileia, Suíça, e estava trabalhando com o ácido lisérgico na esperança de desenvolver um estimulante da circulação sanguínea. Como o LSD-25 não tivesse demonstrado nenhum efeito em animais, foi deixado de lado, mas, em 1943, ele decidiu reexaminá-lo (como descrito mais adiante). Posteriormente, ele sintetizou a psilocibina e publicou mais de uma centena de artigos científicos e diversos livros, incluindo LSD: My Problem Child.

Ele lamentou que o LSD tivesse se tornado tão popular e que a pesquisa médica tivesse sido proibida por tanto tempo. Ele me contou que o conselho que dava às milhares de pessoas que lhe perguntavam sobre como usar LSD era simples e direta: “Sempre use em contato com a natureza”. Embora não atribuisse ter vivido até quase os 102 anos de idade ao uso dessas substâncias, elas foram fundamentais para sua vida e para a sua visão de mundo. Para ver um vídeo de Hofmann com a idade de 101 anos, refletindo sobre suas experiências iniciais, vá, por favor, ao

www.YouTube.com, pesquise “Albert Hofmann” e leia a entrevista feita por “elmercuriodeinternet”.

A matéria seguinte é de uma entrevista dada por Hofmann para a revista High Times e de seu livro LSD: My Problem Child.¹

Esta substância, a dietilamida do ácido lisérgico, que sintetizei pela primeira vez em 1938, foi entregue ao departamento de farmacologia médica dos laboratórios Sandoz para testes. Os animais empregados nos testes não apresentaram nenhuma reação especial a esse composto, e a pesquisa com essa substância foi interrompida.

Cinco anos depois, em 1943, decidi preparar um novo lote da dietilamida do ácido lisérgico (...). Desde o começo, pensei que essa substância tinha algo de especial. Eu sentia isso (...). Então, ao fim da síntese, quando estava cristalizando o LSD, entrei subitamente um estado muito estranho, como se estivesse sonhando. Inesperadamente, tudo mudou, todas as coisas adquiriram outro significado. Fui para casa, me deitei, fechei os olhos e tive algumas fantasias muito, muito estimuladas. Bastava eu pensar em algo e isso era exatamente o que eu via. Foi maravilhoso.

Mas, eu não sabia porque estava tendo aquela estranha experiência (...). Três dias depois (...) pensei que, de alguma estranha maneira eu tinha introduzido um pouco daquela dietilamida do ácido lisérgico em meu corpo, e decidi fazer uma experiência com ela em mim mesmo. Comecei tomando o equivalente a apenas um quarto de um miligrama, 250 microgramas.

Dentro de uma hora, comecei a sentir sintomas semelhantes aos que tinha sentido três dias antes. Porém, muito rapidamente eles ficaram muito fortes, muito intensos, e comecei a ficar muito ansioso, de forma que pedi a meu assistente de laboratório que me acompanhasse até minha casa.

Estávamos em tempo de guerra e eu não tinha carro, então, fui para casa de bicicleta, e aquela viagem de bicicleta foi muito estranha. Minha condição começou a assumir formas assustadoras. Tudo oscilava em meu campo de visão e parecia distorcido, como num espelho curvo. Eu tinha também a sensação de ser incapaz de me deslocar de onde estava. Tinha a sensação de que o tempo estava parado. Era uma sensação estranha, que

eu nunca havia sentindo. Havia uma mudança na experiência da vida, do tempo. Mas era a coisa mais frustrante. Eu já estava num transe profundo de LSD, numa embriaguez de LSD, e uma de suas características, como na viagem de bicicleta, não vinha de nenhum lugar nem ia para lugar algum. Não havia absolutamente nenhuma sensação de tempo. Já em casa, pedi a meu assistente que chamasse um médico (...).

Eu estava num estado de consciência muito estranho. O mundo exterior havia mudado. O quarto parecia cheio de vida sob a luz, e as cores eram mais intensas. Mas eu também tinha a sensação de que havia mudado, que meu ego havia mudado. E em algum momento durante aquela experiência, tive a sensação de estar fora do meu corpo.

Eu tive a sensação de que iria morrer. Não tinha nenhuma sensação em meu corpo e pensava que já o tinha deixado, que já estava fora de meu corpo, o que era algo que não conseguia explicar a meu médico. Na verdade, eu não conseguia falar racionalmente e nem explicar que tinha feito um experimento. De forma que ele ficou comigo através daquela experiência muito difícil – terrivelmente difícil – e depois de umas quatro ou cinco horas, a sensação começou a mudar. Senti que estava retornando daquele estranhíssimo outro mundo para o nosso mundo normal. E tive a sensação, ao voltar daquele estranho mundo, que nosso mundo normal, que normalmente não achamos maravilhoso, era um mundo maravilhoso. Vi-o sob uma nova luz. Era um renascer.

Porém, essa sensação feliz só surgiu ao final da experiência. E, depois de voltar fechei os olhos e tive lindas visões coloridas. Houve uma transformação de cada som numa figura óptica. Cada som produzia uma figura colorida correspondente, o que era muito agradável.

Finalmente, adormeci, e na manhã seguinte estava completamente recuperado. Uma sensação de bem-estar e de vida renovados fluía através de mim. O café da manhã me pareceu delicioso e me deu um prazer extraordinário. Quando dei uma volta pelo jardim, onde o sol brilhava depois de uma leve chuva de primavera, tudo brilhava e reluzia sob uma nova luz.

Aldous Huxley

Aldous Huxley (1894-1963) foi um escritor inglês que passou o final de sua vida em Los Angeles, de 1937 a 1963. Seus romances mais conhecidos incluem Admirável Mundo Novo e A Ilha, mas também escreveu uma

grande quantidade de romances, ensaios, contos, poesias, relatos de viagens e roteiros de filmes. Quase totalmente cego desde a adolescência, Huxley ficou particularmente encantado com a intensidade visual de suas experiências psicodélicas. Quando sua biblioteca de 4.000 livros e quase todos os seus manuscritos inacabados foram destruídos num incêndio, ao fim de sua vida ouvi que ele disse apenas: “Parece estranho recomeçar tudo de novo”.

A obra de Huxley mais conhecida sobre psicodélicos, As Portas da Percepção, é uma descrição pormenorizada e uma discussão sobre suas experiências iniciais com mescalina. Ele não sabia nada sobre o LSD até pouco tempo antes de sua primeira experiência com ele. Nestas seleções de suas cartas (extraídas de Moksha: Textos Clássicos de Huxley sobre Psicodélicos e a Experiência Visionária²), ele revela suas próprias experiências, não episódio por episódio, mas como as revelações sobre a natureza do ser causou-lhe uma profunda impressão em seu entendimento da cultura, da humanidade e do Cosmos.

Vá ao www.youtube.com e busque em “A viagem de Huxley com LSD para a morte”, um vídeo curto com ele pedindo e recebendo LSD para ajudá-lo na hora de sua morte.

23 de dezembro de 1955

Meu caro Humphrey [Humphrey Osmond, que lhe havia dado mescalina],

Os efeitos psicológicos, em meu caso, foram idênticos aos da mescalina, e tive o mesmo tipo de vivências que tivera em ocasiões anteriores – transfiguração do mundo externo, e o entendimento, através da percepção que envolve o homem todo, de que o Amor é o Um, e que isso é porque *Atman* é idêntico a *Brâmane*, e, apesar de tudo, no universo está tudo bem... Tocamos a suíte em *Si menor* e a *Oferenda Musical* de Bach e a experiência foi avassaladora. Bach foi uma revelação. O andamento das peças não mudou; de qualquer forma, elas permaneceram por séculos e foram uma manifestação, no plano artístico, da criação perpétua, uma demonstração da necessidade da morte e a autoevidência da imortalidade, uma expressão de toda a justiça essencial do universo – pois a música estava muito além da tragédia, mas incluía a morte e o sofrimento com tudo o mais na divina

imparcialidade que é o Um, que é Amor, que é Ser ou *Istigkeit*... deixe-me aconselhá-lo a, se alguma vez for usar mescalina ou LSD em terapia, tentar o efeito da suíte em Si menor. Mais que qualquer coisa, servirá para dirigir a mente do paciente (sem nenhuma palavra, sem qualquer sugestão ou controle disfarçado do médico ou pároco) ao Fato central, primordial, a compreensão do que é a perfeita saúde no momento da experiência, e a memória do entendimento do que pode servir como um antídoto contra a doença mental no futuro.

Afetuosamente,

Aldous

19 de julho de 1956

Cara Victoria [Victoria Ocampo, editora da respeitada revista literária *Sur*]

... Como é estranho que todos tenhamos que carregar conosco este enorme universo de visão, e o que está além da visão, e permanecer muito inconscientes desse fato! Como podemos aprender a passar de um mundo de consciência para os outros? A mescalina e o ácido lisérgico abrirão as portas; mas ninguém gosta de depender exclusivamente desses produtos químicos, mesmo que embora pareçam ser mais ou menos completamente inofensivos. Já tomei mescalina seis vezes e fui levado além do domínio da visão até o domínio do que os místicos chamam de “conhecimento obscuro” – *insight* da natureza das coisas acompanhado pelo conhecimento de que, a despeito da dor e da tragédia, o universo está em ordem, em outras palavras, que Deus é Amor. As palavras são embaraçosamente tolas e, ao nível da consciência média, inverídicas. Mas, quando estamos no nível superior, elas parecem representar o Fato primordial, do qual a consciência passa a ser parte...

Sempre afetuosamente seu,

Aldous

20 de novembro de 1956

Caríssima Ellen [Ellen Huxley]

Obrigado por seu fascinante relato da experiência com mescalina... Você teve o que eu tive tão fortemente numa recente ocasião em tomei o negócio – um avassalador sentimento de gratidão, um desejo de agradecer à Ordem das Coisas pelo privilégio dessa experiência particular, e também pelo privilégio – pois sinto ser isso, a despeito de

tudo – de viver num corpo humano neste planeta em particular? E então há o intenso sentimento de compaixão por aqueles que, por qualquer motivo, tornam impossível para eles mesmos chegar perto da realidade revelada pela droga – realidade esta que está sempre ali para aqueles que estão no bom estado mental para percebê-la... Alguma compaixão e alguma gratidão permanecem, mesmo depois que a experiência termina. Nunca se volta a ser o mesmo novamente...

Afetuosamente seu,

Aldous

11 de fevereiro de 1962

Caro Tim [Timothy Leary],

Esqueci, em minha última carta, de responder a sua pergunta sobre Tantra... [Ele dá a Leary um lista de livros e sugestões sobre o que ler neles.] A terapia não é meramente para o anormal, é, acima de tudo, uma terapia para a doença muito mais grave da insensibilidade e da ignorância que chamamos de “normalidade” ou “saúde mental”. O LSD e os cogumelos devem ser usados, parece-me, no contexto desta ideia tântrica básica da ioga da consciência total, que leva à iluminação dentro do mundo da experiência cotidiana que obviamente se torna o mundo de milagre e beleza e mistério divino quando a experiência é o que sempre deveria ser.

Seu,

Aldous

Stanislav Grof

Stanislav Grof, M.D. nasceu em 1931, é psiquiatra com mais de cinquenta anos de experiência de pesquisa sobre o potencial terapêutico e transformador de estados não ordinários de consciência. Fundou a Psicologia Transpessoal e a Associação Internacional Transpessoal, é professor de Psicologia do Instituto de Estudos Integrals da Califórnia e do Instituto Pacífica de Pós-Graduação em Experiências Transcendentes nos Estados Unidos; é autor de diversos livros, entre os quais Beyond the Brain, LSD Psychotherapy, Psychology of the Future, The Cosmic Game, When the Impossible Happens e The Ultimate Journey.

Você poderá ver Grof discutindo sua experiência inicial com LSD ao buscar no Youtube “Stan Grof about his LSD experience”. O trecho seguinte

*foi extraído de uma entrevista que Grof deu para o Yoga Journal.*³

Eu não podia crer o quanto havia aprendido sobre meu psiquismo naquelas poucas horas. Vivenciei uma fantástica exibição de visões coloridas, algumas abstratas e geométricas, outra figurativas e carregadas de simbolismo. A pura intensidade da gama de emoções que senti deixaram-me atônito. Fui tocado por uma radiância que parecia comparável ao epicentro de uma explosão nuclear, ou, talvez, ao brilho supranatural que dizem as escrituras orientais aparecer no momento de nossa morte.

Esse raio catapultou-me para fora do meu corpo. Primeiro, perdi a consciência de meu meio ambiente imediato, depois, da clínica psiquiátrica, em seguida de Praga [Checoslováquia] e, finalmente, do planeta.

Numa velocidade inconcebível, minha consciência se expandiu a dimensões cósmicas. Vivenciei o *big bang*, passei por buracos negros e buracos brancos no universo, identifiquei-me com supernovas explodindo, e testemunhei muitos outros fenômenos estranhos que pareciam ser pulsares, quasares e outros eventos cósmicos.

Consegui ver a ironia e o paradoxo da situação. O divino manifestou-se e incorporou-se em mim numa substância produzida num tubo de ensaio de um químico do século XX. Num moderno laboratório científico em pleno experimento científico num país comunista.

A SEGUNDA ONDA

ALEXANDER SHULGIN, TIMOTHY LEARY, RICHARD ALPERT (RAM DASS),
RALPH METZENER e HUSTON SMITH

Alexander Shulgin

Alexander “Sasha” Shulgin, Ph.D., nasceu em 1952, é um farmacólogo e químico mais conhecido como um desenvolvedor de medicamentos. Shulgin descobriu, sintetizou e fez os ensaios biológicos (especificamente, testou em si mesmo) mais de 230 compostos psicoativos. Ele e sua esposa, Ann, escreveram os livros PiHKAL: A Chemical Love Story e TiHKAL: The Continuation, uma coletânea de histórias pessoais e descrições de como fazer e os efeitos de muitos desses compostos. Ele se interessa por criar o que chama de “ferramentas”, mas deixa aos outros o estudo de seus efeitos. Para cada vez mais de nós ele tem sido um amigo tolerante,

infinitamente solidário, modesto. Para ver um vídeo no qual Shulgin explica o que faz e por que faz, busque “Alexander Shulgin: Why I Discover Psychedelic Substances” no Youtube.

O trecho seguinte é de uma seção biográfica de PiHKAL: A Chemical Love Story.⁴

Tinha lido toda a recente literatura sobre ela, mas foi só em abril de 1990 que um psicólogo meu amigo e um amigo dele (...) proporcionaram-me a oportunidade de “sentar” num experimento com 400 miligramas de sulfato de mescalina. Foi um dia que ficará marcado de forma vividamente flamejante em minha memória, e que confirmou inquestionavelmente toda a direção de minha vida.

Os pormenores daquele dia foram irremediavelmente complexos e ficarão enterrados em minhas anotações, mas o destilado, a essência da experiência foi a seguinte: vi o mundo que se apresentava sob várias formas. Tinha uma maravilha de cores que, para mim, não tinha precedente, pois eu nunca havia notado particularmente o mundo de cor. O arco-íris sempre me havia fornecido todas as tonalidades a que eu podia responder. Aí, subitamente, havia centenas de tonalidades de cores que eram novas para mim, e que jamais, até hoje, esqueci.

O mundo estava tão maravilhoso em seus pormenores! Eu conseguia ver a estrutura interna de uma abelha colocando algo num saco em sua pata posterior para levar até a colmeia, mas eu estava em total paz com a proximidade da abelha de minha face.

O mundo era uma maravilha de percepções interpretativas. Via as pessoas como caricaturas que revelavam suas dores e suas esperanças, e elas pareciam não se importar com que as visse dessa maneira. Contudo, o mundo me maravilhou, pois eu o via como havia visto quando era criança. Eu havia esquecido da beleza e da magia em conhecê-lo. Eu estava à vontade num território do espaço que havia percorrido como um explorador imortal, e eu estava me lembrando de tudo o que nele havia sido autenticamente conhecido por mim e que eu havia abandonado, e depois esquecido, ao me tornar adulto. Como a pedra de toque que transforma o sonho numa súbita presença, essa experiência reafirmou um milagre de excitação que eu havia conhecido em minha infância e fora pressionado a esquecer.

A percepção mais atraente daquele dia foi que aquela estonteante lembrança fora reavivada pela fração de um grama de um sólido branco, mas de forma nenhuma poderia ser dito que aquelas memórias estivessem contidas naquele sólido branco. Tudo o que eu havia reconhecido viera das profundezas de minha memória e de meu psiquismo.

Entendi que todo o nosso universo está contido na mente e no espírito. Podemos escolher não o acessar, podemos até negar sua existência, mas, de fato, ele está dentro de nós, e há substâncias químicas que podem catalisar sua disponibilidade. Agora, faz parte da história que eu tenha decidido dedicar todas as energias e habilidades que possa ter para revelar a natureza dessas ferramentas para a autoexposição...

Eu havia descoberto a via do meu conhecimento.

Timothy Leary

Timothy Leary, Ph.D. (1920-1996), foi professor de psicologia da Universidade da Califórnia em Berkeley e na Universidade de Harvard (que o demitiu em 1963) e foi uma figura altamente controversa durante os anos 1960 e 1970 por ter apoiado o uso disseminado de psicodélicos para a autodescoberta. Descrito como o “o homem mais perigoso na América do Norte” pelo presidente Richard Nixon, passou quase oito anos na prisão ou no exílio, mais por suas crenças do que por qualquer crime. O escritor William Burroughs referiu-se a Leary como “um verdadeiro visionário do potencial da mente e do espírito humanos”. O poeta Allen Ginsberg proclamou-o “um herói da consciência americana”. O romancista Tom Robbins disse que Leary era o “Galileu de nossa época”. Leary escreveu 27 livros e monografias e 250 artigos e deu mais de 100 entrevistas publicadas. Todos os que conviveram com ele – amigo ou inimigo – concordam que ele era amigável, engraçado, esperto e aberto, e avassaladoramente encantador. Ele tem recebido muito crédito por ter causado a interrupção das pesquisas com psicodélicos e pouco crédito por sua insistência na centralidade de um set e de um ambiente seguros para usar qualquer um desses materiais.

A autobiografia de Leary, Flashbacks, e uma coletânea de escritos sobre ele, Timothy Leary: Outside Looking In, editada por Robert Forte, são as melhores leituras para começar a entendê-lo. A primeira experiência de Tim foi com cogumelos, logo seguida pela psilocibina e, depois, LSD. Cinco horas depois de ter comido cogumelos, disse que tudo havia mudado.

Tinha acontecido a revelação. Foi a clássica visão, a experiência de total conversão.

Em seu livro *High Priest*, Leary escreveu: “Nós [Leary e Alpert] ultrapassamos o jogo da psicologia, o jogo de tentar ajudar pessoas, e além do jogo das relações amorosas convencionais. Estávamos calma e serenamente conscientes de coisas demais... Nunca me recuperei daquela devastadora confrontação ontológica. Nunca fui capaz levar a sério, nem a mim, nem minha mente, nem o mundo social ao meu redor.

A partir da data dessa sessão, era inevitável que deixássemos Harvard, que deixássemos a sociedade norte-americana... suavemente, delicadamente desprezando as tolices sociais paroquianas”.⁵

No livro *Birth of a Psychedelic Culture*, Ram Dass disse: “Quando Tim tomou LSD pela primeira vez, ficou sem falar durante várias semanas. Eu vivia dizendo: ‘... perdemos Timothy, perdemos Timothy’. Eu advertia todos a não tomar a droga, pois Tim não estava falando...”.

Leary disse que sua primeira experiência com LSD foi “a mais devastadora experiência de sua vida”.⁶

Ram Dass (antes, Richard Alpert)

Richard Alpert, Ph.D., nascido em 1931, mais conhecido como Ram Dass, é um professor espiritual contemporâneo e autor de diversos livros, inclusive The Only Dance There Is, Be Here Now, e The Psychedelic Experience (com Leary e Metzner). Depois de atuar como professor visitante da Universidade da Califórnia em Berkeley, aceitou um cargo na Universidade de Harvard, onde trabalhou com os Departamentos de Relações Sociais e de Psicologia, com a Escola de Pós-Graduação em Educação e com o Serviço de Saúde, onde era terapeuta. Recebeu bolsas de pesquisa em Yale e Stanford até ser despedido em 1963, junto com Leary. Ram Dass também é conhecido por sua relação com seu guru, Neem Karoli Baba, e por ajudar a fundar dois grupos caritativos, a Fundação Seva e a Fundação Hanuman.

Ao lhe perguntarem se poderia resumir a mensagem de sua vida, Ram Dass respondeu: “Ajudo pessoas como forma de trabalhar para mim mesmo, e trabalho comigo para ajudar pessoas”. Ele foi meu mentor em Harvard antes de eu ter qualquer envolvimento com psicodélicos; posteriormente (conforme está descrito no capítulo 17), ele me

proporcionou minha primeira experiência psicodélica. Ele mudou a direção de minha vida. Este livro é, de certa forma, uma agradecimento parcial a ele. Se você for ao www.youtube.com e pesquisar “Richard Alpert – The LSD Crisis”, verá um Richard Alpert bem jovem discutindo suas percepções psicodélicas iniciais. Há anos, ele tem sido um importante professor espiritual de renome mundial. O trecho seguinte é de um capítulo do livro Higher Wisdom.⁷

Minha introdução aos psicodélicos foi através de Tim Leary... Eu estava muito interessado. Em março de 1961, tomamos alguns comprimidos de psilocibina em sua grande casa estilosa, em Newton. Tim e eu tomamos os comprimidos de psilocibina em companhia de Allen Ginsberg, que também estava lá. Deixei Tim e Allen na cozinha e fui para a sala de estar, que estava às escuras. Acabei por notar que havia alguém no canto da sala e tentei ver quem era. Percebi que era eu! Eu, em meus diversos papéis – piloto, professor universitário – todos os meus papéis estavam em algum lugar ali. Eu estava vivendo aqueles papéis, de forma que era muito difícil vê-los “por ali”. Pensei: “Essa droga vai acabar me deixando sem saber quem sou. Se esses são meus papéis por ali, o que sobrará?”, e pensei: “Bem, ao menos tenho meu corpo”. Esse foi meu primeiro erro, porque olhei para o sofá onde estava sentado e vi o sofá sem nenhum corpo sobre ele! Fiquei apavorado. Na época, eu era um materialista filosófico e realmente achava que meu corpo era sólido. Com uma espécie de humor judaico, pensei: “Mas, quem é que está tomando conta da lojinha?”.

Acabei indo para um lugar dentro de mim mesmo onde nunca havia estado. Era um sentimento que passava a mensagem de estar no “lar”. Era um lar seguro, um lar extático...

Ao sair daquela experiência, percebi que tinha havido uma tempestade de neve. A casa de Tim ficava numa colina, e rolei pela colina nevada abaixo, extático... A casa de Tim ficava a apenas três quadras da casa de meus pais, onde cresci. Assim, caminhei até lá e vi que a neve não havia sido removida e, bem, achei que como o jovem forte da família, eu deveria remover a neve da entrada para meus velhos pais. Então, removi a neve da entrada.

Infelizmente, eram umas quatro horas da manhã. Meu pai e minha mãe apareceram na janela com uma cara de surpresa que dizia: “O que deu

nesse maluquinho?”.

Bem, desde que eu era um bebê, sempre observei as atitudes de meus pais para determinar meu comportamento. Posteriormente, olhei para seus substitutos: professores e chefes de departamento. Porém, em meu interior, neste “lar” interno, foi muito bom remover a neve de sua entrada. De forma que dancei uma dancinha, acenei e removi a neve. Foi a primeira vez na vida que contrariei a autoridade. Essa foi a chave do “aha” durante aquela viagem de psilocibina.

Logo depois, Aldous Huxley deu-nos uma cópia do *Livro Tibetano dos Mortos*. Ali estava um livro destinado a ser lido aos monges à beira da morte, de forma que foi um choque para mim ter-me identificado tão profundamente com ele.

O *Livro Tibetano dos Mortos* deu-me a sensação de que a filosofia oriental descrevia os trabalhos internos daquele sentimento de “lar” que eu havia vivenciado. Tornei-me fascinado pelo que aquele “momento” incluía. Era como um doce baclava folheado. Como camadas sobre camadas, algumas de nozes e outras de mel. Por exemplo, havia um estado de êxtase no qual as cores e a música tornavam-se tão incrivelmente vívidas que parecia como se Mozart tivesse tido acesso àqueles domínios e os estivesse ouvindo. E gostei muito disso.

Ralph Metzner

Ralph Metzner, Ph.D., nasceu em 1936, é um psicólogo, escritor e pesquisador que participou das pesquisas sobre psicodélicos na Universidade de Harvard no início dos anos 1960 com Leary e Alpert. Metzner é um psicoterapeuta e professor emérito de Psicologia do Instituto Califórnia para Estudos Integrals em São Francisco, onde foi também Reitor Acadêmico e Vice-Presidente Acadêmico. Ele e eu somos amigos desde que éramos assistente de pesquisa de Richard Alpert (antes dos psicodélicos), e sempre permanecemos próximos. Apesar de quase todo o meu trabalho ter sido com psicodélicos produzidos em laboratório, Ralph é uma das pessoas que me colocou de volta em contato com as tradições mais antigas, baseadas na natureza.

Para ver um vídeo de Metzner fazendo uma conferência no Fórum Psicodélico Mundial, na Basileia, Suíça, em, 2008, busque “Metzner” e “World Psychedelic Forum” no YouTube. O trecho seguinte é do livro no

qual ele é coautor com Leary, Outside Looking In.⁸ Embora ele fosse um estudante de pós-graduação à altura dessa experiência, Metzner logo se tornou um parceiro de igual para igual de Leary e Alpert depois que eles deixaram Harvard. Ele é o cofundador e presidente da Fundação Green Earth, uma organização educacional não-lucrativa dedicada a tratar e a harmonizar as relações entre humanos e a terra.

Deito-me estendido no chão, muito relaxado e, no entanto, muito alerta... subitamente vejo-me em mundos completamente novos e mágicos... ao fechar os olhos, padrões geométricos profundos e intrincados, fantasticamente belos se entrelaçavam por trás de minhas pálpebras, observando, colidindo, fluindo em alta velocidade... minha pele me abraçava, me envolvia numa espécie de abraço alternadamente úmido e seco, quente e frio, quase insuportavelmente prazeroso... em certo ponto, notei que a intensidade das vivências começou a diminuir, como um lento deslizar. O corpo estava bem aquecido e relaxado. Entendi como minha percepção do mundo era constricta e limitada por muitas proibições que, de alguma forma, eu havia aceitado...

Essa foi, talvez, a revelação mais significativa dessa experiência: eu estava basicamente encarregado do que podia perceber em pensar, mas não estava limitado por forças externas, fazia escolhas que determinavam a extensão e a qualidade de minha consciência.

Huston Smith

Huston Smith, Ph.D., nasceu em Suzhou, China, em 1919 e passou seus primeiros dezessete anos lá, com seus pais, missionários Metodistas, e seus irmãos. Foi professor da Universidade de Denver, de 1944 a 1947, e da Universidade Estadual de Washington em St. Louis, de 1948 a 1958, e tornou-se catedrático do Departamento de Filosofia do Instituto de Tecnologia de Massachusetts (MIT), de 1959 a 1973. Nesse local, tomou psicodélicos e trabalhou com Leary e Alpert. Mudou-se para Siracusa, Nova Iorque, e trabalhou na Universidade de Siracusa até sua aposentadoria em 1983.

Durante sua carreira, Smith não apenas estudou, mas também praticou o Hinduísmo Vedanta, o Budismo Zen e o Sufismo, sem perder suas raízes cristãs. Uma de minhas grandes alegrias é aproximar-me de Huston e vê-lo aparentemente pleno de luz antes do abraço de saudação.

Huston é mais conhecido por seu livro World Religions, um livro didático para faculdades de todo o país e que continua sendo o livro mais lido de seu gênero. É menos conhecido por seu esforço para tentar (sem sucesso) organizar o trabalho inicial com psicodélicos em Harvard. No www.youtube.com, em “Huston Smith on ‘How to Study a Religion’”, você aprenderá como aprender uma religião: imersão total. Muitos vídeos completos de Huston ensinando sobre as principais tradições espirituais do mundo também estão disponíveis. O trecho seguinte, sobre sua primeira experiência psicodélica, é de seu livro Cleaning the Doors of Perception.⁹

Ano Novo de 1961. Kendra e eu fomos para a casa do Dr. Timothy Leary em Newton, Massachusetts, lá pelas 12:30. Além de Leary estavam presentes o Dr. George Alexander e Frank Barron. Depois do café e de algumas gentilezas, Tim espalhou algumas cápsulas de mescalina [provavelmente psilocibina] sobre a mesa do café e nos convidou a nos servirmos. Uma, ele disse, era uma dose baixa, duas, uma dose média e três, uma dose alta. Tomei uma; depois de cerca de meia hora, como nada parecia estar acontecendo, tomei uma segunda cápsula.

Depois do que calculo ter sido uma hora, notei uma tensão crescente em meu corpo, que se transformou em tremores nas pernas. Fui para a grande sala de estar e deitei-me no sofá.

Seria impossível determinar o tempo passado no estado visionário, pois a transição foi imperceptível. Dali em diante, o tempo se tornou irrelevante... O mundo para o qual fui impulsionado era estranho, esquisito, bizarro, significativo e apavorante além do que é crível. Duas coisas me afetaram, em particular. Primeiro, a mescalina agiu como um prisma psicológico. Era como se camadas da mente, o conteúdo da maioria das quais nossa mente consciente removia para fundir o restante numa única faixa com a qual podemos lidar, fossem reveladas em sua plenitude – espalhadas como por um espectroscópio em cerca de cinco camadas distintas. E o estranho era que eu podia, até certo ponto, perceber todas elas simultaneamente, e podia me mover de uma para a outra à vontade, concentrando minha atenção ora nesta, ora noutra. Assim, eu podia ouvir claramente a conversa tranquila de Tim com o Dr. Alexander na sala ao lado, segui-la e até participar dela em minha imaginação.

Mas, isto leva à segunda característica marcante. Embora as cinco faixas

de consciência – digo cinco, grosso modo, pois elas não eram precisamente divididas e não tentei contá-las – fossem todas reais, não tinham a mesma importância. Eu estava vivenciando a teoria metafísica conhecida como emanacionismo, a qual começa com a Luz clara, indivisa, do Vazio, que se fratura em múltiplas formas e declina de intensidade à medida que retorna através de níveis descendentes de realidade. Meus amigos nesse estudo estavam presentes numa faixa desse espectro, que era muito mais restrita do que as faixas mais elevadas que estavam à vista. A acurácia da noção de Bergson do cérebro como uma válvula de redução impressionou-me.

Junto a “prisma psicológico” ocorreu-me a expressão “metafísica empírica”. A teoria da emanção, de Plotino, e sua contrapartida Vedântica, mais pormenorizada, até então, tinham sido apenas teorias conceituais. Agora, eu as via, com suas faixas descendentes estendidas diante de mim. Achei divertido, e pensei em como historiadores da filosofia haviam equivocadamente considerado como gênios especulativos os que estiveram na origem da consideração de tais visões de mundo. Se eles tivessem tido experiências como essa, não teriam precisado ser mais do que repórteres. Porém, além dos créditos pela origem de tais filosofias, minha experiência apoiava sua verdade. Como no mito da caverna de Platão, o que eu estava vendo atingiu-me com a força do sol, em comparação com o que a experiência cotidiana revela, apenas sombras vacilantes numa caverna sombria.

Não se deve supor que o que escrevi tenha sido agradável. As palavras exatas são *significado* e *terror*... A experiência foi importante porque mostrou-me camada por camada da realidade que previamente eu apenas havia acreditado que existia e tentara imaginar, sem muito sucesso. De onde, então, o terror? Em parte, de minha opinião de total liberdade do psiquismo e de seu domínio sobre o corpo. Eu tinha consciência de meu corpo, deitado no sofá como numa laje funerária, frio e levemente úmido. Mas, eu também tinha uma opinião de que ele seria reativado apenas se meu espírito escolhesse reentrar nele. Deveria ele fazer essa escolha? Parecia não haver uma clara razão para tal... Mais tarde, depois do pico da viagem e de ter dado alguns passos, eu disse a Tim: “Espero que você saiba com o que você está brincando aqui. Sei que ainda estou sob o efeito da droga e que as coisas provavelmente parecem diferentes do seu lado, mas me parece que você está se arriscando muito com essas experiências...

Tenho a impressão que estou numa sala de cirurgia mal gemendo numa provação na qual minha vida ficou por um fio durante duas horas”. Eu não disse nada sobre o visual. O que era importante, era abstrato. Nunca tinha havido luzes como aquelas, em terra ou no mar. E o espaço – não três ou quatro dimensões, mais para umas doze.

A TERCEIRA ONDA

RABINO ZALMAN SCHACHTER-SHALOMI, CHARLES TART, FRANCES VAUGHAN, BILL WILSON E PETER COYOTE

O Rabino Zalman Schachter-Shalomi, Ph.D. nasceu em 1924 em Zhovkra (Polônia, na época). É um dos fundadores do Movimento de Renovação Judeu. Criado em Viena, foi internado em campos de detenção na França de Vichy e fugiu para os Estados Unidos em 1941. Tornou-se rabino Ortodoxo em 1947 e posteriormente obteve doutorado na Faculdade Hebraica União. Inicialmente foi enviado pelo rabinado de Lubavitch para fazer palestras em diversas faculdades, mas foi expulso do *Chabad* por pregar o valor sacramental do LSD.

Finalmente, Schachter-Shalomi abandonou completamente o movimento Lubavitch e fundou sua própria organização, conhecida como *B'nai Or*, que significa “Filhos da Luz”. Durante muitos anos ele ajudou diversos rabinos e outros a entender melhor a intersecção entre fé e experiências psicodélicas. Um homem alegre e exuberante, lembro-me dele conduzindo uma cerimônia matrimonial que durou horas e horas. Em certa altura, ele interrompeu o serviço e disse aos presentes: “Sim, é uma longa cerimônia, mas, creiam-me, eles continuam casados!”.

Schachter-Shalomi foi professor no Instituto Naropa e na Universidade Temple. O trecho seguinte é do capítulo “Transcendendo Fronteiras Religiosas”, do livro *Higher Wisdom: Eminent Elders Explore the Continuing Impact of Psychedelics*, editado por Roger Walsh e Charley Grob.¹⁰

Foi uma jornada muito maravilhosa. Posteriormente, fiz outras viagens nas quais houve descidas ao inferno, mas aquela primeira foi simplesmente maravilhosa.

A coisa maravilhosa dos psicodélicos foi o “movimento de mente” que ocorreu – o reconhecimento da fluidez da consciência. Meus mapas da realidade não eram mais absolutos. Com os psicodélicos, eu podia ver como todas as cosmologias são heurísticas, depende do que você quer

fazer. Eu podia adotar vários pontos de vista, se eu quisesse ver o universo de uma perspectiva cristã, eu conseguia. Essa foi uma descoberta muito importante para mim.

Outra coisa que aprendi foi como é importante o trabalho de contemplação posterior. Naquela ocasião Leary disse-me: “Imagine a potência disso e o que pode fazer pelas pessoas. E imagine como, se for mal-usado, pode não ser tão bom”. Ram Dass diria, naquele tempo, algo como: “Para a maconha, você deveria ter o equivalente a uma carteira de motorista. E para o LSD, você deveria ter o equivalente a um brevê de piloto”. Ele destacava a preparação e as responsabilidades que a acompanham. Assim, apenas a experiência o abre para a visão mais ampla. Quando você tem a visão, tem também o fardo de levar a cabo a visão. Em outras palavras, ela coloca demandas em você. Mas, você também pode ignorar essas demandas, fechar as portas novamente, e os lugares que haviam se tornado transparentes tornam-se opacos. É benéfico ter alguém com você para ajudá-lo a tirar proveito da experiência.

Depois de um tempo, as experiências se tornaram menos importantes e pareceu ser necessário espaçar as sessões. Naqueles anos, achei importante ter uma experiência psicodélica duas vezes por ano, uma vez antes do *Yom Kippur* e uma vez antes da Páscoa, para visitar aquele lugar e conferir o que estava acontecendo ali.

Charles Tart

Charles Tart, Ph.D., nasceu em 1937, é professor do Instituto para a Psicologia Transpessoal e professor emérito de Psicologia da Universidade da Califórnia, em Davis. É um dos mais destacados cientistas nas áreas de estados alterados de consciência e de fenômenos paranormais; desde 1963 tem estado envolvido com a pesquisa e a teoria nos campos da hipnose, da psicologia, da psicologia transpessoal, da parapsicologia, da consciência e da mindfulness.

*Tart escreveu mais de uma dúzia de livros, dois dos quais, *Altered States of Consciousness* (1969) e *Transpersonal Psychologies* (1975) tornaram-se livros de uso didático muito utilizados. Publicou mais de 250 artigos em periódicos e livros profissionais, incluindo artigos de capa da *Science* e da *Nature*. A insistência de Tart em que a ciência real também inclui o que alguém acha interessante tem me ajudado a entender minhas próprias suposições e vieses. Este trecho é do capítulo “Integrações iniciais de*

alguns entendimentos psicodélicos na vida diária”, do livro Psychedelic Reflexions, editado por James Grinspoon e James B. Bakalar.¹¹

Estava concluindo meu curso de psicologia na Universidade da Carolina do Norte... Apresentei-me como voluntário para tomar mescalina... Ficou combinado que eu a tomaria num sábado de manhã na sala de um amigo no laboratório... Poucos minutos depois aconteceu a coisa mais extraordinária. Subitamente, a sala, um escritório sujo num velho prédio da faculdade, pareceu uma catedral de enorme dimensão e beleza. As cores do mobiliário ficaram incrivelmente lindas, plenas de profundas estruturas e tonalidades que eu nunca havia visto. Pequenos objetos ao redor do edifício tornaram-se magníficas obras de arte. Meus amigos estavam envoltos em belíssimos arco-íris coloridos. De fato, em poucos minutos arco-íris fluíam por toda parte.

A coisa mais importante daquela experiência foi que, pela primeira vez em minha vida, soube o que significava a palavra “beleza”. Na verdade, antes eu havia falado mil vezes, indicado objetos que me haviam ensinado que eram belos e usado a palavra associada a eles, e tinha tido, ocasionalmente, sentimentos vagos, moderadamente positivos e de conexão com tais objetos. Agora, entendo que eu nunca havia compreendido o significado da beleza. Ao passo que a incrível e intensa experiência imediata da beleza esvaneceu-se rapidamente depois do experimento, uma porta ficou aberta em minha mente e em meus sentidos, que nunca mais se fecharia completamente.

Frances Vaughn

Frances Vaughn, Ph.D., psicóloga e professora, é autora dos livros Shadows of the Sacred, Awakening Intuition e The Inward Arc. Vaughn é editora do Journal of Transpersonal Psychology e foi uma das professoras fundadoras do Instituto de Psicologia Transpessoal. Foi presidente da Associação da Psicologia Transpessoal e da Associação para a Psicologia Humanística, bem como administradora do Instituto Fetzer, uma fundação cuja missão é promover a conscientização do poder do amor e do perdão na comunidade global emergente. Sua sessão psicodélica relatada abaixo ocorreu na Fundação para Estudos Avançados, em Menlo Park, Califórnia, onde fiz todo o meu treinamento e orientação.

Após cuidadosa avaliação, recebi uma dose de LSD combinado com

mescalina. Aí, relaxei e ouvi músicas selecionadas, com fones de ouvido e máscara visual, sob a supervisão de um psiquiatra bem treinado. A experiência mudou minha vida.¹²

A perene filosofia e os esotéricos ensinamentos de sempre subitamente adquiriram sentido. Entendi porque os buscadores espirituais eram instruídos a olhar para dentro, e o inconsciente revelou-se ser não apenas um conceito útil, mas um reservatório infinito de potencial criativo. Senti que havia tido permissão para dar uma olhadela na natureza da realidade e no potencial humano dentro daquela realidade, junto com a experiência de ser eu mesma, livre de identificações e restrições de consciência involuntárias. Meu entendimento de ensinamentos místicos – Oriental, Ocidental, Hinduísta, Budista, Cristão e Sufi – deu um salto quântico. Tornei-me consciente da unidade transcendental existente no núcleo de todas as grandes religiões, e entendi pela primeira vez o significado de estados extáticos.¹³

Bill Wilson

Sabe-se que o homem que fundou os Alcoólicos Anônimos, mais conhecido como “Bill W”, tomou LSD.¹⁴ Sabe-se menos sobre quem guiou sua sessão.

Uma de suas viagens terapêuticas levou-o à Faculdade Trabuco, na Califórnia, e a uma amizade com Aldous Huxley, o fundador dessa faculdade. O autor de Admirável Mundo Novo introduziu Wilson ao LSD no final dos anos 1950. A droga sacudiu o mundo de Wilson. Ele a achou uma substância miraculosa e continuou a tomá-la até os anos 1960. Próximo de seu 70º aniversário, desenvolveu um plano para distribuir LSD em todas as reuniões dos Alcoólicos Anônimos, em todo o país. O plano acabou sendo anulado por vozes mais racionais.

Para ver uma discussão avançada sobre o trabalho de Alcoólicos Anônimos com outros grupos, vá para www.video.google.com e busque “Bill Wilson” e a “unidade de propósito”.

Peter Coyote

Peter Coyote é um ator de cinema bem conhecido e também um valorizado narrador de centenas de documentários, inclusive Explorer: Inside LSD para a televisão da National Geographic, em 2009. O trecho seguinte é parte de um ensaio que Coyote escreveu para a revista The

*Sixties logo depois da morte de Hofmann, em abril de 2008, com 102 anos. O ensaio de Coyote está incluído aqui não apenas pelo que ele diz, mas porque ele o diz tão bem.*¹⁵

A primeira vez em que tomei LSD, meu companheiro de quarto se ofereceu para “cuidar” de mim. Naquela época, a música de Ravi Shankar havia me transformado em algo tão sinuoso quanto fumaça, eu tinha ido muito além do que poderia reconhecer como medo ou conforto. Como uma onda, eu possuía uma expressão momentânea, individualizada, mas era, simultaneamente, o próprio mar, e entendi claramente que eu nunca, nem uma vez sequer, havia estado separado dele. Quando a força da vida que mantinha unidas as várias partes do meu corpo finalmente se desintegrou, entendi, sem medo, que eu retornaria ao que sempre fui antes de nascer.

Na manhã seguinte, o mundo me pareceu fresco e novo. Tudo adquiriu sentido, particularmente a arte e a expressão da contracultura. Os cartazes psicodélicos que anunciavam espetáculos de rock eram uma forma visual abreviada da fusão das linhas e dos contornos precipitada pelo LSD. Quem quer que tenha cruzado essa fronteira reconhecia aqueles ideogramas do espaço interno e externo – imediatamente...

Não quero sugerir que todos havíamos ingerido comprimidos de “sabedoria” e atingido a iluminação, longe disso. Mas, a geografia da sabedoria passou a ser território discernível, disponível. Nossos pés ficaram firmemente dirigidos para essas colinas sombrias e nossas intenções de explorá-las, estabelecidas.

A





SEGUNDA PARTE

CRESCIMENTO PESSOAL E AUTOEXPLORAÇÃO PESSOAL EM SESSÕES PSICODÉLICAS

Introdução à Segunda Parte

Se um processo, procedimento ou produto ajuda indivíduos a se tratarem e a se tornarem melhores parceiros, amantes, pais ou colegas de trabalho, não tem sentido restringir sua disponibilidade para aqueles que o usam de forma segura e responsável. A terapia psicodélica tem uma efetividade notável para uma ampla gama de transtornos psicológicos, bem como para condições mais sérias, incluindo esquizofrenia infantil, autismo¹ e alcoolismo crônico.² Hoje, a terapia psicodélica está disponível apenas para um pequeno número de pacientes, em poucos locais de pesquisa. Ademais, há pouca informação ou treinamento disponível sobre como conduzir sessões psicoterapêuticas psicodélicas com segurança.

Antes da proibição de toda pesquisa civil com LSD, em 1966, o LSD era a droga psiquiátrica mais amplamente estudada no mundo. Embora o uso experimental inicial indicasse a possibilidade de que causasse um psicose transitória, a pesquisa posterior estabeleceu que tal reação era tipicamente produzida quando os pacientes recebiam LSD sem serem informados sobre a variedade de tais reações, nem preparados para a probabilidade de sua ocorrência. À medida que os pesquisadores começaram a aprender a importância do ambiente, do clima, e da atitude que envolvem a sessão, perceberam que a experiência com LSD era uma modalidade psicoterapêutica valiosa, que frequentemente catalisava episódios significativos do tratamento e da integração.

Os psicodélicos, usados sabiamente, podem alargar a consciência, por vezes de maneira espetacular. Mal-usados, tal alargamento pode ser perturbador, assustador e, por vezes, danoso. Um dano real pode ocorrer, e ocorre. O exemplo seguinte de uma série de eventos mal feitos e sem supervisão foi conduzido por um médico que, anteriormente, tinha participado de estudos legais e mais bem supervisionados. “Minha mãe participou deste estudo e não apenas o Dr. não apenas usou uma dose excessiva da droga, mas recusou-se a proporcionar qualquer tipo de acompanhamento. Apenas mandou-lhe mais LSD pelo correio, para que ela o tomasse por conta própria, sem supervisão médica! Colocar alguém em tal situação e recusar-se a fazer um seguimento é inconcebível. Ela manteve um arquivo, que achei recentemente, após sua morte, onde havia muitas cartas dela implorando por ajuda porque estava tendo dificuldades para manter sua conexão corpo-mente e estava sofrendo de revivescências da experiência com LSD repetidamente, sem usar a droga. Essa situação era um absoluto pesadelo para ela e para seus filhos; ela perdeu tudo: seu casamento, seus filhos, negócio, propriedades e paz de espírito”.³

Em programas psicoterapêuticos bem administrados, efeitos negativos têm sido infrequentes.⁴ Quando os guias – geralmente profissionais de saúde mental treinados – ajudam um paciente a resolver material psicodinâmico perturbador e facilitar novos entendimentos, os benefícios se mantêm durante anos e décadas.

Por exemplo, um alcoolista, que foi tratado no Hospital Psiquiátrico *Spring Grove* em 1966 e cuja sessão foi exibida no documentário televisivo da CBS *LSD: The Spring Grove Experiment*, foi entrevistado em 2009 para uma série de filmes em produção, *The Acid Chronicles*. Ele relatou que além de não beber fazia mais de quarenta anos, também, desde a terapia, não tinha mais desejo

de beber.

As sessões psicodélicas orientadas como terapia, assim como qualquer outra terapia, não são adequadas para todos os pacientes. É tão importante triar candidatos inadequados quanto estabelecer um ambiente seguro e solidário. Entretanto, quando um candidato é adequado e bem preparado, e a situação é adequada, há uma alta taxa de sucesso. Estudos clínicos recentes, incluindo um estudo duplo-cego que encorajou experiências espirituais, atestam seu valor terapêutico.⁵

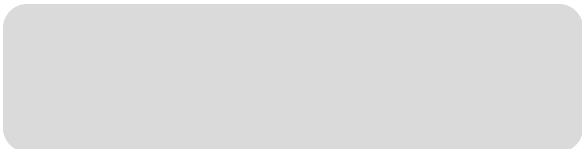
Esta seção não inclui diretrizes para profissionais de saúde mental ou outros que atuam como terapeutas ou guias porque cada pessoa e grupo varia quanto a como escolhe trabalhar. Esta seção inclui uma visão geral e recursos sobre o que fazer se as coisas dão errado. Revisa também noções populares sobre os perigos dos usos não supervisionados de psicodélicos. Ficou demonstrado que a maioria dessas advertências é falsa ou exagerada. Muitas das “consequências nocivas” apresentadas com fatos em livros didáticos, em serviços de saúde e em publicações governamentais perpetuam mitos há muito contraditados pela pesquisa usual.

Muitas publicações populares e científicas descrevem mudanças de crenças e atitudes induzidas pela terapia psicodélica. O que tem faltado é um exame objetivo do que acontece na vida diária do paciente depois do término da terapia. Esta sessão se encerra com um relatório pormenorizado de mudanças nos comportamentos e nos estilos de vida em adultos que receberam uma única dose de LSD ou de mescalina num ambiente clínico seguro acompanhados por guias treinados.*

Antropólogos e arqueólogos aprenderam que xamãs e outros curandeiros tradicionais têm usado com sucesso agentes psicodélicos como tratamento por milhares de anos. No Ocidente,

atitudes sobre esses usos tradicionais progrediram de rejeição e demonização, dúvida e descrença, para uma aceitação gradual e legal.⁶ Atualmente, há um interesse crescente em aprender como aproveitar o potencial desses agentes para experiências terapêuticas e espirituais.⁷

¹*Pode-se encontrar uma revisão muito mais pormenorizada destes achados no capítulo 21: “Modificações comportamentais posteriores à terapia psicodélica: Resultados persistentes de sessões isoladas com dose alta”.



*A abordagem do numinoso é a real terapia. E, na medida em que
você atinge o numinoso, você está liberado da maldição da
patologia.*

C. G. Jung, Cartas



5

USOS TERAPÊUTICOS DOS PSICODÉLICOS

Psicoterapia e Cura

Psicoterapia psicodélica

Os psicodélicos permitem que ajudemos os outros e nós mesmos a nos tornarmos mais conscientes. Sua existência é uma maravilha e, como qualquer outra intervenção poderosa, funcionam melhor se forem utilizados corretamente. Deixá-los de lado porque podem causar danos quando mal-empregados, não é mais sábio do que eliminar comprimidos para dor de cabeça porque quando usados em excesso são nocivos para o fígado.

Em vista da ampla gama de benefícios decorrentes de seu uso adequado, por que essas substâncias foram proibidas? A explicação mais generosa que conheço é que o governo ficou preso entre leis que protegem a experiência religiosa e a obrigação de regulamentar o uso de drogas. As experiências psicodélicas eram religiosas, e os psicodélicos eram “drogas”. A solução mais fácil, se não a mais simplista, foi fazer de contas que todo uso de psicodélicos era médico, e então proibi-los, sem rodeios, ainda que todos os usos que estavam enlouquecendo o governo não fossem médicos. Mas ninguém jamais acusou governos de agirem sabiamente sob pressão. Outra razão provável para sua proibição foi que os resultados das sessões psicodélicas e declarações de usuários sugeria que “o sistema de crença-e-valor implícito em nossa cultura ‘científica’ não é unicamente verdadeiro e nem mesmo otimamente saudável”.¹

Por que os psicodélicos têm sido confinados tão rigidamente até recentemente? Talvez porque foram repetidamente classificados junto a drogas como heroína e cocaína, talvez devido à sua fácil disponibilidade e relativamente poucos processos, talvez porque, como a General Motors ou o Departamento da Defesa dos EUA, o governo não se adapta a novas condições e mantém as mesmas regras e regulamentos muito além de sua utilidade. Em todo caso, parece que o vento cultural começa a soprar na direção correta.

Os médicos não precisam temer estas substâncias, os psicólogos não precisam negar a realidade das experiências que revelam, e as agências

reguladoras não precisam negar a ninguém o direito de um tratamento adequado, especialmente para condições para as quais os psicodélicos demonstraram ser não apenas úteis, mas também o tratamento de escolha.

Qualquer revisão cuidadosa, entretanto, do que é sabido e do que tem sido publicado sobre os psicodélicos deixa claro que nossa compreensão de seu uso terapêutico ainda é uma bagunça cognitiva e um pântano filosófico. Uma razão é a confusão persistente entre as intenções dos terapeutas, a realidade das experiências, e a maneira pela qual os resultados são medidos, descritos e relatados. É triste, porém uma verdade, que os pesquisadores avançam pisando em ovos, tentando contornar o controle federal, deliberadamente camuflando as implicações de longo alcance de seus achados. Apesar de seus resultados excelentes, eles ainda protegem seus relatórios, temendo uma falta de generalização e quase sempre concluindo que o que é necessário é estudo com um pouco mais de casos, mais amplo e geralmente mais dispendioso.

Seu objetivo é levar o uso terapêutico dos psicodélicos para além da pesquisa incluindo-o na prática médica e psicológica de base. Entretanto, enquanto esse movimento claramente vanguardista continua, as pessoas do planeta que já estão tomando psicodélicos têm necessidades mais imediatas. Ambas as preocupações precisam ser consideradas.

O que, pessoalmente, acho problemático é a frequência com que os pesquisadores atuais, a maioria dos quais é composta por amigos pessoais, desprezam toda a pesquisa anterior, mesmo quando sabem que seu trabalho os replica. Eles afirmam, quase como um evangelho, que toda a pesquisa inicial foi inadequada, inferior, usou uma amostra muito pequena, não teve grupo controle, e assim por diante. Minha impressão é que eles fazem isso para não serem considerados revolucionários, deslumbrados, chapados, usuários de drogas que tentam derrubar os pressupostos atuais da psiquiatria convencional. Como minha pesquisa atual não depende mais de permissão nem de bolsas do governo, posso falar sobre preocupações que eles fazem bem em evitar.

Ao ler os teóricos sobre os psicodélicos – tanto os familiarizados com seu uso bem como aqueles que não o são – lembro-me dos escritos iniciais de pesquisadores no Ocidente sobre acupuntura, com pouca ou nenhuma experiência com ela, tentando argumentar a favor ou contra sua eficácia.

Não foi considerado relevante que ela tivesse sido usada com sucesso para uma miríade de condições por milhões de pessoas durante milhares de anos. Os psicodélicos, num certo sentido, têm sofrido o mesmo destino. A despeito da evidência clara, por exemplo, que o peiote tem sido usado por 7.000 anos, este fato não faz parte da literatura médica.² Uma explicação pode ser que existe um viés, raramente contestado, contra qualquer dado coletado em eras antes da nossa, dados rotulados de “pré-científicos”, como se a observação, a experimentação, a replicação e as conclusões fossem inovações do Renascimento.

Há, no mínimo, duas categorias médicas beneficiadas pelos psicodélicos: doenças mentais e problemas físicos. Obviamente tal distinção não tem sentido no mundo real, mas no mundo da pesquisa médica, psiquiátrica e psicológica tal distinção se mantém. A realidade de um campo unificado mente-corpo-espírito, que é o núcleo das tradições xamanísticas e outras, mal arranhou o pensamento Ocidental, e está longe de ser aceito como um princípio operativo da ciência Ocidental.

Assim, não é surpreendente que até a proibição abrupta da pesquisa no final dos anos 1960, a pesquisa com psicodélicos rotulada de “terapêutica” se voltasse principalmente para como a experiência psicodélica acelerava, melhorava ou ultrapassava a psicoterapia convencional, como se o acréscimo de benefícios fosse da mesma ordem daqueles da psicoterapia. Citações de pacientes em geral descrevem quantos meses ou anos de terapia convencional foram comprimidos em um dia com uma única dose alta ou com uma série de sessões de doses mais baixas. Avaliações dos benefícios psicoterapêuticos raramente os reconheciam como efeitos secundários da experiência transcendente. As explicações destacavam que os psicodélicos baixavam as defesas dos pacientes de forma que um terapeuta experiente podia ajudá-los a recuperar um valioso material pessoal. Esta recuperação poderia levar a entendimentos e, afinal, a uma redução dos sintomas. Aqui, por exemplo, está a avaliação de um clínico: “A mescalina e o LSD são essencialmente substâncias ansiogênicas que, devido à amplificação da sintomatologia dos pacientes e do aumento da ansiedade e do medo da perda da integridade do ego que a acompanha, podem levar à liberação do material reprimido”.³

Os resultados relatados parecem pouco diferentes do que seria obtido

mais lentamente com métodos normais. Formulada conforme um modelo de terapia implicitamente voltado para a patologia, os benefícios eram vistos como menos doença, quase nunca como mais saúde.

Os motivos apresentados para os níveis moderados de efetividade descritos nesses relatórios se baseiam na escolha do ambiente e da dose e na orientação do terapeuta: se o *set* ou as expectativas fossem de que a experiência seria como uma terapia convencional, porém mais intensa, se o ambiente fosse o mesmo consultório ou laboratório onde ocorria a terapia convencional, se o terapeuta acreditasse piamente na eficácia de suas intervenções, ou se a dose estivesse na faixa de baixa a média, as experiências do paciente estariam de acordo com esses limites. Experiências fora deste construto teórico não apareceriam nas discussões publicadas ou seriam explicadas de forma a incluí-las nas expectativas prévias do terapeuta.⁴ Lembro, por exemplo, de um terapeuta relatando a descrição feita por um paciente de seu encontro com a Divindade como um comportamento regressivo relacionado aos maus-tratos que havia recebido de seu pai.

Com doses muito baixas, um *set* inadequado, e nenhuma possibilidade para os pacientes mergulharem em si mesmos por longos períodos, os resultados relatados faziam sentido. Entretanto, os resultados seriam diferentes se o terapeuta atuasse como um guia – e apenas se necessário – e quando a dose do psicodélico fosse suficiente, e tanto o terapeuta quanto o paciente pressupusessem que o paciente tinha tudo o que era necessário para o autoentendimento e autocura.

Este não é um lugar para argumentar em favor de um tipo de terapia ou de outro. Muito da literatura sobre a terapia psicodélica parece a história do Oriente Médio sobre os homens cegos a quem foi permitido tocar parte de um elefante, um animal que nenhum deles sabia que existia. Cada homem concluiu que *sua* parte do elefante – a cauda, uma presa, uma perna – era o animal todo. Até agora, a literatura científica forneceu pouca orientação sobre como conduzir sessões efetivas.⁵ Entretanto, em 2009 uma pesquisa com pessoas que usaram diferentes psicodélicos revelou que quase 70% dos usuários listaram autocura entre as razões para tê-los usado.⁶

Se quiser usar esses psicodélicos de maneira terapêutica, recomendo o

modelo e os métodos descritos nos Capítulos 1 e 2 e resumidos como uma lista de controle no Capítulo 19. Aborde essas sessões com respeito. Prepare-se para a possibilidade de uma experiência transcendental ou espiritual. À tarde ofereça, mas não force, oportunidades terapêuticas. Os capítulos 1 e 2 descrevem como usar um espelho, fotografias e flores (um botão de rosa é o melhor; veja o trecho abaixo). Se você puder ser amoroso, apoiar, e não interferir muito – se você apenas puder “ser” – você provavelmente poderá ajudar alguém com quem você se preocupa. (Visite www.entheoguides.net para informações adicionais atualizadas.)

O excerto abaixo é de uma sessão de terapia na Fundação Internacional para Estudos Avançados de Menlo Park, Califórnia. WS, um engenheiro, estava preocupado com a falta de conectividade em seus relacionamentos e com a necessidade de controlar todas as partes de sua vida. Ele já estava há horas em uma experiência transcendental muito reveladora antes que alguém lhe pedisse para olhar a rosa

15:30: “Por que não olha para a Rosa?”, M. perguntou. “Ela tem algo para lhe dizer”.

“O que ela poderia me dizer?, pensei. Depois de todas estas tremendas revelações e vivências, agora vamos brincar com botões de rosa?”. Olhei para Rosa. “É bonita”. Ri, novamente. Parecia tão banal e insignificante dizer que era bonita. Eu queria passar a outras coisas, mas ele insistiu que olhasse para o botão de rosa. “OK, pensei, se você é importante, vou olhar”. Subitamente, o botão de rosa começou a crescer e a crescer e logo desabrochou numa rosa de grande tamanho. A beleza era fantástica. À medida que olhava para ela, de repente, eu disse, “estou me vendo! Eu me vejo!”. Fiquei muito chocado com esse comentário inesperado. Naquele momento, não entendi o que havia dito, porém, posteriormente tive a revelação de que eu estava realmente “em um” com a rosa, com a natureza. Ambos somos partes de um ser ou força ou poder muito maior, da mesma forma que duas folhas são partes de uma árvore. Logo o centro da rosa se transformou num balde de brasas rubras e rutilantes – o poder controlado. À medida que continuei olhando para a rosa fiquei completamente atônito com o efeito que ela estava tendo sobre mim. A intensidade era tão avassaladora que tudo que eu podia fazer era ficar sentado chorando, chorando, chorando.

Fiquei pensando em como tudo era maravilhoso, simplesmente maravilhoso. O que era maravilhoso? Não importava. Tudo estava maravilhoso e isso era tudo o que importava para mim naquele momento.⁷

O Capítulo 6 discute as condições que podem piorar se a pessoa tomar um psicodélico sem um guia ou apoio. Embora alguns trabalhos tenham sido bem-sucedidos com alcoolistas crônicos, com esquizofrênicos⁸ e com crianças autistas, essas sessões ocorreram em ambientes controlados com pessoal treinado para antecipar dificuldades especiais. Não assumo aquilo para o que não se sente qualificado.

A consciência expandida proporcionada pelos psicodélicos se apresenta em diferentes formas. Com altas doses tomadas em ambientes sagrados e seguros, eles facilitam o reconhecimento da relação íntima da pessoa com todas as coisas vivas. Em doses moderadas, facilitam a percepção das intrincadas estruturas psicodinâmicas da própria consciência individual. Em doses baixas, facilitam a percepção de soluções para problemas técnicos e artísticos.

Se você pretende guiar uma sessão ou pretende ser guiado, considere-a como autoexploração, não terapia. Evite o sentido de “terapêutico” o máximo que puder. Da mesma forma que o corpo está atentamente ligado na autocura, há ampla evidência de que a mente também faz isso. Uma sessão psicodélica segura e solidária pode cobrir a exploração livre e completa do que surgir. Uma pessoa que retorna de uma experiência transcendente e observa sua personalidade pode cair na risada diante do que fez para negar, suprimir ou distorcer seu núcleo saudável. Em sessões focalizadas na exploração da personalidade é particularmente útil ajudar os viajantes a recordar as percepções mais pertinentes sobre si.

O Treinamento de Terapeutas Psicodélicos

Embora o treinamento de terapeutas psicodélicos seja considerado como necessário na literatura médica e psicológica, tem havido poucas oportunidades para realizá-lo. Até agora, os critérios desenvolvidos na Checoslováquia nos anos 1950 permanecem um bom modelo. Para os médicos, o treinamento inclui cinco sessões pessoais com um prático credenciado e trinta sessões de pacientes sob um tipo de supervisão. Tal treinamento deveria dar ao terapeuta uma compreensão das vivências de

seus clientes bem como o tirocínio para trabalhar com eles.

Quando houver licença profissional para o uso de psicodélico, haverá debates intermináveis sobre o tipo de treinamento que será necessário. O modelo acima será, indubitavelmente, uma referência para qualquer outra coisa necessária.

Vários terapeutas com experiência respeitável com diversos psicodélicos têm proporcionado esse tipo de treinamento. Entretanto, nem tudo o que serve para um sempre serve para todos. Um dos mais refinados guias dos EUA prefere psilocibina ao LSD para o uso em clínica. Ele diz que observa a mesma amplitude de vivências sem ter que superar os preconceitos dos clientes com o LSD. Outro terapeuta de renome internacional executa exercícios respiratórios holotrópicos no dia anterior ao da sessão para saber mais sobre o cliente e resolver alguns problemas antes da sessão psicodélica real.

Uma lista breve de *sites da internet* e de livros sobre psicoterapia psicodélica⁹ encontra-se ao final deste capítulo. Se você for um profissional da saúde mental, saberá quando seu treinamento prévio pode ser útil e quando será mais útil deixá-lo de lado e ser apenas um bom ouvinte, um observador compassivo é um apoiador cuidadoso. Há listas de recursos para trazer de volta pessoas numa má viagem por ter tomado alguma coisa em excesso, por estar com pessoas erradas, estar no ambiente errado, ou por todas essas alternativas. É bom saber como reorientar alguém perdido no espaço interno. Uma má experiência, mesmo uma caótica, pode ser reencaminhada e se tornar benéfica, ou ao menos não nociva. Se estiver numa multidão que está usando drogas de forma recreativa, é bom saber administrar primeiros socorros psicoemocionais.

Essa discussão foi sobre psicodélicos como complemento de psicoterapia e sobre sua reintrodução como legítimos instrumentos de cura. Com todas as teorias plausíveis sobre estados alterados disponíveis atualmente,¹⁰ é improvável que ressurjam os temores que dominaram a psiquiatria nos anos 1960, quando surgiram os psicodélicos. Muita gente das profissões de saúde mental passou por experiências psicodélicas e certamente fumou maconha o suficiente para saber que a literatura de terror oficial é ridícula. “Este é seu cérebro sob o efeito de drogas” é hoje tão piegas quanto foi o

filme *Reefer Madness*⁵ em sua época. Grupos como a Associação Multidisciplinar para Estudos Psicodélicos (MAPS) (www.maps.org) e o Instituto de Pesquisas Heffter (www.heffter.org) continuam a apoiar projetos de pesquisa e têm como seus objetivos institucionais a reintrodução dos psicodélicos na prática médica e psiquiátrica. No geral, seu trabalho é bem aceito e as notícias sobre cada estudo são amplamente disseminadas, quase sempre de forma favorável. A população parecer estar mais aberta do que os políticos sobre o afrouxamento das restrições sobre o uso terapêutico.

Ao mesmo tempo, há que se considerar outros efeitos terapêuticos sem tanto apoio teórico, principalmente porque alguns projetos de pesquisa atuais não se enquadram nos modelos psicoterapêuticos, biomédicos ou farmacêuticos.

Cura ampliada

Durante algumas sessões psicodélicas já aconteceu de alguns sintomas físicos ou psicofísicos terem melhorado ou até mesmo sido curados. Tais efeitos curativos rápidos e persistentes são mencionados frequentemente em relatos xamanísticos de diferentes culturas. No entanto, tais relatos não resultaram na aceitação de evidência pela medicina convencional. Que o uso de psicodélicos alivia ou elimina cefaleias não pode ser explicado por nenhuma teoria psicodinâmica.¹¹ Que microgramas de uma substância totalmente metabolizada e excretada em poucas horas¹² podem impedir a recorrência de uma síndrome fisiológica durante meses ou anos escapa ao pensamento médico convencional. As baixas taxas de sucesso que a terapia convencional e os medicamentos convencionais têm obtido com o transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) fazem dessa condição uma boa candidata a intervenções psicodélicas exploratórias.¹³ Muitos casos de TEPT, especialmente aqueles deflagrados pela Guerra do Iraque, decorreram do fato de que soldados foram compelidos a se comportar contra suas convicções morais mais profundas, enquanto viviam sob um constante medo das pessoas que supostamente deviam estar ajudando.¹⁴ Proporcionar a esses veteranos uma terapia que funciona no mesmo nível de seus ferimentos parece realista e já demonstrou ser de grande valia.¹⁵

Pacientes em fase avançada de câncer têm sido ajudados pela terapia

psicodélica.¹⁶ A pesquisa permitida atualmente mostrou sucesso em reduzir a ansiedade excessiva, talvez por permitir que os pacientes percebam que a morte não é nem tão assustadora nem tão final quanto pensavam. Seu prognóstico permaneceu o mesmo, mas o conceito de sua identidade como maior do que seu corpo, maior, de fato, do que sua vida, parece ter enriquecido seu tempo restante. Alguns viveram além do tempo de vida previsto, com uma melhoria da qualidade de vida; outros perceberam que estava sob seu controle, por fim, sua dor e em seu desconforto crescentes. Esses estudos permitem ao mundo do câncer ver os psicodélicos como algo mais do que simples curiosidade.

Pessoas com uma ampla variedade de outras condições físicas podem ser ajudadas por intervenções psicodélicas. Terapeutas com os quais trabalhei notaram em centenas de clientes que sintomas físicos de menor gravidade, como dores, resfriados, artrite, cefaleias e alergias, com frequência desapareciam durante a sessão. Igualmente intrigante foi o fato de que a maioria das pessoas não precisava usar seus óculos durante as cinco ou seis primeiras horas da sessão, apesar de olhar durante muito tempo no espelho ou fotografias delas ou de pessoas próximas delas. Como foi mencionado anteriormente, durante as sessões, sabíamos que os clientes estavam voltando da viagem quando pediam ou pegavam seus óculos.

Nada disso foi investigado sistematicamente. Ainda não usamos nem entendemos plenamente os efeitos imediatos ou a longo prazo dos psicodélicos em condições físicas. Um terapeuta se interessou pelas mudanças físicas e registrou alguns relatos. O Dr. Morgan's Hertz supervisionou tratamentos com LSD numa sessenta pessoas e notou que uma alta porcentagem delas alegou alívio de queixas orgânicas.¹⁷ Alguns exemplos:

“Minha sensação de paralisia do lado esquerdo do corpo, que tinha há muito tempo, desapareceu...”

“Uma sensação preocupante de urinar involuntariamente desapareceu pois, se eu tinha a sensação, podia controlar a urina”.

“Minha gagueira de muitos anos desapareceu”.

“Minha tendência a ficar zozinho desapareceu”.¹⁸

“Não sinto mais minha pulsação martelando desagradavelmente todo o meu corpo quando me deito”.

Os resultados da terapia psicodélica com alcoolistas crônicos, que deixaram de responder a outros tratamentos e que têm sintomas físicos degenerativos atribuídos à bebida, se estende do domínio mental ao físico. Os resultados das pesquisas canadenses iniciais impressionaram o Departamento de Saúde Pública de Saskatchewan, que declarou que um único tratamento de alcoolismo com uma dose alta de LSD não deveria mais ser considerado “experimental” e “deveria ser usado quando indicado”.¹⁹ Ao serem apresentados aos oficiais da pesquisa federal dos EUA, esses mesmos resultados foram rejeitados como inacreditáveis.²⁰ Esperamos que esse dia já tenham ficado para trás. Hoje, muitos dos pesquisadores do alcoolismo já usaram psicodélicos recreativamente. É pouco provável que reajam como gatinhos assustados à ideia de que os psicodélicos possam ajudar aqueles sofrendores, que dele necessitam desesperadamente.

Vários desses antigos alcoolistas que havia décadas estavam sem problemas com o álcool relataram que haviam parado de beber não porque sua vontade de resistir à tentação havia sido fortalecida (como se busca numa reunião de Alcoólicos Anônimos), mas porque não se sentiam mais atraídos, portanto não tinham nada contra o que resistir. A mudança interna foi inesperada, mas resultados inesperados não são incomuns na história dos agentes terapêuticos. Afinal de contas, quem teria pensado que a maconha, outra substância quase que totalmente banida da pesquisa, poderia aliviar os sintomas da esclerose múltipla e aliviar o câncer e várias outras condições além de, ainda, se tornar o tratamento de escolha para aumentar o apetite durante a quimioterapia? Menos divulgado é o trabalho de Gary Fisher, Loretta Bender e outros, com crianças com distúrbios do desenvolvimento e autistas.²¹ Numa análise de sete estudos disponíveis, com 91 crianças entre cinco e quinze anos de idade que receberam diversas doses de LSD em ambientes variados, 75 delas apresentaram melhora boa ou excelente.²² É lamentável que durante décadas tenhamos sido impedidos de tentar liberar tais crianças do labirinto que as aprisiona física e mentalmente.²³

Numa classe à parte estão os numerosos eventos psíquicos que ocorrem durante sessões psicodélicas. É comum o que aparenta ser telepatia, e há numerosos incidentes que parecem ter componentes precognitivos ou de clarividência. A resistência a sequer admitir a possibilidade desses

fenômenos é bem compreensível.²⁴ Portanto, os pesquisadores clínicos (incluindo a mim) tendem a nem mesmo mencioná-los em seus relatórios publicados.

Em suma, há várias intervenções terapêuticas que vão bem além das psicoterapêuticas.

Somos seres corpo-mente-espírito; tudo o que afeta um sistema afeta o todo. Talvez o que tenha inibido nossa cultura de pesquisar os psicodélicos seja que esse movimento requer um nível de treinamento e de capacidade pessoal que não são exigidos pela medicina e pela psicoterapia convencionais, bem como uma disposição para abandonar crenças bem estabelecidas.

Não me refiro a práticas xamanísticas com psicodélicos para cura física e mental ou para adivinhação. Felizmente, a literatura antropológica já contém numerosos exemplos de tratamento, treinamento e efetividade xamanísticos. Outra razão para não discutir práticas xamanísticas é que elas não têm equivalente em procedimentos Ocidentais. Por vezes, os próprios xamãs ingerem as substâncias, ao invés de dá-las aos pacientes; eles trabalham com uma ampla variedade de plantas, muitas psicodélicas, muitas não, e executam rituais específicos para cada planta e para cada condição. As experiências visionárias relatadas comumente parecem diferir daquelas de pessoas que usam LSD, mescalina e psilocibina em ambientes não xamanísticos. (Veja no capítulo 20 um relato e comentários de três sessões com santo-daime.)

Os outros capítulos da Segunda Parte descrevem pesquisas com pessoas que tomaram uma dose alta de algum dos vários psicodélicos num ambiente que encorajava experiências transcendentais. Os resultados são descritos pormenorizadamente, de forma a não haver confusão quanto ao que significa “resultados positivos”. Essas substâncias ainda não plenamente entendidas colocaram muitas pessoas em contato com uma realidade mais inclusiva e melhoraram seu funcionamento no dia a dia. Seu impacto na música e nas artes é bem conhecido e parte de seu impacto nas ciências da computação já foi descrito.²⁵ Sua contribuição para a terapia e para a prática da cura mal começou.

Recursos para um Pleno Entendimento da Psicoterapia Psicodélica

De início, pensei em escrever um anexo sobre o uso psicoterapêutico

semelhante às seções sobre enteógenos e sobre a resolução de problemas científicos. Entretanto, já há discussões e descrições alentadas e pormenorizadas sobre o trabalho terapêutico, tal como *The Secret Chef Revealed*.²⁶ Ademais, muito das seções enteogênicas (capítulos 1 e 2) podem ser adaptadas para o trabalho psicoterapêutico. Uma boa lista de recursos pode ser encontrada em <https://primal-page.com/psychede.htm>.

Veja o material a seguir para mais informações sobre psicoterapia com LSD e outros psicodélicos, além de mais links para outras listas:

Em 2010 a Universidade Johns Hopkins estava recrutando pacientes para um estudo intitulado “*Psychopharmacology of psilocybin in cancer patients*”. Para uma descrição formal do estudo vá em www.clinicaltrials.gov e busque pelo título do estudo.

Para encontrar o artigo intitulado “*Autistic schizophrenic children: An experiment in the use of D-lysergic acid diethylamide (LSD-25)*”, vá em www.neurodiversity.com e busque pelo título do artigo.

Livros que Descrevem Curas e Práticas Xamanísticas

Michael Harner, *The Way of the Shaman*. New York: Harper and Row, 1980.

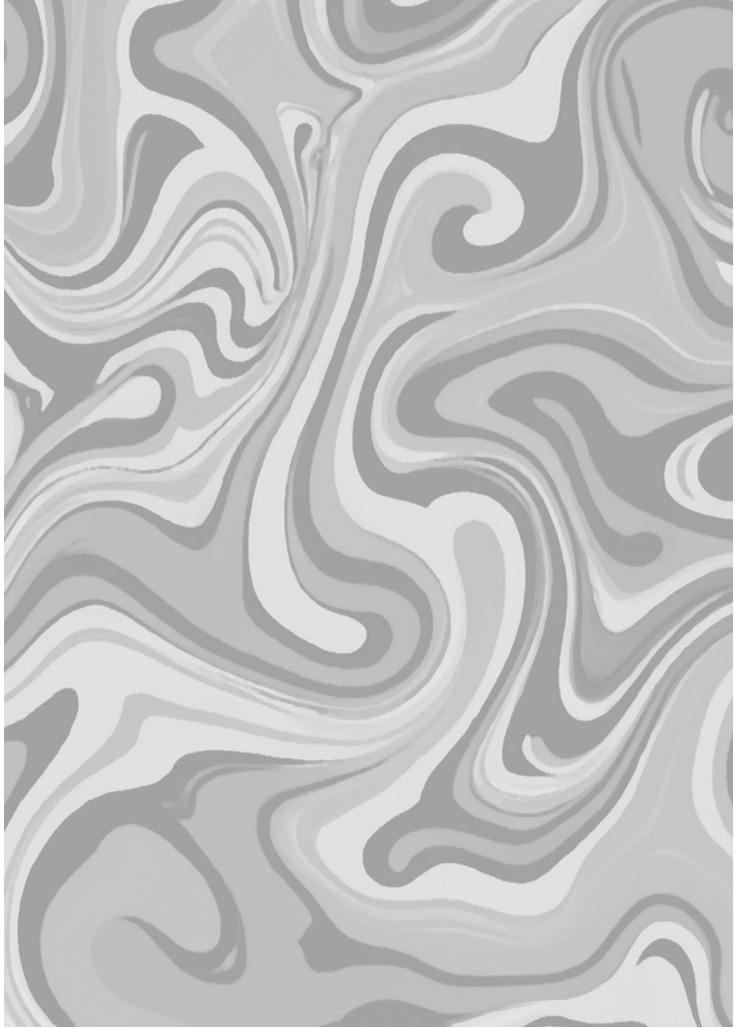
Jeremy Narby, *The Cosmic Serpent: DNA and the Origins of Knowledge*. New York: Tarcher/Putnam, 1998.

Robert Tindall, *The Jaguar That Roams the Mind: An Amazonian Plant Spirit Odyssey*. Rochester, Vt.: Park Street Press, 2008.

Wade Davis, *One River: Explorations and Discoveries in the Amazon Rain Forest*. New York: Simon and Shuster, 1996.

Don José Campos, *The Shaman and Ayahuasca*, Studio City, Calif.: Divine Arts, 2011.

^{1§}Filme produzido em 1936 para exibição em escolas norte-americanas contra o uso de maconha, que associava a droga com loucura e violência. (N.T.)



6

COISAS QUE PODEM DAR ERRADO QUE VOCÊ PRECISA CONHECER

*Estas melhores práticas, escritas por Neal Goldsmith, são de seu livro *Psychedelic Cure: The Promise of Entheogens for Psychotherapy and Spiritual Development*..¹ Esse livro é sobre o entendimento do uso de psicodélicos como catalisadores do processo psicoterapêutico e da transformação espiritual, entre outras coisas. Goldsmith é um psicólogo com consultório privado em Nova Iorque.*

Se você sabe o que faz, se for cuidadoso com quem anda, e o ambiente for bom, se a substância é pura e a preparação foi levada a sério, há pouca probabilidade de que algo dê errado.

Entretanto, a vida é muito mais incerta do que isso. Muitos dos leitores desse livro usaram psicodélicos em condições nada ideais ou ajudaram pessoas que haviam tomado psicodélicos em tais situações. É de bom senso saber o que fazer quando uma pessoa precisa de ajuda para permanecer em sua experiência ou, em casos raros, ser ajudada a sair dela. Quanto mais você souber o que pode dar errado e como isso pode ser manejado, menos você vai precisar usar seu conhecimento.

Informações e Procedimentos para Emergências Psicodélicas

Educação

As pessoas que podem se envolver com repostas a uma emergência psicodélica devem conhecer os seguintes recursos:

Informação sobre Crises Psicodélicas

Working with Difficult Psychedelic Experiences. Este vídeo educacional de vinte minutos, produzido pela MAPS, é uma introdução prática aos princípios da terapia psicodélica. Ensina os usuários de drogas psicodélicas como minimizar os riscos psicológicos e explorar as aplicações terapêuticas dos psicodélicos. Narrado pela médica Donna Dryer, o vídeo apresenta exemplos de quando e como ajudar um amigo, colega ou pessoa amada a extrair o máximo de uma experiência difícil com psicodélicos.

www.maps.org/wwpe_vid

How to Treat Difficult Psychedelic Experiences: A Manual. Escrito por um terapeuta psicodélico para o uso de voluntários leigos que ajudam pessoas que passam por difíceis experiências psicodélicas.

www.maps.org/ritesofpassage/anonther.html

A Model for Working with Psychedelic Crises at Concerts and Events. Este artigo do boletim da MAPS é sobre a Tenda da Serenidade do grupo no festival de música de Hookahville, no qual a equipe da MAPS trabalhou com uma equipe médica para ajudar pessoas do público que estavam passando por experiências difíceis.

www.maps.org/ritesofpassage/model_working_with_psychedelic_crises_concerts_events.htm

Informação sobre Psicoterapia Psicodélica

Guidelines for the Sacramental Use of Entheogenic Substances:

www.maps.org/gateway/%5B55%5D181-197.html

Sitters or Guides: www.csp.org/nicholas/A59.html

Code of Ethics for Spiritual Guides: www.csp.org/development/code.html

Ethical Caring in Psychedelic Work: www.maps.org/news-letters/v07n3/07326tay.html

Counter-Transference Issues in Psychedelic Psychotherapy:

www.maps.org/news-letters/v10n2/10204fis.html

Psychedelic Psychotherapy: The Ethics of Medicine for the Soul:

www.maps.org/media/u_penn_3.17.06.pdf

Psychotherapy and Psychedelic Drugs: www.psychedelic-library.org/thermenu.htm

Informação Geral e Básica sobre Psicodélicos

Para a melhor introdução aos fatos sobre psicodélicos, tente *Psychedelic Drugs Reconsidered*, de Lester Grinspoon e James B. Bakalar (New York: Basic Books, 1979; New York: The Lindesmith Center, 1997) (www.drugpolicy.org/library/bookstore/pdrad2.cfm)

Uma realização intelectual extraordinária sobre inquéritos acadêmicos populares pode ser encontrada em *Shroom: A Cultural History of the Magic Mushroom*, de Andy Letcher (New York: HarperCollins, 2006.) É incisivo,

cético, brilhantemente analisado e maravilhosamente escrito por alguém de dentro.

Uma visão geral aprofundada, mais acadêmica, encontra-se em *Pharmactheon: Entheogenic Drugs, Their Plant Sources and Histories*, de Jonathan Ott, com prefácio de Albert Hofmann (Kennewick, Wash.: Natural Products Company, 1993) (www.erowid.org/library/review/review_pharmactheon1.shtml)

Para uma história cultural informativa e divertida da história da América (1870-1966) induzida por drogas, veja *Storming Heaven: LSD and the American Dream*, de Jay Stevens (New York: Harper and Row, 1988) (www.stormingheaven.com)

Psychedelic Psychotherapy, New Research, Ancient Practice (Apresentação em PowerPoint): (www.maps.org/slideshows/neal/Slide1.html)

Há muito mais sobre esse tema no site da MAPS: www.maps.org. MAPS é a principal organização e site para informação atualizada sobre a pesquisa clínica e questões de políticas públicas.

O que você pode fazer

Eis um excerto particularmente útil de Erowid (www.erowid.org), a melhor e maior fonte de informações para tudo o que se relaciona a psicodélicos: “*Psychedelic Crisis FAQ: Helping Someone Through a Bad Trip, Psychic Crisis, or Spiritual Crisis.*” (www.erowid.org/psychoactives/faqs/psychedelic_crisis_faq.shtml).

1. Se alguém parece estar passando por um momento difícil, pergunte delicadamente se gostaria de ter alguém ao seu lado. Se parece que ela se incomoda em ter alguém ao seu lado, deixe alguém por perto, mantendo-a de vista discretamente.
2. Informe a pessoa sobre o espaço em que ela se encontra. Frequentemente, o que isola as pessoas e cura uma sensação de paranoia ou de estar perdida é o fato de os outros tentarem trazê-las de volta por estarem “muito distantes” da consciência normal. Ao invés disso, tente apenas estar à disposição, perto dela.
3. De que forma você pode modificar o ambiente (nível de ruído,

temperatura, exterior X interior, etc.)? Uma festa/rave/concerto pode agravar o estado mental de uma pessoa. Pense em encontrar o lugar mais calmo, se parecer provável que isso ajudará (a partir de dicas do viajante), e peça para que ninguém se aglomere perto dela. Tranquelize-a ao dizer que a situação está sob controle, tentando identificar alguém que possa ajudar mais tarde, se for necessário.

4. Como você pode minimizar o risco de dano emocional ou físico? Lembre-se, sua preocupação deve ser com a pessoa, o que ela está se sentindo, não com a situação (como em “Meu Deus! Tenho que fazer alguma coisa”).)
5. Paranoia: se a pessoa não quiser ninguém perto dela, afaste-se ou dê-lhe as costas, para não ficar encarando-a, mas fique de olho, o mais discretamente possível. Pense em como se sente uma pessoa num estado paranoide com um estranho seguindo-a e observando-a
6. Que objetos/atividades/distrações (brinquedos, animais, música, etc.) poderiam ajudar a pessoa a atravessar um espaço difícil?
7. Não pressione: apenas fique com elas. A menos que haja risco de uma lesão corporal, simplesmente deixe claro que você está ali se precisarem de você.
8. Toque. O toque pode ser muito poderoso, mas também pode ser muito invasivo. Como regra geral, não as toque a menos que concordem ou que o toquem primeiro. Se parecer que precisam de um abraço, pergunte. Se estiverem além da comunicação verbal, tente ser muito sensível a qualquer reação negativa ao toque. Com frequência segurar as mãos pode ser uma maneira muito efetiva e não ameaçadora de deixar alguém saber que você está ali se precisar de você.
9. A intensidade pode ocorrer em ciclos ou ondas. Também pode atuar como um sistema – um movimento através e espaços transpessoais – que pode ter começo, meio e fim. Não force muito para movê-lo.
10. Não é para sempre: se estiverem suficientemente conectados para se preocupar com sua sanidade, tranquilize-os que esse estado é devido à substância psicoativa e que voltarão ao seu estado mental “doméstico” no tempo certo.
11. O normal induzido por droga: diga-lhes que estão passando pelos

efeitos agudos de uma substância psicoativa (se souber qual, diga) e informe que é normal (embora incomum) passar por crises espirituais e que eles (como milhares antes deles) ficarão bem se relaxarem e deixarem a substância ser metabolizada.

12. Respiração: respire com eles. Se estiverem suficientemente conectados para ser ajudados, consiga que se juntem a você em respirações longas, profundas e plenas. Se forem capazes de entender, ou se estiverem muito longe e “pirando”, coloque uma mão na barriga deles e diga “respire desde aqui”, “continue respirando, você vai conseguir” que isso pode ajudar.
13. Relaxe: pode ser muito, muito difícil relaxar quando se está morrendo ou esfaqueado por demônios, mas diga-lhes que você está ali para garantir que nada acontecerá ao corpo físico deles. Uma das coisas mais importantes durante processos internos realmente difíceis é aprender a ficar bem com o fato de que eles estão acontecendo, conseguir “relaxar” a tentativa de interromper a experiência de alguém é simplesmente deixá-la acontecer.
14. Meditar: sugerir delicadamente que eles tentem fechar os olhos e focar no interior pode, às vezes, mudar o curso de suas experiências.
15. Pés no chão: uma das coisas mais fixadoras e centralizadoras que existe é tirar sapatos e meias e colocar diretamente os pés no chão. Cuidado ao fazer isso em pisos abrasivos.
16. Contato visual: se a pessoa não tiver um comportamento paranoide e não estiver temerosa de você, faça bastante isso.
17. Tudo está bem comigo: deixe claro que o mundo todo pode estar caindo para eles, mas, para você, está tudo bem.
18. Processo saudável: crises são componentes normais dos processos psicológicos humanos e uma forma de incorporá-las como um processo de cura, não um “problema” a ser retificado.

A coisa mais reconfortante que algumas pessoas relataram foi terem sido envoltas num cobertor. Nunca é demais recomendar fortemente dispor de um cobertor grosso e pesado para emergências.

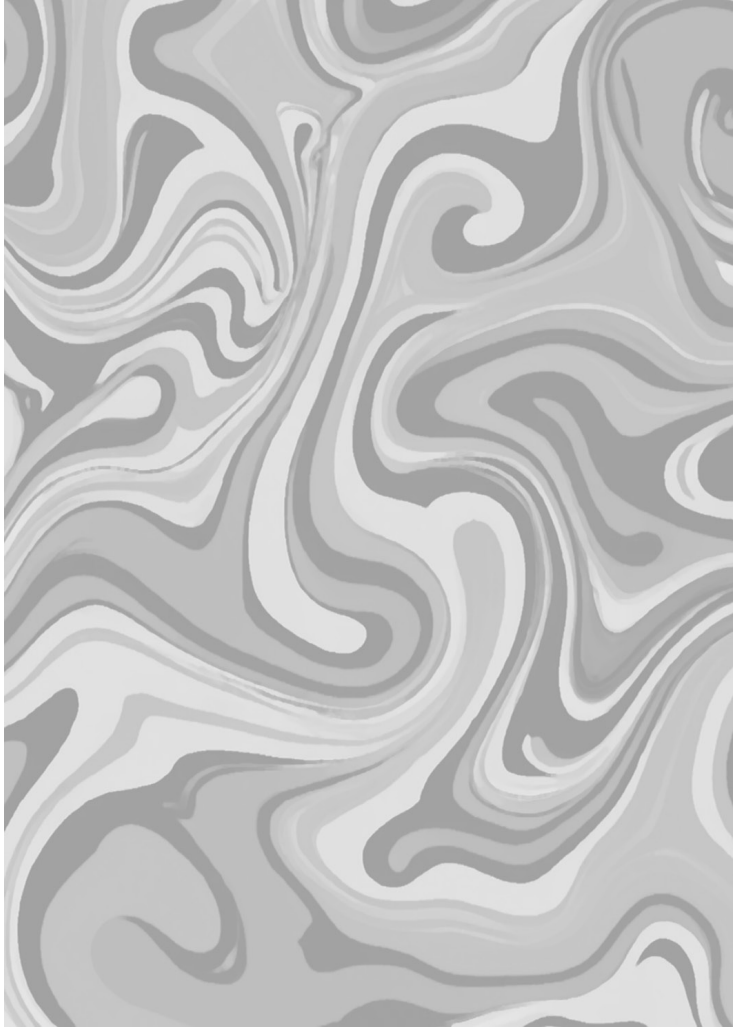
Valores e Procedimentos no Ambiente

Quer quiser criar um evento amigável aos psicodélicos tem (alguma)

responsabilidade por torná-lo seguro e ser capaz de responder aos membros da comunidade que precisam de um lugar seguro para se refrescar, que inclui água, um lugar para se recostar, pessoal atento e capaz e facilitadores no ambiente. Onde não for apropriado ou não se esperar “tratamento”, é importante que o pessoal seja capaz de reconhecer quando um participante precisa de ajuda e quando podem continuar a participar do evento em segurança.

- Dar uma dose de psicodélico sem que quem o recebe não saiba ou não tenha dado permissão é como um estupro: não é um presente, não é um ato psicodélico e nunca é correto. Este valor deve ser ativamente promovido na cultura da organização anfitriã.
- O objetivo de acompanhar alguém numa crise não é reduzir os efeitos, mas criar e manter um lugar seguro onde o indivíduo pode sair do processo sem entrar em conflito com ele mesmo ou com outrem.
- Ao acompanhar, a transferência (de medo, de não querer se envolver, de poder, de atração, etc.) é inevitável e deve ser reconhecida, discutida antecipadamente e gerenciada.
- Nenhum relacionamento sexual, jamais.
- O participante em crise merece discrição e confidencialidade.
- Os acompanhadores devem estar preparados para enfrentar momentos difíceis e não abandonar o posto.
- Os eventos amigáveis aos psicodélicos devem ter pessoal médico à distância, porém, se houver um espaço seguro, raramente eles serão necessários.

A



MITOS E PERCEPÇÕES DISTORCIDAS

David Presti, Ph.D., e Jerome Beck, Ph.D.

Recentemente, estava lamentando com um amigo antropólogo algumas desinformações que ele observou num filme recente, profundo e bem produzido sobre cogumelos. Concordamos que a desinformação, especialmente se é transmitida por um acadêmico sem experiência para outro acadêmico que tampouco tem experiência e assim por diante, acaba sendo aceita e filtrada para a sociedade em geral. Uma vez aí, é diabolicamente difícil de ser deslocada e substituída pela verdade. A coisa maravilhosa neste capítulo é que ele é totalmente atual; todas essas percepções distorcidas estão aí. A coisa terrível neste capítulo é que foi escrito há dez anos. Espero que logo fique desatualizado.

Este material foi originalmente publicado no livro Psychoactive Sacramentals, para um capítulo escrito por David Presti e Jerome Beck.¹ Presti é um Professor Doutor de neurobiologia no Departamento de Biologia Molecular e Celular, na Universidade da Califórnia em Berkeley, e sua linha de pesquisa é a relação entre processos químicos cerebrais e comportamento. Beck é um pesquisador adjunto no Instituto para Análises Científicas e atua como administrador de pesquisa em saúde pública, políticas públicas e epidemiologia do Programa de Pesquisa em Doenças Relacionadas ao Tabaco, na Universidade da Califórnia.

O LSD (dietilamida do ácido lisérgico), como muitas substâncias alucinógenas, visionárias ou enteogênicas, é classificado pelo governo dos EUA como substância controlada do Grau 1. Tais substâncias são consideradas como sem indicação médica e não estão legalmente disponíveis para uso em humanos nos EUA. Como tal, o LSD só está disponível para usuários como droga “de

rua” ilícita, de pureza e potência desconhecidas. Muitas das chamadas drogas de rua são acompanhadas de um conjunto de mitos, mas para nenhuma delas isso é mais dramático e fantástico do que para o LSD. Embora desconhecido antes de sua síntese em 1938 e caracterização em 1943 por Albert Hofmann,² para muitos o LSD representa o alucinógeno prototípico. O notável folclore associado ao LSD talvez fosse esperado, dada sua natureza altamente controversa e seus poderosos e profundos efeitos sobre a consciência.

Um aspecto particularmente notável da mitologia do LSD é sua existência tanto entre usuários de droga como entre peritos no campo do abuso de substâncias. Entre profissionais, alguns desses mitos são tão penetrantes que são mencionados como “fatos” em publicações profissionais proeminentes. Embora o público em geral e os meios de comunicação possam ser ludibriados pela desinformação, usuários de alucinógenos com frequência são bem informados sobre as substâncias que usam. No entanto, alguns ainda são amplamente tidos como verdadeiros por usuários de LSD.

A maioria dos mitos sobre o LSD começou na era politicamente carregada dos anos 1960 e teve múltiplas origens e métodos de propagação, entre os quais os meios de comunicação, a subcultura de usuários de rua, e táticas de terror do governo e aplicadores da lei. Neste capítulo, abordaremos o proeminente folclore associado ao LSD, com particular atenção à crença que prevalece entre usuários e peritos profissionais de que a estricnina é um adulterante comum do LSD. Além desse mito prototípico, tocaremos brevemente em diversas outras crenças amplamente disseminadas.

Estricnina e outros Adulterantes

Dizer que o LSD é frequentemente adulterado (“batizado”) com

diversas substâncias tóxicas é uma crença antiga que penetrou nas redes de usuários e de profissionais há mais de três décadas, apesar da falta de qualquer evidência que a apoie. Dentre os supostos acréscimos aos LSD destacam-se a metanfetamina (popular droga sintética de rua conhecida como “bola”) e a estricnina (um alcaloide das sementes de uma árvore nativa da Índia, *Strychnos nuxvomica*, usada historicamente como veneno contra roedores, que tem propriedades de estimulante do sistema nervoso).³

Usuários às vezes atribuem características de uma experiência com LSD tanto a esses adulterantes quanto ao próprio LSD. Por exemplo, uma experiência com LSD pode ser descrita como de “bola” devido à metanfetamina supostamente presente naquela dose. Algumas experiências desagradáveis (“viagens ruins”) ou desconforto gastrointestinal sentido por alguns usuários de LSD são atribuídas a LSD adulterado com estricnina. Mesmo a revista *High Times*, uma referência padrão entre usuários, publicou que “a estricnina, as metanfetaminas e o que mais estiver sobrando na banheira são adulterantes comuns [do LSD]”.⁴ Num questionário aplicado a mais de 400 estudantes universitários num curso obrigatório de saúde, os estudantes que haviam usado LSD em geral acreditavam que a estricnina e a metanfetamina eram adulterantes frequentes, ao passo que a maioria dos que não haviam usado LSD desconheciam esse mito.⁵

A crença de que o LSD frequentemente é adulterado com estricnina é amplamente difundida entre profissionais que tratam usuários de drogas. Até mesmo o *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (4a. edição) (DSM-IV)*, a referência padrão em diagnóstico de transtornos mentais (que inclui abuso de drogas), menciona a estricnina como um adulterante do LSD.⁶

Psychiatric Annals, um periódico profissional para educação continuada de psiquiatras, dedicou um número aos alucinógenos em 1994. Entre as numerosas imprecisões nesse número do periódico estava uma referência ao acréscimo de estricnina como forma de “aumentar a potência de suas experiências alucinógenas”.⁷ Esse artigo prosseguiu com uma descrição do procedimento para o tratamento do envenenamento por estricnina, indicando que isso talvez seja uma intervenção de urgência médica necessária para todos os que se apresentarem com desconforto agudo depois de ingerir LSD.

A contaminação do LSD com estricnina também é mencionada em livros profissionais sobre tratamento de abuso de substância,⁸ assim como compêndios acadêmicos recentes sobre educação sobre drogas.⁹⁻¹¹ Assim, textos educativos continuam a disseminar o mito da estricnina, sem referência a nenhuma análise ou casos documentados.

Compilações de gírias sobre drogas publicadas pelo Departamento de Justiça dos EUA¹² e um periódico médico profissional¹³ listam expressões que descrevem combinações de LSD com estricnina: “quebra lombo”, “ácido branco” e “quatro caminhos”. Entretanto, não há a menor evidência de que tal combinação tenha existido com qualquer nome. A extensão dessa crença entre peritos é impressionante e torna ímpar o mito da estricnina no conjunto do folclore sobre o LSD.

O mito da estricnina pode ter sido fortalecido por um relatório de Albert Hofmann sobre uma análise (realizada em 1970) de um pó que supostamente era LSD e que revelou que não passava de estricnina.¹⁴ Entretanto, todas as outras análises de grande número de amostras de rua de LSD raramente revelaram adulterantes e nenhuma continha estricnina.^{15, 16}

Há trinta anos, nos poucos casos em que foi encontrada

adulteração, os adulterantes eram fenciclidina (PCP) ou metanfetamina. De 581 amostras de rua de supostos LSDs, analisadas por J. K. Brown e M. H. Malone, 491 (84,5%) continham apenas LSD, 31 (5,3%) continham LSD e PCP, 11 (1,9%) eram apenas PCP e 5 (0,9%) continham LSD e anfetamina ou metanfetamina. Os autores concluíram: “Analisamos diversas amostras que supostamente continham estricnina, com base em sintomas tóxicos, mas em todos os casos, apenas LSD foi detectado... Nenhum outro grupo que realiza análises de drogas de rua relatou ter encontrado estricnina em qualquer amostra que continha LSD”.¹⁷

Mesmo se do ponto de vista histórico adulterantes foram encontrados muito infrequentemente em amostras de rua de LSD, essa possibilidade tornou-se ainda mais improvável recentemente pela introdução do mata-borrão que se tornou a forma mais comum de distribuição de LSD há mais de vinte anos. Este veículo desenvolveu-se porque a elevada potência do LSD exige um método confiável para a separação de pequenas quantidades do produto em doses uniformes. A exposição de um papel absorvente a soluções de concentrações conhecidas funciona muito bem para isso. Entretanto, a fim de produzir qualquer psicoatividade significativa, as unidades de mata-borrão com cinco milímetros quadrados não conseguem conter quantidade suficientes de estricnina nem de outros supostos adulterantes. Ademais, a altíssima potência e o baixo preço persistente do LSD tornam desnecessário o acréscimo de adulterantes para aumentar seus efeitos.

Em *Licit and Illicit Drugs*, Brecher¹⁸ afirma que a estricnina pode ter sido acrescentada ao LSD como “agente de volume” e, possivelmente, para acelerar o início dos efeitos. Outra razão apresentada para a presumida presença de estricnina no LSD seria para facilitar a ligação do LSD com o mata-borrão. Nada disso é

verdade. Outras histórias contam que a estricnina é um contaminante da síntese do LSD, um produto da degradação do LSD ou um metabólito produzido depois da ingestão. Esses também são mitos. Ainda que tanto a estricnina quanto o LSD sejam compostos de complexos de carbono, suas estruturas moleculares são bastante diferentes. A estricnina não é um precursor, um subproduto da síntese, um produto da degradação nem um metabólito do LSD. Simplesmente nunca se encontrou estricnina em amostras de rua de LSD nem qualquer motivo para esperar sua presença.

A origem do mito da estricnina no LSD é obscura. Isso já estava bem estabelecido ao final dos anos 1960. Em *Acid Dreams*, sua excelente, em outros aspectos, revisão histórica do uso de LSD, Lee e Shlain¹⁹ afirmam: “Muito do LSD que aparecia na rua [no bairro Haight-Asbury de São Francisco] era fortificado com algum tipo de aditivo, em geral bola ou estricnina, em alguns casos, inseticida. Mas, de onde surgiu LSD contaminado?”. Os autores prosseguem dizendo que esse LSD contaminado era manufaturado e distribuído pelo crime organizado e acabou conhecido como “ácido do sindicato do crime”, o que na época era sinônimo de LSD ruim.

O final dos anos 1960 foram tempos caóticos na cena hippie de São Francisco. Álcool, heroína e metanfetamina eram usados cada vez mais, e isso, junto ao influxo de um grande número de jovens desorientados, rapidamente contribuíram para o desaparecimento de um lugar anteriormente idílico. O caos resultante indubitavelmente acrescentou um componente negativo poderoso ao *set* e ao ambiente da experiência com LSD. Entretanto, não há evidência da real presença de estricnina em amostras, naquele tempo. Suspeitamos que o mito da estricnina surgido ao final dos anos 1960 ajude a explicar aspectos negativos da experiência com

LSD relacionados ao ambiente social decadente.

Alguns usuários experientes afirmam que amostras diferentes de LSD ilícito podem produzir efeitos sutilmente diferentes. Embora tais diferenças possam ser atribuídas ao *set* mental e ao ambiente físico, também é possível haver mecanismos químicos em ação. Outros alcaloides do *ergot* e produtos químicos semelhantes ao LSD presentes em preparações mal purificadas podem ter efeitos psicoativos.²⁰ Produtos da degradação e metabólitos do LSD podem, também, contribuir para tais diferenças relatadas.

Entretanto, a essa altura, isso permanece como especulação. Não foram realizados estudos clínicos sobre tais possibilidades e, de fato, seria virtualmente impossível realizá-los atualmente, dadas as dificuldades de realizar pesquisa com seres humanos envolvendo LSD e produtos químicos relacionados.

Do ponto de vista governamental, dos agentes da lei e dos grupos que se ocupam de tratamento de abuso de substância, o mito da estricnina como um adulterante permanece como uma tática de terror conveniente para dissuadir o uso do LSD. Da perspectiva do usuário, esse mito permanece como uma explicação externa conveniente para experiências significativamente desagradáveis (p. ex.: viagens ruins).

Tatuagem de Ácido

Outro mito que tem circulado com muita frequência pelos meios de comunicação, agentes da lei e grupos de pais é descrito como “a mais insidiosa lenda urbana sobre drogas”.²¹ Trata-se do mito da “tatuagem de ácido”. Como o mata-borrão de LSD frequentemente é ilustrado com personagens de desenho animado ou outros desenhos artísticos, alguém achou que parecia tatuagem por decalque. Isso resultou no aparecimento periódico em vários lugares dos EUA de panfletos anônimos que alertavam sobre a

ameaça que isso representa para crianças. Um boletim datado de 31 de março de 1987, do Departamento de Polícia de Emeryville, Califórnia, afirmava: “Um novo perigo chegou a essa comunidade... uma nova forma atraente de vender ácido para nossas crianças. Uma criança pequena pode topar com uma dessas e ter uma ‘viagem’ fatal. Também sabemos que as crianças mais novas podem ganhar uma ‘tatuagem’ de crianças mais velhas, por brincadeira ou por outras pessoas para conquistar novos fregueses”. O boletim termina alertando as pessoas contra a manipulação de tais tatuagens porque “sabe-se que essas drogas reagem muito rapidamente e algumas estão contaminadas com estricnina”.

Apenas recentemente esse mito foi oficialmente desmentido pela Administração de Execução de Drogas (DEA). Em memorando publicado em 1991, o DEA declarou: “Panfletos com avisos sobre uma alegada ‘nova forma’ de LSD circularam através dos Estados Unidos durante mais de uma década. Esses avisos, geralmente dirigidos a pais... advertiam sobre os perigos de tatuagens de decalque ou outros decalques decorados com personagens de histórias em quadrinhos ou outros desenhos impregnados com LSD destinados a atrair crianças... Dizia-se que, ao lamber esses decalques e aplicá-los sobre a pele, a criança poderia ter uma intoxicação alucinógena...

Esses avisos, encontrados em cartas, cartazes e panfletos, foram reproduzidos inúmeras vezes por pessoas bem-intencionadas, sistemas escolares, empresas privadas e pelos meios de comunicação. Esses avisos podem ser particularmente problemáticos e confusos porque contêm algumas informações acuradas sobre o LSD, suas formas e seus efeitos... A semelhança acidental entre os decalques infantis e os mata-borrões decorados do ácido foi a base para a suposição errônea, feita por alguns indivíduos bem-intencionados, de que havia um perigo particular

para crianças pequenas. Embora alguns jovens do colegial e de faculdade possam comprar ácido em mata-borrão e ficar intoxicados com ele, nenhum, repetindo, nenhum agente do DEA, e nenhuma autoridade estadual ou local, jamais, até hoje, relatou qualquer caso de decalques de tatuagens (ou outros) infantis com LSD... Trata-se de uma farsa".²²

Danos Cromossômicos e Defeitos Congênitos

Um dos mitos proeminentes do final dos anos 1960, e que contribuiu significativamente para o medo e a condenação do LSD, foi a crença de que o uso de LSD produzia quebras cromossômicas, outros danos genéticos e defeitos congênitos (teratogenicidade). Esta história começou em 1967, com um breve artigo no reputado periódico *Science* que alegava que o LSD acrescentado a culturas de células sanguíneas humanas produzia anormalidades.²³ O autor principal desse artigo publicou relato similar no conceituado periódico médico *The New England Journal of Medicine*, poucos meses depois.²⁴ O mesmo número deste periódico continha um editorial que destacava a descoberta de defeitos congênitos e danos genéticos causados pelo LSD, acentuando que o efeito do LSD no cromossomo era similar ao dano produzido pela radiação ionizante.²⁵ Essas publicações foram seguidas por uma onda de trabalhos de vários pesquisadores alegando a mesma coisa. Tais achados receberam a atenção dos meios de comunicação na primeira página e tornaram-se o aspecto proeminente da percepção pública do LSD.

Estudos posteriores, mais cuidadosos, demonstraram que as conclusões tiradas da pesquisa inicial não tinham sustentação. Uma ampla revisão de 68 estudos e relatos de casos publicados nos quatro anos posteriores ao artigo inicial de 1967, foi publicada como artigo principal na *Science*, em 1971. A revisão concluiu que

“LSD puro, ingerido em doses moderadas, não causa danos cromossômicos *in vivo*, não causa danos genéticos detectáveis e não é nem teratogênico nem carcinogênico em seres humanos”.²⁶

Infelizmente, essas refutações das alegações iniciais foram ignoradas pelos meios de comunicação e pelos fornecedores governamentais de informações sobre drogas. Como resultado o mito do LSD como promotor de danos genéticos ainda está bem vivo. Um dos melhores textos contemporâneos de educação sobre drogas começa com os resultados de uma série de perguntas do tipo verdadeiro ou falso sobre drogas. As questões foram apresentadas a alunos do autor do livro em um curso de educação sobre drogas, na Universidade do Estado de Nova Iorque, em Stony Brook. Uma pergunta afirma que “mulheres que tomam LSD durante a gravidez, ainda que uma única vez, têm uma probabilidade significativamente maior de terem filhos com defeitos congênitos do que mulheres que nunca tomaram LSD”. A resposta é: falsa. Num grupo de 223 alunos a quem a questão foi apresentada em 1991, apenas 6% responderam corretamente,²⁷ e em outro grupo de 200 alunos, em 1996, apenas 9% responderam corretamente.²⁸ O mito continua vivo.

Pirando

REAÇÕES ADVERSAS AGUDAS E DE LONGO PRAZO

O LSD, como muitas outras drogas psicoativas, pode produzir vários efeitos comportamentais agudos, durante o período da intoxicação. Esses podem incluir ansiedade, euforia, disforia, paranoia, alucinações, outras alterações da percepção e assim por diante. As alterações da percepção e da consciência são, sem nenhuma surpresa, uma parte esperada da experiência. Além disso, o *set* mental inicial (p. ex.: humor, expectativas) do usuário pode influenciar profundamente a natureza da experiência. Quem

estiver deprimido ou ansioso e tomar LSD pode sentir uma exacerbação da depressão ou da ansiedade. Quem estiver num espaço mental positivo pode ter uma experiência extática, embora isso possa não ocorrer. Qualquer experiência isolada com LSD pode incluir estados positivos ou negativos. Mesmo os estados de humor negativos podem ser psicologicamente benéficos se o material que emergir for processado terapeuticamente ou integrado num contexto espiritual. Esta é uma das facetas do valor terapêutico do LSD e de substâncias similares.^{29, 30}

Os efeitos psicológicos negativos persistentes (crônicos) são uma história diferente. O LSD e outros alucinógenos são com frequência discutidos em associação com riscos significativos e imprevisíveis de “enlouquecer” bem como com medos assombrosos de “lesão cerebral permanente”. Tal folclore inclui outras afirmações ultrajantes como “use LSD sete vezes [ou cinco vezes ou dez vezes ou qualquer outro número de vezes...] e você ficará alienado, do ponto de vista legal”, ou “conheço pessoas que tomaram LSD, sentiram que haviam se transformado numa laranja e ainda se sentem como se fossem uma laranja”. Outros efeitos falados são o desenvolvimento de ansiedade, depressão, paranoia, psicoses crônicas ou comportamento suicida e violento, para mencionar apenas alguns deles.

Sem querer questionar a possibilidade de que efeitos negativos persistentes do uso do LSD possam ocorrer em alguns indivíduos, revisões da literatura clínica sugerem que os efeitos problemáticos crônicos, quando ocorrem, na maioria dos casos estão associados a uma instabilidade psicológica prévia ao uso de LSD.^{31, 32} Por exemplo, pessoas com funcionamento limítrofe de personalidade (na linguagem do *DSM-IV*)³³ ou transtornos mentais latentes (p. ex.: história familiar positiva para esquizofrenia) podem ter uma

ativação de sintomas com o uso de LSD e problemas crônicos a partir daí. Tais indivíduos também têm risco com a exposição a vários outros estressores ambientais.

Uma ampla revisão feita pelo Dr. Sidney Cohen do uso de LSD em ambientes terapêuticos durante os anos 1950 (incluindo cerca de 25.000 ministrações a 5.000 indivíduos) revelou que a incidência de reações problemáticas agudas e crônicas era extremamente baixa quando o LSD foi ministrado em condições terapêuticas controladas a indivíduos sem psicopatologia grave prévia.³⁴ Isso fala em favor da triagem de usuários potenciais (pode ser seguro para a maioria das pessoas, mas não para todas) bem como uma cuidadosa atenção ao set e ao ambiente da sessão com a droga.

Uma morte em seres humanos decorrente de efeitos tóxicos do LSD nunca foi documentada.³⁵ O índice terapêutico farmacológico (proporção entre a dose letal e a dose terapeuticamente efetiva) para o LSD é indubitavelmente muito grande. Há um infame caso de uma “pesquisa científica” publicada na *Science*³⁶ na qual um elefante morreu depois de uma dose altíssima de LSD. Entretanto, nesse caso o elefante recebeu também outras substâncias potentes, inclusive drogas barbitúricas e antipsicóticas, que provavelmente contribuíram para sua morte.

Ouvimos falar de alegações de que o LSD fica capturado no cérebro, na medula espinhal e na gordura corporal e que pode ser liberado posteriormente – mesmo anos depois – produzindo efeitos adversos (como revivescências,[§] que são o reviver alguns aspectos da experiência da intoxicação pela droga na ausência da droga). Recentemente, ouvimos de uma estudante de medicina que ela aprendeu esse “fato” numa aula em uma das mais conceituadas escolas de medicina do país. Não há base na realidade para isto porque não há absolutamente nenhuma

evidência que sequer sugira que o LSD permaneça no corpo por períodos prolongados.

A noção da revivescência provavelmente é um dos conceitos mais confusos na literatura sobre drogas alucinógenas. Em sua excelente discussão sobre este fenômeno, os Professores da Faculdade de Medicina da Universidade de Harvard, Lester Grinspoon e James B. Bakalar disseram o seguinte:

Estudos sobre revivescências são difíceis de avaliar porque esse termo tem sido usado de forma frouxa e variável. Numa das definições mais amplas, significa a recorrência transitória de emoções e percepções vivenciadas anteriormente sob a influência da droga. Pode durar segundos ou horas; pode imitar uma miríade de aspectos de uma viagem; pode ser feliz, interessante, aborrecida ou assustadora. A maioria das revivescências consiste em distorções visuais, distorções temporais, sintomas físicos, perda dos limites de si mesmo, ou intensas emoções revividas que duram de alguns segundos a uns poucos minutos. Comumente, perturbam apenas muito pouco, principalmente porque o usuário da droga reconhece-as pelo que são; podem até considerá-las alegremente como “viagens gratuitas”. Ocasionalmente, podem durar mais, e, numa minoria de casos, podem transformar-se em imagens ou pensamentos assustadores.³⁷

Um referencial para pensar a revivescência é como um tipo de memória que é facilmente ativada de maneira intensa. Outro conceito de revivescência é um psicodinâmico que a vê como a ressurgência de material conflituoso liberado da mente inconsciente durante o tempo de ação da droga, e não processado adequadamente naquela ocasião. Stanislav Grof, um dos terapeutas mais experientes do mundo com LSD, faz a seguinte declaração sobre revivescências e outras reações adversas em seu

clássico livro, *LSD Psychotherapy*: “Sessões nas quais a droga ativa áreas de material emocional difícil e o indivíduo tenta evitar enfrentá-lo pode levar a reações prolongadas, integração insatisfatória, problemas emocionais ou psicossomáticos residuais subsequentes, ou um equilíbrio mental precário que se torna a base para posteriores ‘revivescências’.”³⁸

A terminologia do DSM-IV para a revivescência associada ao LSD é “transtorno perceptivo alucinógeno persistente”, abreviado como “TPAP”.³⁹ O DSM-IV adota uma definição particularmente estrita centrada nos fenômenos perceptivos visuais persistentes, que causam um desconforto considerável para o indivíduo. Esta condição pode ser uma ocorrência real, mas rara entre indivíduos que usaram LSD.⁴⁰ Entretanto, a condição foi muito pouco estudada e sua alegada associação com o uso de LSD é confundida pelo uso de múltiplas drogas, bem como por outras variáveis.⁴¹

Um importante fator determinante da intensidade – extática ou problemática – de uma experiência com LSD é a quantidade da droga ingerida. Neste sentido, é importante notar que a dose média contida em amostras de rua nos anos 1960 em geral eram superiores a 200 microgramas, ao passo que a dose média relatada em amostras de rua nos anos 1990 era próxima de 60 microgramas.^{42, 43}

Reações psicológicas adversas agudas certamente são as preocupações mais significativas associadas ao uso de LSD. Infelizmente, esses perigos também são mais acentuados pelos mitos e terríveis avisos. A experiência com LSD é moldada não apenas pelas características da própria droga, mas, também, pelas crenças que acompanham a experiência. Devido à natureza altamente sugestiva da experiência com LSD, a crença nos mitos pode contribuir para uma profecia autorrealizável e aumentar a

probabilidade de ter uma reação adversa. Cohen chamou esse fenômeno de “apreensão inicial excessiva” e citou-o como um importante fator que contribuiu para as viagens ruins.⁴⁴ Diante disso, talvez não seja surpreendente que o relato de más viagens tenha aumentado acentuadamente durante o ataque dos meios de comunicação no final dos anos 1960.

Depois que a cobertura dos meios de comunicação diminuiu no final daquela década, diminuiu também o número de experiências negativas. Isso ocorreu apesar do fato de que o número total de usuários de LSD estivesse ainda aumentando no início dos anos 1970.⁴⁵⁻⁴⁸ Uma cultura de usuários cada vez mais informados e a previsível redução das dosagens de LSD de rua estão entre as razões mais importantes desse declínio de experiências negativas.

Henderson e Glass, em seu livro sobre a história do LSD, resumem a relação entre efeitos adversos e mitos da seguinte forma: “Na mitologia popular, os usuários de LSD estão predispostos a rompantes de violência e a comportamentos bizarros. Podem saltar de edifícios, achando que vão voar, ficar olhando para o Sol até fiquem cegos, arrancar os próprios olhos e até mesmos tornarem-se homicidas. Existe uma crença generalizada de que um usuário de LSD pode, a qualquer momento, ter uma revivescência do efeito da droga durante a qual esses eventos possam ocorrer novamente. A literatura sobre o LSD realmente documenta alguns episódios bizarros. Entretanto, em vista das milhões de doses de LSD consumidas desde os anos 1950, isso aconteceu muito raramente”.⁴⁹

Desenvolvimento Espiritual

Um tema central do livro *Psychoactive Sacramentals* é o potencial enteogênico do LSD e de substâncias similares. Culturas indígenas ao redor do mundo e através da história usam plantas psicoativas como sacramentos em rituais religiosos que têm

servido para facilitar sua conexão com o transpessoal. Não obstante, é um mito afirmar que essas substâncias levam automaticamente a um grau mais elevado de desenvolvimento espiritual ou religioso. O uso enteogênico não facilita, necessariamente, o desenvolvimento espiritual. O uso habilidoso e respeitoso, com a devida atenção à intenção, ao set, e ao ambiente podem ajudar a alimentar a via espiritual.

Conclusões

Esses mitos são mais do que simplesmente informações incorretas. Eles tiveram um grande impacto nas percepções do público, dos clínicos e do governo sobre o LSD, bem como sobre as experiências de seus usuários. Esses mitos foram um fator básico na interrupção das pesquisas clínicas 45 anos atrás e continuam a interferir com a retomada de investigações legítimas sobre as propriedades terapêuticas e enteogênicas do LSD e substâncias similares.

A busca da origem dessas mitologias persistentes em geral resulta numa experiência ao mesmo tempo fascinante e frustrante, que apenas raramente chega a ser plenamente elucidada. Tendo vida própria, esses mitos arcaicos são pouco estáticos, à medida que viajam no tempo e no espaço. Refletindo a natureza dinâmica e adaptativa dos mitos, com o tempo, seus elementos frequentemente sofrem modificações e recebem adornos, como resultado de falhas de memória ou da emergência da necessidade de vários grupos de interesse.

A *internet* assumiu um papel central na difusão da mitologia sobre drogas. Embora a *internet* tenha um potencial para a propagação desses e de outros mitos para uma população ampla, parece que o que acontece, na realidade, é o contrário. Trocas eletrônicas e mensagens, discussões em grupos e a web

emergiram com retificadores de mitos que permaneceram imutáveis durante décadas.

Sites da web como *Erowid* (www.erowid.org), a Associação Multidisciplinar para Estudos Psicodélicos (www.maps.org), a Biblioteca Psicodélica (www.psychedelic-library.org), o *Lycaeum* (www.lycaeum.org) e o Conselho de Práticas Espirituais (www.csp.org) são exemplos de tais fontes de conhecimento acumulado.

Mais de meio século depois de sua descoberta por Albert Hofmann, o LSD permanece como uma das mais poderosas e profundas substâncias psicoativas conhecidas. O folclore em torno do LSD reflete, em parte, medos de seu poder. O LSD tem o potencial para produzir efeitos extraordinários na consciência, remover defesas psicológicas e colocar usuários em contato com os deuses e os demônios de seus psiquismos. Ele merece todo o respeito pelos poderosos efeitos que pode produzir. Há poder suficiente nesta verdade.

^{1§} *Flashbacks*, no original. (N.T.)

EFETIVIDADE TERAPÊUTICA DE SESSÕES GUIADAS ISOLADAS

O sorriso de Janet (nome fictício) se acentuou e seu sotaque do Brooklyn, atenuado pelos anos de vida na Califórnia, tornou-se mais pronunciado.

– É diferente. Quando cresci, a natureza não era parte da vida. Claro que havia uma árvore na rua, flores num vaso, um passeio no Central Park, férias em Jersey, mas nada especial. Agora, eu a *sinto*. Como se a natureza me notasse. Quando estou no mar ou no Memorial Park, não estou sozinha.

– Você passa mais tempo em contato com a natureza? – perguntei, com a caneta sobre “Atividades de lazer”, na página 11 do formulário.

– Claro. O senhor, não?

Depois de anotar seus comentários, fiz a pergunta seguinte. Estávamos na terceira hora da entrevista. Tinha mais de 300 questões e ela teria o que falar sobre a maioria delas. Eu havia planejado as quatro horas habituais, e em geral precisava de mais uma hora ou mais para fazer um resumo e anotações gerais.

Hoje, não. Algumas dessas entrevistas duraram mais que isso. Mas, tudo bem. Eu adorava as histórias.

Três salas adiante, outro entrevistador estava fazendo as mesmas perguntas. Seis a nove meses antes, ambos os participantes haviam passado por uma sessão psicodélica terapêutica, com uma dose única, que era parte de um regime terapêutico. Agora, Janet, que nunca havia se encontrado comigo, estava me contando pormenores íntimos de sua vida.

Era em 1965, e a entrevista era parte de minha pesquisa para o

mestrado. Tinha havido dúzias de estudos nos Estados Unidos e muito mais pelo mundo sobre como o LSD e outros psicodélicos afetavam tudo, desde a rastejar de caramujos e a construção de teias de aranhas a pessoas com esquizofrenia, autismo, alcoolismo e neuroses. Nas sombras, a CIA havia tentado usar essas substâncias para confundir e aterrorizar as pessoas. Através de organizações de fachada, a CIA também patrocinava pequenas conferências e publicações nas quais terapeutas e pesquisadores falavam de seus achados. Timothy Leary e Ken Casey eram grandes notícias e uma onda mundial de uso sem supervisão começava a se formar.

Minha pesquisa procurava clarificar algumas das confusões de pesquisadores sobre versões totalmente discrepantes de resultados. Infelizmente, embora alguns resultados tenham sido publicados, os achados foram varridos para a obscuridade por uma enchente de eventos que mudaram a cultura e um exagero dos meios de comunicação. Agora que esse tipo de pesquisa está dando pequenos passos à frente, parece ser oportuno tornar os achados disponíveis para oferecer a pesquisadores, terapeutas e usuários em potencial uma linha de base do que esperar.

O Protocolo Terapêutico

A terapia que eu estava documentando consistia em três partes: preparação, uma sessão psicodélica guiada e uma série de reuniões de seguimento com o terapeuta. Acrescido a isso havia essa entrevista para avaliar se as mudanças comportamentais haviam persistido.

Nas reuniões preparatórias, questões e preocupações pertinentes foram discutidas enquanto se estabelecia confiança e construía um relacionamento. As reuniões também incluíam breves experiências de respirar uma mistura de 70% de oxigênio e 30% de dióxido de carbono, uma terapia que fora introduzida uma

década antes.¹ Como nenhum dos sujeitos havia tido uma experiência prévia com psicodélicos e algumas inalações colocaram a maioria dos sujeitos num estado transiente alterado, todos os que acharam essas microexperiências muito perturbadoras foram aconselhados a sair do programa.

Hoje, é difícil encontrar alguém interessado em trabalhar com material psicodélico que ainda não tenha usado um ou outro psicodélico.* Portanto, as doses podem ser menores do que as que foram usadas para esse sujeitos virgens.

A sessão psicodélica durava um dia inteiro. Os pacientes passavam o dia ouvindo música ou tendo vários estímulos visuais, tais como fotografias de parentes ou olhando-se num espelho, enquanto um guia do sexo masculino e outra do sexo feminino davam apoio. O sujeito tinha uma entrevista de seguimento no dia seguinte, com entrevistas adicionais de seguimento uma, duas, oito e doze semanas depois da sessão. A avaliação final tinha lugar o mais próximo possível de seis meses depois.²

A Amostra

Setenta e sete pessoas (44 homens e 33 mulheres) foram entrevistadas para o estudo; sua idade média era de 35,5 anos. A amostra não foi aleatória; incluía moradores da Califórnia que haviam concluído uma terapia de nove meses, entre seis e nove meses antes do dia da sessão psicodélica.

O nível educacional médio era dois ou mais anos de faculdade. A educação e a orientação religiosas dos sujeitos variaram muito, assim como o diagnóstico clínico e a origem cultural. É de supor que, como todos tinham pagado pelos custos médicos da terapia, eram pessoas muito motivadas para buscar e atingir autoconhecimento e autoaperfeiçoamento. Pessoas gravemente perturbadas não foram aceitas para o estudo.

Dois terços do grupo possuíam a gama de diagnósticos

semelhante a de pacientes de um ambulatório de saúde mental. Um terço não tinha sintomas; eram “normais, saudáveis” no trabalho e na vida pessoal e, por isso, mais prováveis de se envolverem com questões avançadas de amor e de morte, bem como outras preocupações universais durante sua experiência psicodélica. Observou-se que o conteúdo e o tom de suas sessões eram acentuadamente diferentes dos participantes mais neuróticos, que tinham maior probabilidade de usar as sessões para exploração pessoal e transpessoal.

Uma Breve História

A maneira pela qual desenvolvi a entrevista e pude fazer pesquisa psicodélica é sintomática do relacionamento desconfortável entre a psicologia acadêmica, a exploração da mente, em geral, e os psicodélicos, em particular. Durante meu curso de graduação, na Universidade de Stanford, no início dos anos 1960, moldei cuidadosamente minhas características exteriores para parecer um dos mais humildes, embora ambicioso, estudante de psicologia. Vestia-me da maneira mais conservadora possível esperando que meu casaco esporte puído nos cotovelos e minhas gravatas desgastadas persuadissem o professorado (que poderia me mandar embora da universidade para ser convocado e enviado para o Vietnã) a ignorar minhas atividades fora do *campus*. Nas aulas e nos seminários eu ocultava minha contínua perplexidade diante do pobre entendimento que os professores tinham do psiquismo e de sua limitada exposição a toda a sua amplitude.

Como minhas opiniões eram movidas pela arrogância e pela ignorância, eu tinha a impressão de estar ouvindo criancinhas expondo suas teorias do comportamento sexual dos adultos: como era improvável que os bebês fossem feitos colocando seu

bastãozinho do xixi no buraquinho do xixi dela, que tais atos nunca poderiam ser prazerosos, ou que isso era o que os pais faziam quando faziam aqueles barulhos trancados no quarto. Eu tomava notas diligentemente, lia livros, escrevia trabalhos (em geral os mesmos, com capas diferentes), e me misturava o mais que podia. Em meu tempo livre, lutava para entender a mente do mundo mais amplo.

Eu havia experimentado LSD. Através de muitas leituras de antropologia, budismo tibetano, misticismo, estados alterados e parapsicologia, havia encontrado dicas e respostas parciais.

Na metade do terceiro ano, quis saber quais seriam os efeitos duradouros de se tomar psicodélicos num ambiente seguro e acolhedor. Para transformar tal pesquisa numa dissertação de mestrado, eu precisava de três professores da faculdade que atuassem como uma comissão supervisora. Para minha surpresa, encontrá-los tornou-se um processo demorado, pois nenhum dos professores contatados queria tomar parte no que consideravam algo na fronteira da ciência ou claramente ciência perigosa.

O avanço veio num encontro com o Professor Jack Hilgard, uma importante figura da Associação Norte-Americana de Psicologia, autor de importantes livros sobre teoria da aprendizagem, e fundador do Laboratório de Hipnose de Stanford – um delicado tipo de tio e um ouvinte habilidoso. Sentados um de cada lado de sua grande escrivaninha bem organizada, ambos de paletó e gravata, apresentei-lhe a ideia para minha dissertação.

O Professor Jack Hilgard repreendeu-me delicadamente, dizendo que se eu prosseguisse com esse projeto, não teria nenhum futuro na psicologia acadêmica.

– Dr. Hilgard, – respondi – quando o senhor decidiu estudar hipnose, esse era um tema discutível, como os psicodélicos hoje. Não era uma linha de pesquisa aceitável. O senhor arriscou em sua carreira. Gostaria de arriscar com a minha.

Ele reclinou-se para trás, como que mergulhado na memória. Então, deslizando a cadeira para a frente, estendeu as mãos sobre a escrivaninha, olhou pra mim e disse:

– Farei parte de sua comissão.

Sua aceitação foi a do terceiro membro que eu precisava, e sua posição e importância protegiam-me de desaprovações de outros membros da faculdade.

O presidente da comissão era Willis Harman, meu orientador (e coautor deste livro), que me havia guiado na experiência psicodélica que mais mudou minha vida. O outro membro era Nevitt Sanford, que havia sido expulso de Berkeley por recusar-se a assinar um juramento de lealdade durante a assustadora era McCarthy. Nem Hilgard nem Sanford tinham o menor interesse em minha pesquisa com psicodélicos, mas ambos haviam tomado posições firmes e impopulares no passado e apoiavam a genuína liberdade acadêmica. Até hoje sou profundamente grato por seu apoios.

Como se Pode Medir a Utilidade Psicoterapêutica

Poucos anos antes de iniciar esta pesquisa, ocorrera uma pequena enchente de trabalhos que defendiam não apenas a efetividade da terapia psicodélica, mas também que o material produzido pelos pacientes durante as sessões de terapia validavam as orientações teóricas de cada terapeuta-pesquisador, cada qual com ideias radicalmente diferentes sobre a natureza da consciência. A mistura incluía terapeutas freudianos, junguianos, comportamentais, existenciais e ecléticos, todos bem-conceituados em seus respectivos campos teóricos.³

Uma das razões para a diferença em seus relatos, parecia-me então, residia em sua compreensão inadequada do efeito de seu próprio set mental sobre seus desfechos.

Depois de vários anos acompanhando sessões psicodélicas, ficou

claro para mim que a experiência era inspiradora e positiva. Num estudo anterior, por exemplo, 78% dos sujeitos chamaram a experiência de “a coisa mais importante que me aconteceu”.⁴ Por mais impressionante que isso pudesse parecer, eu tinha a consciência de que isso não satisfaria um crítico em potencial. Como seria possível medir mudanças com base em elogios, sem cair na armadilha dos desejos dos pacientes de atribuir benefícios à terapia (o que poderia ser explicado como transferência, ou dissonância cognitiva, dependendo de qual crítico se lê) ou sem ficar atolado no pântano de seus próprios vieses teóricos?

A saída do dilema pareceu óbvia, assim que pensei nisso. Eu poderia medir as mudanças nas vidas diárias de indivíduos que haviam passado por terapia psicodélica. Para minha surpresa, não encontrei nenhuma avaliação da efetividade da psicoterapia, e nenhum estudo multi-institucionais, com bom financiamento e anos de duração, havia investigado o comportamento subsequente. Achei a explicação dada e aceita para ignorar os comportamentos e as opiniões dos pacientes espantosa e pouco convincente. Um pesquisador, ao descrever sua contribuição ao estudo mais longo e mais conhecido, disse: “Se a teoria reconhece tais construtos como o ego, no qual a reorganização pode ocorrer com ou sem repercussão direta ou indireta no relato verbal ou no comportamento, estados dinâmicos e variáveis do ego podem ser avaliados apenas pelo instrumento com o qual foram apreendidos: julgamento clínico”.⁵ Como isso me pareceu pura besteira, percebi que eu não apenas estava torpedeando minha carreira, por estudar psicodélicos, mas, também, por rejeitar o “caminho correto” de fazê-lo. Contudo, isso não me impediu de seguir meu caminho. Na enfermaria psiquiátrica do Hospital de Veteranos de Palo Alto, onde eu havia trabalhado com indivíduos e com grupos, a avaliação final da efetividade terapêutica era se o veterano tinha

alta e se reintegrava à vida civil. Para mim, isso fazia sentido.

Desenvolvimento da Entrevista de Mudança Comportamental (BCI)

Comecei a identificar os momentos da vida diária que poderiam mudar depois de uma intervenção terapêutica. Pedi ao pessoal da terapia que anotasse qualquer mudança de comportamento relatadas pelos clientes desde que receberam psicodélicos. Acabei tendo uma lista de 443 itens, divididos em dezenove categorias. O passo seguinte era criar perguntas para cada item cujas respostas pudessem ser registradas e contadas de maneira simples.

Eu havia lido como Alfred Kinsey conduziu sua pesquisa inicial sobre comportamento sexual. Ele descobriu que as pessoas responderiam “Não” quando se lhes perguntassem se tinham feito isto ou aquilo, mas admitiriam ter feito se a questão fosse colocada de outra maneira. Ele desenvolveu um formato que supunha, na estrutura da pergunta, que o comportamento tinha, de fato, ocorrido. Então, não era: “Você se masturba?”, mas: “Com que frequência você se masturba?”. Não era: “Você já teve uma experiência sexual com um animal?”. Era: “Com que idade você teve sua primeira experiência sexual com um animal?”. Essa abordagem, modificada para atender minhas necessidades, era boa para mim.

Assim, eu perguntaria se a pessoa estava lendo, trabalhando, indo a festas, sonhando, ou praticando alguma outra atividade mais frequentemente, menos frequentemente ou tão frequentemente quanto antes da experiência psicodélica. Depois de excluir comportamentos que raramente se modificavam ou que eram difíceis de registrar, fiquei com 32 itens em dezoito categorias.

Aplicação e registro da Entrevista de Mudança Comportamental

O formulário que desenvolvi tinha uma categoria em cada

página e uma lista dos itens daquela categoria. Cada resposta poderia ser registrada como mais, menos ou o mesmo. Os entrevistadores escreveriam quaisquer comentários adicionais.

Abaixo, algumas das perguntas, cada qual de uma categoria diferente.

- Você sonha mais ou menos frequentemente?
- Você está comendo mais ou menos carne do que antes?
- Você está assistindo mais ou menos televisão?
- (Só para casais) Quando vocês brigam, as brigas são mais ou menos violentas do que antes?
- Você faz mais ou menos jardinagem do que antes?
- Você tem relações sexuais mais ou menos frequentemente?
- Você vai à igreja mais ou menos frequentemente?

No alto de cada página havia um espaço para incluir uma soma qualitativa.* Cada uma tinha o seguinte aspecto:

Atividades religiosas

As instruções para esses registros dos entrevistadores eram: “Se a mudança parece ter sido na direção de uma adaptabilidade flexível, autoconsciente e distante de uma extrema rigidez irreal, deve-se registrar como ‘melhorou’.” Em certos casos, entretanto, nos quais o movimento era de algum nível de flexibilidade em direção a um comportamento irresponsável ou sem sentido, o registrado era ‘piorou’. O distanciamento – religioso, social, psicológico ou político – não era para ser registrado como “piorou”. Mudanças que pareciam ser predominantemente na fantasia ou em atitudes deveriam ser registradas como “o mesmo”. Se houvesse dúvida, ou se eu não dispusesse de informação suficiente, eu escrevia “incapaz de avaliar”. Na prática, em quase todos os casos não era difícil registrar a direção da mudança.

Os resultados estão resumidos na tabela seguinte. Como revisar a mudança de comportamento em cada categoria é uma leitura tediosa, pode-se encontrar um resumo no capítulo 21.⁶

Tabela 8.1 Entrevista de Mudança de Comportamento

Categoria	Melhorou 75% +	Melhorou 60% - 75%	Piorou 7% - 15%	Diferença Homens/Mulheres
Sonhos	1			
Hábitos e preferências alimentares		1	1	
Hábitos de leitura e ouvir música	1			
Hábitos pessoais		1		
Valores materiais	1			
Casamento (48 sujeitos)	1		1	
Resposta emocional	1			
Relacionamento familiar	1			
Trabalho	1			
Introspecção	1			
Saúde		1	1	
Atividades religiosas		1		
Contatos interpessoais	1			
Atividades físicas				1
Atividades criativas				1
Padrão sexual				1
Medos		1	1	

Descrição das Categorias e Percentual de Mudança

Mais de 75% dos participantes foram avaliados como melhorados nas seguintes categorias:

- Sonhos: melhoras incluíam frequência, lembrança, uso e prazer com o material do sonho.
- Hábitos de leitura e de escuta: incluíam hábitos de ver televisão, ouvir música ir ao teatro e leitura. Assistir alguma coisa em si mesma, ao invés de apenas por distração, era visto como melhora.
- Valores materiais: o deslocamento da importância dada à renda e aos benefícios para o trabalho era considerado como melhora, assim como menos necessidade de posição e de reconhecimento.
- Casamento: os itens incluíam satisfação, comunicação, interesses e atividades em comum e brigas.
- Resposta emocional: os itens se referiam a habilidade e capacidade para tolerar e exibir sentimentos tanto negativos quanto positivos. Outros itens eram relacionados ao autoconceito e a relacionamentos dependentes e independentes.
- Relacionamento familiar: esses incluíam o relacionamento com pais, irmãos, sogros, cunhados e crianças, e tempo e interesses partilhados. Itens relativos a crianças incluíam brincar com elas e ler para elas.
- Trabalho: os itens eram relacionados ao tempos de trabalho, disposição para o trabalho, tempo no trabalho e diversos relacionamentos no trabalho.
- Introspecção: os itens era relacionados à capacidade para se auto-observar e modificar as próprias ações baseado nas próprias observações.
- Contatos interpessoais: os itens cobriam padrões de amizades de todos os tipos.

De 60% a 75% dos participantes foram considerados como melhor nas seguintes categorias:

- Hábitos pessoais: itens relacionados à higiene pessoal, cuidar da casa, hábitos de compra e hábitos de sono.
- Saúde: os itens incluíam exercícios, cansaço, insônia e medicamentos.
- Atividades religiosas: os itens incluíam idas a igrejas, orações e interesses em temas religiosos. Aumento de atividades religiosas não eram considerados como melhora a menos que parecesse ser parte de um contexto religioso mais maduro, fosse a pessoa devota ou não.
- Padrão sexual: os itens incluíam interesse e prazer com a sexualidade, relacionamento sexual e masturbação.
- Medos: os itens incluíam medo de cair, de insetos, do escuro, de isolamento e de morrer.

Mais de 6% dos participantes foram considerados como piorados nas seguintes categorias (o número depois de cada categoria é a porcentagem de sujeitos em cada categoria):

- Hábitos e preferências alimentares (10%): os itens incluíam dieta, preparação da comida e interesse em comida. Ganho ou perda de peso não desejados foram considerados como piorado.
- Casamento (7%): as respostas cobriam dois casamentos difíceis e um homem que se casou e se divorciou nos seis meses entre a experiência psicodélica e a entrevista.
- Saúde (13%): todos os declínios em saúde eram de pouca importância: cansaço e indigestão foram os mais frequentes. Todos os sujeitos, exceto um, eram homens.
- Medos (10%): os participantes foram considerados pior se

relatassem maior percepção de medos. Um sujeito desenvolveu uma fobia relativa a acidentes de carro tão grave que teve que deixar seu emprego como motorista de táxi. Não ficou claro se essa mudança forçada de carreira foi benéfica.

Encontraram-se diferenças substanciais entre homens e mulheres nas seguintes categorias:

- Atividades físicas: os fatores incluíam caminhadas, esportes e jardinagem. Um terço dos homens e dois terços das mulheres foram considerados como melhorados.
- Atividade criativas: os itens cobriam vários tipos de expressão criativa. Mais da metade dos homens não apresentou nenhuma mudança, ao passo que dois terços das mulheres foram consideradas como melhoradas.
- Padrão sexual: quase duas vezes mais homens que mulheres (32% contra 17%) não relataram nenhuma mudança.

Conclusões

Parece que as mudanças de comportamento foram reais, observáveis e penetrantes, e que a maioria das mudanças foram para melhor, refletindo aumento do valor próprio, redução da ansiedade e dos sentimentos de inadequação. Ademais, os sujeitos estabeleceram relacionamentos mais profundos e significativos.

A maioria dos participantes relatou que a terapia estava entre as experiências mais intensas e significativas de suas vidas – alguns disseram que das mais difíceis, também. Os achados aqui descritos e no capítulo 21 são uma clara evidência de que, da mesma forma que um único incidente calamitoso pode ter um efeito devastador

duradouro, experiências propícias podem ter efeitos terapêuticos duradouros.

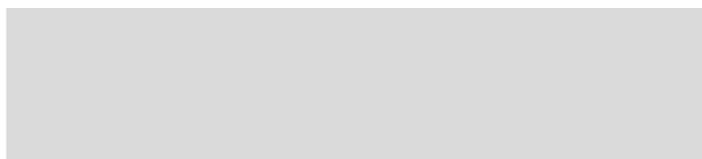
Quando essa pesquisa foi realizada, havia a pergunta insistente sobre como as médias encontradas nesta terapia se comparavam com as de outras terapias. A resposta dada aqui, bem como em vários artigos clínicos relacionados, é que essa é a Pelé das terapias, especialmente em vista de sua curta duração e da profundidade e da extensão das mudanças. É encorajador ver que uma nova onda de pesquisadores está fazendo perguntas melhores, tais como: “Funciona para este ou aquele grupo (p. ex.: pacientes com estágio IV de câncer que têm elevada ansiedade)?”. Outra pergunta que está sendo feita é: “Funciona para esta ou aquela condição (p. ex.: cefaleia em salva ou transtorno de estresse pós-traumático)?”

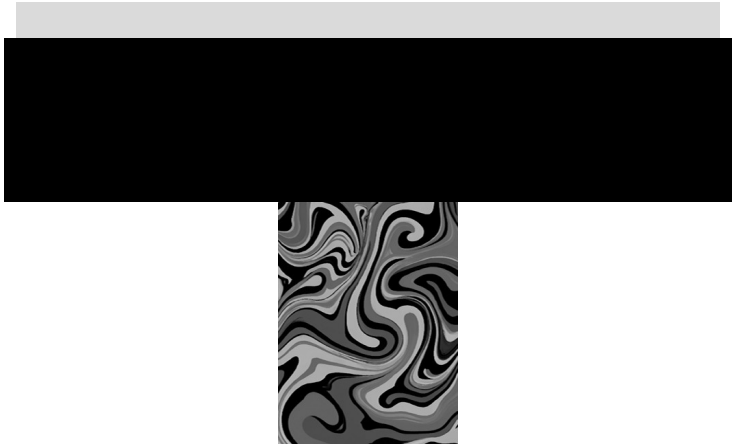
Também se perguntava: “Que tipo de treinamento e experiência deveriam ter as pessoas que acompanham ou guiam sessões psicodélicas?”. Este livro arrisca algumas respostas para pessoas não profissionais em ambiente informais e, por enquanto, não legais. Também estão sendo produzidos manuais para estudos autorizados. Ambas as informações reduzirão danos e promoverão benefícios terapêuticos. Há muito ambas são necessárias.

¹*Os resultados da pesquisa, de James Fadiman, Alicia Danforth e outros, estão discutidos extensamente no capítulo 16.

²*Soma qualitativa é uma expressão do jargão de pesquisa para designar o que não pode ser feito através de um análise estatística – levando em conta não as respostas registradas, mas o tom, a linguagem corporal e qualquer outra coisa que o sujeito dissesse ou fizesse ao responder. Isso pode ser considerado como “palpites sensíveis”.

A





TERCEIRA PARTE
SOLUÇÃO AVANÇADA
DE PROBLEMAS
em Sessões Focalizadas

Introdução à Terceira Parte

*Crick contou-lhe (Dick Kemp) que alguns professores de Cambridge usavam pequenas quantidades de LSD como um instrumento para liberá-los de preconceitos e deixar suas genialidades livres para explorar novas ideias. Crick contou-lhe que ele havia percebido a forma da dupla hélice sob o efeito do LSD. *[1](#)*

O uso de psicodélicos por professores universitários e outros profissionais para aumentar suas capacidades para resolver problemas é um domínio pouco conhecido e menos ainda publicado. De fato, há muito se diz que a ingestão de psicodélicos com essa finalidade não pode produzir bons resultados porque, na maioria dos casos, seus efeitos principais ultrapassam ou suprimem as áreas analíticas e racionais da mente. Mesmo os leitores com considerável experiência com psicodélicos podem ser céticos quanto à evidência, apresentada nesta seção, que refuta essas suposições. Entretanto, o set, o ambiente, a dose, as expectativas e a facilitação podem redirecionar o que se supõe ser o impulso natural dessas substâncias. Quando os participantes podem ser induzidos a se absorverem em suas preocupações intelectuais, não ficam presos em suas autoexplorações e autotranscendência. Quando nosso grupo de pesquisa começou a explorar esta área, não sabíamos que isso era uma verdade. Portanto, ficamos entusiasmados com os resultados iniciais, quando os participantes não apenas melhoraram seu desempenho em testes bem-conceituados de criatividade, mas, também, mais importante ainda, fizeram grande avanços significativos em seus problemas profissionais.

Uma promissora linha de pesquisa desapareceu subitamente da visão pública em 6 de outubro de 1966, quando o FDA (Administração de Alimentos e Drogas dos EUA) encerrou a pesquisa antes que tivéssemos publicado nossos resultados. (O

capítulo 14 é uma visão pessoal desse fechamento.)

O que aconteceu em seguida com a comunidade científica aconteceu também com as comunidades de psicoterapia e espiritual. A necessidade de descobrir e de explorar parecia impervia ao controle governamental. Alguns cientistas continuaram com seus experimentos com essas substâncias, embora não os pudessem publicar – ou, para muitos, nem mesmo revelar suas pesquisas para seus colegas. Durante anos, mais e mais pessoas, incluindo cientistas, engenheiros, escritores, artistas e líderes empresariais, reconheceram o papel central que os psicodélicos desempenharam em suas descobertas. Não obstante, a crença estabelecida ainda é que a criatividade não pode ser bajulada, encurralada nem controlada – muito menos amplificada – com psicodélicos usados como substâncias “despertadoras da mente”. Por outro lado, as novas drogas de escolha para o grupo de jovens intelectuais de alto desempenho são as chamadas “potencializadoras cognitivas”, como *Alderal*^{2s}. Originalmente prescritas para pessoas com transtornos da aprendizagem para ajudá-las a terem mais foco nas tarefas escolares, essas drogas estão sendo usadas sem receita médica para se ficar desperto mais tempo, trabalhar mais dedicadamente e obter mais resultados.¹

Porém, de tempos em tempos, um pouco desse mundo submerso vem à tona. John Markoff, um jornalista científico do *New York Times*, documentou a influência fundamental dos psicodélicos na criação do computador pessoal nos anos 1960 e 1970.² Por exemplo, Markoff escreveu: “Ele [Steve Jobs] explicou que tomar LSD foi uma das duas ou três coisas mais importantes que ele havia feito em sua vida”. Um uso contemporâneo de psicodélicos é evidente num festival anual realizado no deserto de Nevada, o *Burning Man Festival*. As novas construções, feitas para

serem vistas, cavalgadas, habitadas e/ou destruídas, são uma vibrante exibição de criatividade movida, ao menos em parte, por psicodélicos. Um jovem disse-me: “Só tomo LSD no *Burning Man*”. Apenas lá ele sentia que não havia limites para sua experiência. O *Burning Man*, sem privacidade nem proteção no sentido comum, era para ele a situação mais segura e solidária.

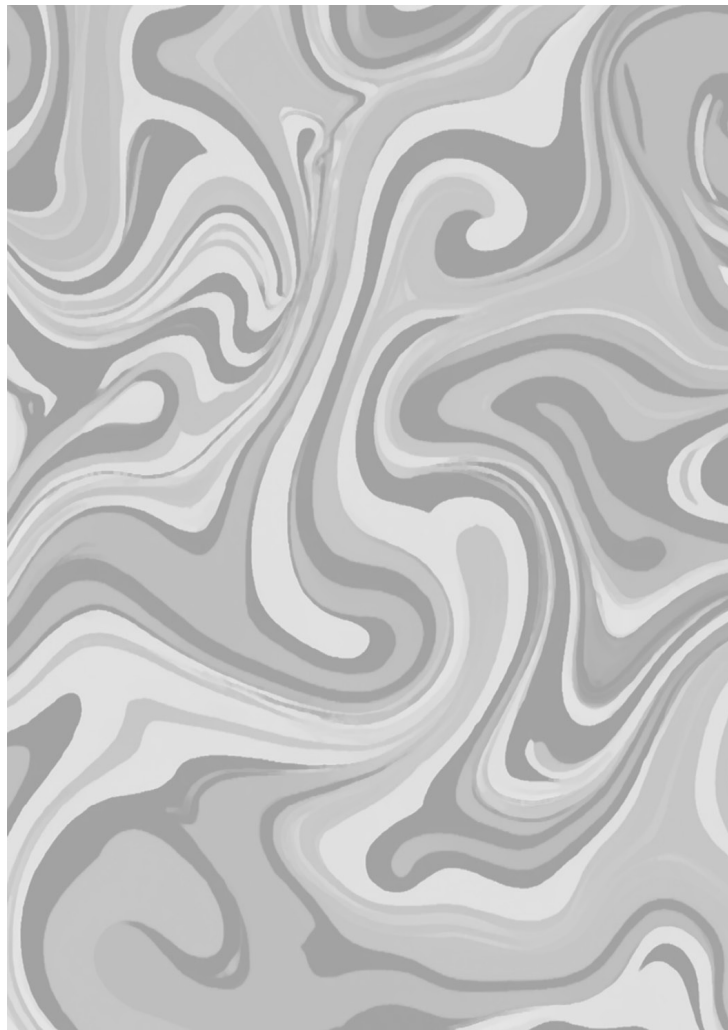
Embora um frequentador do *Burning* possa achar a metodologia descrita na Terceira Parte tímida e limitada, parece que um guia experiente, um ambiente seguro e tranquilo e intenções claras produzem, mais provavelmente, soluções úteis. Em 2001, a revista *Fortune* publicou um artigo de Michael Schrage imaginando um serviço numa ilha fora do alcance da lei norte-americana, um porto seguro onde as principais figuras das finanças, de governo, da filosofia e da ciência convergiriam para sessões psicodélicas voltadas para os problemas mais urgentes.³ Ele apresenta isso como uma fantasia especulativa, aparentemente sem saber que tal estabelecimento existiu uma vez e que os tipos de resultados que apresentou como conjecturas em seu artigo tinham realmente acontecido. Quando os resultados foram publicados pela primeira vez, a expansão do projeto parecia garantida. Citação do primeiro relatório: “As implicações do trabalho são, cremos, muito mais amplas do que esta aplicação em particular. De fato, a suposição básica subjacente ao estabelecimento do projeto, e não por nenhuma de nossas observações durante o desenrolar da pesquisa, é que, dadas as condições apropriadas, os agentes psicodélicos podem ser empregados para acentuar qualquer aspecto do desempenho mental, no sentido de torná-lo operacionalmente mais efetivo. Embora esta pesquisa se restrinja a atividades intelectuais e artísticas, cremos que essa suposição é verdadeira para qualquer outro processo mental, perceptivo ou emocional”⁴

Essas conclusões permanecem válidas ainda hoje.

^{1*}A. Rees, “Noble Prize genius Crick was high on LSD when he discovered the secret of life”. Associated Newspapers, LTD Mail (Sunday August 8, 2004): Section FB, 44–45.

^{2§}*Adderall* é o nome comercial nos EUA de um medicamento cuja composição é uma mistura de anfetamina com dextroanfetamina. Não está disponível no Brasil. (N.T.)

A



PESQUISA INOVADORA

Aumento seletivo de capacidades criativas

WILLIS HARMAN, Ph.D. e JAMES FADIMAN, Ph.D.

Este capítulo descreve a pesquisa encerrada em 1966 quando o FDA declarou uma moratória em toda a pesquisa psicodélica. Adaptado de um artigo publicado originalmente em 1966 em Psychological Reports.¹

Em meio a muita controvérsia sobre o lugar dos psicodélicos químicos na cultura contemporânea, entramos agora silenciosamente numa terceira fase de pesquisa sobre seu uso.

A primeira fase, antes dos anos 1960, baseada em modelos apriorísticos de doença mental, tipicamente identificou essas substâncias como psicotomiméticas. Subestimando os efeitos que tais preconceitos poderiam ter no conteúdo e nos pós-efeitos nas experiências dos sujeitos, e desconhecendo quase que totalmente os efeitos das expectativas ou do ambiente, os pesquisadores variadamente relataram que os estados induzidos por psicodélicos mimetizavam doenças mentais, quando ministrados em ambientes que os provocavam. Por exemplo, refletiam a teoria freudiana, quando ministrados por um freudiano convicto, evocavam arquétipos junguianos quando ministrados por um junguiano de muito tempo, confirmavam os princípios da terapia comportamental para um comportamentalista, ao aumentar a sugestibilidade e a possibilidade de modificações, e demonstrava a solidez da abordagem existencial quando dado por alguém que se identificava com essa teoria. Como escrevi em minha dissertação: “O que é intrigante... é que todos esses investigadores encontraram que o uso de psicodélicos em seu referencial

particular tendia a confirmar esse referencial”.²

A segunda fase – que ocorreu durante os anos 1960 e assistiu à adoção do neologismo psicodélico, criado por Humphry Osmond – permitiu que uma sessão seguisse seu curso natural a fim de minimizar a influência dos conceitos e das interpretações do terapeuta ou do monitor. A pesquisa levou a diversas aplicações terapêuticas, bem como à disseminação – principalmente ilícita – do uso voltado para objetivos sensuais, filosóficos e transcendentais.

Dessa pesquisa experimental e clínica, e fundamentalmente como consequência de ocorrências espontâneas, surgiu a hipótese de que os resultados obtidos acentuavam seletivamente diferentes áreas de desempenho. Assim começou uma terceira fase da pesquisa com psicodélicos, que continua até os dias de hoje. Ao passo que, na primeira fase, as experiências dos participantes tendiam a ser controladas e delimitadas, ainda que inadvertidamente, pelos preconceitos do pesquisador e do sujeito, e, na segunda fase, a ser mais controlada e de escopo mais abrangente, a ênfase passou a ser dada à seleção de tipos específicos de experiências psicodélicas e de meios específicos para produzi-los e mantê-los.

Estas pesquisas sobre aperfeiçoamento cognitivo ocorreram em diversos países, dos dois lados da Cortina de Ferro. Dado que muito desse trabalho era feito desafiando as leis existentes sobre o uso, a informação disponível publicamente era escassa e esparsa. O material a seguir é uma revisão dos resultados de um estudo no qual trabalhei, patrocinado pelo Instituto de Pesquisa Psicodélica da Universidade Estadual de São Francisco, cujo objetivo era o aperfeiçoamento da habilidade para a resolução criativa de problemas.

A Lógica do Estudo sobre

Resolução Criativa de Problemas

A literatura sobre os efeitos dos agentes psicodélicos sobre o desempenho é inconclusiva ou contraditória. Em alguns estudos, a aprendizagem foi prejudicada durante a sessão, em outros, melhorou. Da mesma forma, foram encontrados resultados contraditórios quanto a percepção de cores, evocação e reconhecimento, discriminação, aprendizagem, concentração, pensamento simbólico e acurácia perceptiva.³

Em casos de disfunção, a droga foi usada como um estressor com a intenção de estimular a perturbação do desempenho psicótico. Há relatos de aprimoramento do desempenho durante a vivência com a droga tanto em pesquisas experimentais quanto clínicas, mas não quando havia um predomínio de uma orientação psicotomimética. Quase todas as pesquisas nas quais se observou uma melhora do desempenho posterior ao uso da droga foram clínicas. A experiência dos autores com pesquisas clínicas⁴ tinha convencido sobejamente sobre a possibilidade de um aperfeiçoamento do desempenho a longo prazo com o uso de agentes psicodélicos em ambientes seguros e de apoio.

Embora isso não tivesse sido planejado, houve diversos incidentes espontâneos do que parecia ser uma melhora temporária do desempenho durante a própria experiência.

Essas observações levaram-nos a postular o seguinte:

- Qualquer função humana pode ser desempenhada mais efetivamente. Nós não funcionamos em nossa plena capacidade.
- Os psicodélicos parecem inibir temporariamente os censores que normalmente limitam o que está disponível para a percepção consciente. Os participantes podem, por exemplo, descobrir uma habilidade para formar imagens

coloridas e complexas, para recordar experiências do início da infância ou para gerar apresentações simbólicas significativas. É possível aumentar qualquer aspecto desejado do funcionamento mental estimulando os participantes a esperar um aperfeiçoamento de outros tipos de desempenho – resolução criativa de problemas, aprendizagem de habilidades manuais ou verbais, manipulação de símbolos lógicos ou matemáticos, aquisição de percepção sensorial ou extrassensorial e evocação – e proporcionando condições preparatórias e ambientais favoráveis.

Como indica a tabela seguinte, as características comumente observadas em experiências psicodélicas indicam que o desempenho pode ou não ser aperfeiçoado. Em nossas pesquisas, tentamos proporcionar um ambiente que favoreceria as características que tendem a melhorar o funcionamento, ao mesmo tempo que reduziria as que podem atrapalhar qualquer melhora.

Tabela 9.1. Características relatadas da experiência psicodélica que apoiam a criatividade

Apoiam a criatividade	Atrapalham a criatividade
Acesso aumentado a dados inconscientes.	Capacidade diminuída para processamento lógico do pensamento.
Associação livre mais fluida; por exemplo: aumento da habilidade para brincar com hipóteses, metáforas, paradoxos, transformações, relações.	Habilidade reduzida para concentração consciente direta.
Habilidade aumentada para imaginar e fantasiar no campo visual.	Inabilidade para controlar a imaginação.
Relaxamento e abertura.	Constrrição verbal e das
Estimulação sensorial aumentada.	

Empatia aumentada com processos e objetos externos e com pessoas.

“Sentimento da verdade” aumentado; capacidade aumentada para identificar soluções falsas e dados falsificados.

Inibição reduzida; redução da tendência a censurar as próprias ideias através de julgamentos negativos prematuros.

Motivação aumentada promovida pela sugestão e pela preparação correta.

habilidades de comunicação visual.

Tendência a focalizar problemas internos de natureza pessoal.

Habilidade reduzida para expressar experiências estéticas.

Tendência a ficar absorto em alucinações e ilusões.

Desconsideração até das melhores e mais importantes soluções.

Tendência a considerar as tarefas “deste mundo” como triviais, o que leva a pouca motivação.

Escolhemos pesquisar a solução criativa de problemas por diversas razões. Uma era sua óbvia utilidade, uma consideração importante àquela altura por causa das pessoas que duvidavam que os psicodélicos fossem bons para qualquer coisa. Ademais, muitas das ocorrências espontâneas que observamos eram desse tipo de resolução de problemas. Finalmente, uma extensa atividade de pesquisa no campo da criatividade tinha fornecido diversas medidas objetivas prontas para serem usadas. O estudo buscou lançar luz sobre três questões:

- A experiência psicodélica pode aprimorar a habilidade para resolver problemas de forma criativa, e, se sim, qual é a evidência concreta desse aprimoramento?
- Esse aprimoramento pode levar a soluções concretas,

válidas e factíveis que podem ser avaliadas por critérios pragmáticos da indústria moderna e da ciência convencional?

- No trabalho com indivíduos criativos, haveria mudanças indicativas de que o aumento da criatividade continuaria depois da intervenção psicodélica?

Participantes

Os participantes eram 26 homens envolvidos com diversas ocupações profissionais: dezesseis engenheiros, um engenheiro-físico, dois matemáticos, dois arquitetos, um psicólogo, um projetista de móveis, um artista comercial, um gerente de vendas e um gestor pessoal. À época do estudo, havia poucas mulheres em posições científicas superiores, e não se encontrou nenhuma que quisesse participar. Dezenove dos sujeitos não tinham experiência prévia com psicodélicos. Foram selecionados com base nos seguintes critérios:

- A ocupação do participante requeria habilidade para resolver problemas.
- O participante era psicologicamente estável, de acordo com uma avaliação psiquiátrica.
- O participante estava motivado a descobrir, verificar e aplicar soluções em seu emprego atual.

Seis grupos de quatro e um grupo de três encontraram-se num entardecer vários dias antes da sessão.* Foi-lhes explicada pormenorizadamente a sequência dos eventos a serem seguidos. Nesse encontro inicial buscamos acalmar qualquer apreensão e estabelecer um bom contato e confiança entre os participantes e a equipe.

Os participantes foram informados que teriam pouca ou nenhuma distração como visões ou estados emocionais pessoais e que a experiência poderia ser dirigida como quisessem. Foram oferecidas sugestões sobre como promover a flexibilidade mental, entre as quais:

- Tente identificar-se com a pessoa, objeto ou processo no centro do problema. Veja como o problema aparece desse ponto de vista.
- Tente “ver” a solução – visualizar como várias partes podem trabalhar juntas, como uma certa solução vai funcionar.
- Revise rapidamente um grande número de soluções, ideias e dados possíveis. A solução “certa” em geral aparecerá com uma espécie de “saber” intuitivo que essa é a resposta. Também descobrirá que pode ter simultaneamente a percepção de uma enorme quantidade de ideias ou de partes de processamento de dados simultaneamente.
- Você será capaz de se afastar do problema e vê-lo de uma perspectiva diferente, em termos mais básicos. Dado que há menos investimento pessoal do que em suas tentativas prévias, você será capaz de abandonar abordagens já tentadas e começar do zero.
- Sobretudo, não seja tímido para fazer perguntas. Se quiser ver a solução numa imagem tridimensional, ou projetar-se no futuro, ou ver algo como um processo físico microscópico (coisas que não são visíveis a olho nu), ou reviver algum evento do passado, não o deixe de fazer. Pergunte. Não deixe suas perguntas serem limitadas por sua noção do que pode ou não fazer.

Os participantes fizeram, durante uma hora, testes de papel e lápis e foram informados que repetiriam a mesma bateria durante a sessão. A fim de garantir que os problemas sobre os quais se trabalharia eram apropriados para o objetivo, foi solicitado a cada participante que apresentasse um breve resumo do problema que havia trazido. [As duas primeiras sessões tiveram tanto sucesso, que foi solicitado a cada membro dos grupos subsequentes que trouxesse diversos problemas.] Ao final do encontro preparatório, no geral, os participantes estavam interessados e à vontade. Eles tinham tido uma clara visão do que esperar e como lidar com qualquer dificuldade que pudesse surgir.

O programa do dia da sessão experimental foi o seguinte:

8:30. Chegada à sala da sessão

9:00. Ingestão do material psicodélico (200 miligramas de mescalina), equivalente a 100 microgramas de LSD*

9:00-12:00. Os participantes, relaxados, ouviram música de olhos fechados

12:00-1:00. Teste psicológico

1:00-5:00. Os participantes trabalharam em seus problemas

5:00-6:00. Discussão da experiência; revisão das soluções

Depois disso os participantes foram levados de carro até suas casas; receberam um sedativo para tomar, caso tivessem dificuldade para dormir. Muitos deles preferiram passar metade da noite acordados, trabalhando nas soluções e nos entendimentos que haviam tido durante o dia.

Durante a semana seguinte, cada sujeito escreveu um relatório sobre sua experiência. Seis semanas depois, responderam a um questionário sobre como os efeitos da sessão havia afetado sua habilidade criativa bem como sobre quão válidas e aceitáveis lhes pareciam as soluções concebidas durante a sessão.

Resultados: Relatórios Subjetivos

A literatura sobre criatividade inclui descrições analíticas de componentes da experiência criativa, as características pessoais de indivíduos criativos e as características identificadoras de soluções criativas. A partir dos relatórios dos participantes, foi possível extrair onze tipos de melhoria de funções ocorridas durante a sessão.⁵ (Os interessados na relação entre estes aspectos e pesquisa e a teoria sobre criatividade podem buscar uma discussão técnica pormenorizada em Harman, McKim, et al., 1966.)

Estes tipos, juntamente com citações representativas dos relatórios dos sujeitos, são os seguintes:

1. Baixa inibição e ansiedade

“Não havia medo, preocupação, nenhum sentido de reputação e de competição, nenhuma inveja, nenhuma dessas coisas que, em graus variados, sempre haviam estado presentes em meu trabalho”.

“Uma redução da sensação de perigo pessoal; não me sinto mais ameaçado, e não tenho mais a sensação de que minha reputação está em jogo”.

“Embora resolver bem esses problemas fosse bom, o fracasso em seguir adiante teria sido ameaçador. Entretanto, naquela tarde ficou claro que os bloqueios normais no caminho do progresso pareciam estar ausentes”.

2. Capacidade para reestruturar problemas num contexto mais amplo

“Examinando o problema com a substância [psicodélica], fui capaz de considerá-lo de maneira muito mais básica, porque pude conceber e manter na mente um quadro muito mais amplo”.

“Eu podia lidar com duas ou três ideias diferentes ao mesmo

tempo e não as confundir”.

“Normalmente, eu teria passado por cima de muitos pontos triviais, em benefício da rapidez, mas, sob efeito da droga, o tempo não parecia importante. Encarei todas as questões possíveis”.

“Habilidade para começar da base geral mais ampla, desde o início”.

“Retornei ao problema original... Tentei, acho que conscientemente, pensar no problema em sua totalidade, ao invés de usar os artifícios que havia usado anteriormente”.

3. Fluência e flexibilidade de ideação aumentadas

“Comecei a trabalhar depressa, quase febrilmente, para manter o ritmo do fluxo de ideias”. “Comecei a desenhar... meus sentidos não acompanhavam minhas imagens... minha mão não era suficientemente rápida... meus olhos não estavam muito focalizados... eu estava impaciente para registrar a imagem (ela não perdeu nenhum pormenor). Trabalhei num ritmo que nunca pensei que fosse capaz”.

“Eu estava muito impressionado com a facilidade com que as ideias apareciam (era como se o mundo fosse feito de ideias, de forma que bastava apenas examinar qualquer parte do mundo para se ter uma ideia). Também tive a sensação de que a criatividade é um processo ativo o qual você se limita e tem um objetivo, de forma que há um foco em torno do qual as ideias podem se agravar e relacionar”.

“Deixei de lado completamente a ideia original e comecei a abordar o problema gráfico de maneira radicalmente diferente. Foi quando as coisas começaram a acontecer. Todas diferentes possibilidades surgiram em minha mente...”.

“E a sensação durante esse período de profusa produção era de alegria e de exuberância... Havia a alegria de fazer, inventar, criar e brincar”.

4. Capacidade aumentada para ter imagens e fantasias visuais

“Era capaz de movimentar as partes imaginárias em relação umas às outras”.

“Foi a fantasia inespecífica que disparou a ideia”.

“O entendimento seguinte veio como uma imagem de uma concha de ostra, com a madrepérola brilhando em diversas cores. Traduzindo na ideia de um interferômetro – duas camadas separadas por uma brecha igual ao comprimento de onda que se quer refletir”.

“Assim que comecei a visualizar o problema, ocorreu-me imediatamente uma possibilidade. Alguns problemas com aquele conceito, que pareciam resolver-se sozinhos muito rapidamente... A visualização do corte transversal necessário era instantânea”.

“Ali, em algum lugar, comecei a ver a imagem do circuito. Os próprios portais eram conezinhos de prata ligados entre si por linhas. Observei o circuito folheando suas páginas...”.

“Comecei a visualizar todas as propriedades que eu sabia que um fóton possui e tentei fazer o modelo de um fóton... O fóton era composto por um elétron e uma nuvem de pósitrons movendo-se juntos numa órbita helicoidal sincronizada entrelaçada... Esse modelo foi reduzido, para fins de visualização, numa bola branca e preta propagando-se como um parafuso através do espaço. Continuei colocando o modelo em todos os tipos de testes conhecidos”.

5. Capacidade aumentada de concentração

“Fui capaz de eliminar praticamente todo tipo de distração”.

“Ficou fácil seguir uma linha de pensamento até chegar a uma conclusão, quando, normalmente, eu teria me distraído muitas vezes”.

“Fiquei impressionado com a intensidade da concentração, a

contundência e a exuberância com que podia avançar até a solução”.

“Pensei no processo da fotocondutividade... Não parava de me perguntar. ‘O que é luz?’ e, em seguida, ‘O que é um fóton?’. Repeti para mim mesmo esta última pergunta centenas de vezes até estar dizendo automaticamente em sincronia com cada respiração. Provavelmente nunca em minha vida eu havia me pressionado tão intensamente com uma pergunta”.

“É difícil calcular quanto esse problema poderia ter durado sem o agente psicodélico, mas era o tipo de problema que talvez nunca pudesse ser resolvido. Teriam sido necessários muito esforço e matéria cinzenta para chegar ao que parecia ter sido resolvido muito mais facilmente durante a sessão”.

6. Empatia aumentada pelos processos e objetos externos

“... a sensação do problema como uma coisa viva que cresce na direção de sua solução pertinente”.

“Primeiro, de alguma forma, pensei em ser a agulha que estava saltando no sulco”.

“Passei por um período produtivo... desci da minha retina e caminhei em volta, pensando em certos problemas relacionados ao mecanismo da visão”.

“Habilidade para captar o problema em sua totalidade, ‘mergulhar’ nele sem reservas, quase me tornando o problema”.

“Percepção do próprio problema, ao invés do ‘eu’ que estava tentando resolvê-lo”.

7. Empatia aumentada pelas pessoas

“Também sentia que o desempenho do grupo estava afetado de... maneiras sutis. Isso parece evidência de que algum tipo de ação grupal estava acontecendo o tempo todo”.

“Só em intervalos eu percebia a música. Às vezes, quando eu

sentia que os outros a estavam ouvindo, tinha a sensação física deles ouvindo-a”.

“Às vezes, até tínhamos a sensação de estar tendo os mesmo pensamentos e ideias”.

8. Dados do subconsciente mais acessíveis

“... trouxe uma recordação quase total de um curso de termodinâmica que eu havia feito; algo em que eu não havia pensado durante anos”.

“Eu estava no início da adolescência caminhando pelo jardim onde eu realmente crescera. Senti todas as minhas emoções anteriores em relação ao meu ambiente”.

9. Associação de ideias dessemelhantes

“Antes, eu havia bolado um arranjo para dirigir o feixe no acelerador de duas milhas que reduzia a quantidade de equipamento pela metade... Duas semanas antes, foi-me indicado que esse esquema dirigiria o feixe para a parede, o que era inaceitável. Durante a sessão, examinei o esquema e me perguntei como poderia reter a redução pela metade e evitar que fosse dirigido à parede. Em novo lampejo de inspiração, durante o qual pensei na palavra ‘alternado’, segui-a até sua conclusão lógica, que era alternar as polaridades setor por setor, de forma que os vieses de direção não se somariam, mas se cancelariam. Fiquei extremamente impressionado com essa solução e com a maneira pela qual a encontrei”.

“A maioria das percepções surgiu por associação”.

“Foi a última ideia que achei notável, devido à forma na qual se desenvolveu. A ideia foi o resultado de uma fantasia que me ocorreu durante o Wagner... [Os participantes tinham ouvido antes a ‘Cavalcada das Valquírias’, de Wagner.] Desenhei uma linha que parecia representar isso... Mais tarde, fiz o cabo que meus rascunhos sugeriam e ele tinha

exatamente a qualidade que estava buscando... Fiquei muito surpreso com a facilidade com que tudo isso foi feito”.

10. Motivação para obter um fechamento aumentada

“Tive um tremendo desejo de obter uma solução elegante (a mais, no mínimo)”.

“Todas as limitações conhecidas do problema ficaram impostas simultaneamente, enquanto eu procurava possíveis soluções. Era como um computador analógico cuja saída não se pudesse desviar do que era desejado e cuja entrada estivesse continuamente perturbada pela inclinação para atingir a saída”.

“Era quase uma percepção do ‘grau de perfeição’ do que quer que eu estivesse fazendo”.

“No que parecia dez minutos, eu havia resolvido o problema, tendo considerado (e considero ainda) que era um solução clássica”.

11. Visualização da solução completa

“Olhei para o papel no qual deveria desenhar. Estava totalmente em branco. Eu sabia que iria trabalhar com um terreno de trezentos pés quadrados. Desenhei as linhas de referência (numa escala de uma polegada para quarenta pés) e olhei para os contornos. Fiquei pálido... Subitamente, vi o projeto terminado [O projeto de um centro comercial especializado em artes e artesanato]. Fiz uns cálculos rápidos... ele se encaixava no terreno, e não apenas isso... satisfazia os requisitos de custo e rendimento... tinha espaço suficiente para o estacionamento... satisfazia todos os requisitos. Era arquitetura contemporânea com a riqueza de uma herança cultural... usava história e experiência sem ser uma cópia”.

“Visualizei o resultado que queria e, subsequentemente, examinei as variáveis que poderiam dar aquele resultado. Tive

uma grande perceptibilidade visual (mental); pude imaginar o que era desejado, necessário ou impossível quase sem esforço. Estava surpreso com meu idealismo, com minha percepção visual e com a rapidez com a qual podia funcionar”.

Resultados: avaliação subjetiva

Como foi indicado anteriormente, algumas semanas após a sessão experimental, foi pedido a todos os participantes que respondessem a um breve questionário para avaliar suas experiências com respeito às nove características relevantes para a melhoria do desempenho. Os itens foram avaliados numa escala de cinco pontos, de “Melhoria acentuada” (+ 2) a “Nenhuma modificação” (0) e a “Piora acentuada” (– 2).

Os dados da Tabela 9.2 confirmam a hipótese de melhoria tanto nas habilidades verbais quanto nas não verbais.

Tabela 9.2. Média da avaliação subjetiva* de fatores relacionados à melhoria do desempenho.

Fatores	Média	Desvio padrão
1. Redução de defesas e de inibições e ansiedade	1,7	0,64
2. Habilidade para ver o problema nos termos mais amplos	1,4	0,58
3. Fluência de ideação aumentada	1,6	0,69
4. Capacidade para ver e fantasiar imagens aumentada	1	0,72
5. Capacidade de concentração aumentada	1,2	1,03
6. Empatia por processos e objetos externos aumentada	0,8	0,97
7. Empatia por outras pessoas aumentada	1,4	0,81
8. Dados do inconsciente mais acessíveis	0,8	0,87
9. Sensação de perceber quando a solução correta aparece aumentada	1	1,07

* Todas as avaliações são referentes ao comportamento durante a

sessão.

Resultados: Testes de criatividade

Os resultados de algumas medidas usadas revelaram mudanças dramáticas da reunião prévia para a sessão psicodélica (teste/teste refeito). Mais evidentes foram os aumentos das habilidades para reconhecer padrões, minimizar e isolar distrações visuais e para manter a memória visual, apesar de mudanças de forma e cor. Entre os testes específicos incluídos estavam o Teste de Criatividade de Purdue, o Teste de Visualização de Objeto de Miller e o Teste de Figuras Ocultas de Witkin. As pontuações do teste de Witkin são tidas como estáveis em diversas intervenções experimentais, incluindo estresse, treinamento, isolamento sensorial, hipnose e a influência de diversas drogas.⁶ Com esses 27 sujeitos-sessões, a melhoria foi consistente ($p < 0,01$) e, em certos casos, o aumento foi de 200%.⁷

Resultados a Longo Prazo

O valor prático das soluções obtidas é uma forma de determinar se os relatos subjetivos das realizações poderiam ser uma euforia passageira. A natureza dessas soluções cobriu um amplo espectro, que incluiu:

- Uma nova abordagem para o projeto de um micrótomo vibratório
- O projeto de um edifício comercial, aceito pelo cliente
- Experimentos de uma sonda espacial para medir propriedades solares
- Projeto de um dispositivo para direcionar feixes em um acelerador linear de elétrons
- Melhoria da engenharia de um gravador de fita magnético
- Projeto de uma cadeira modelada e aceita pelo fabricante
- Projeto de um papel timbrado aprovado pelo cliente

- Um teorema matemático relativo a circuitos com portal NOR
- Finalização do projeto de uma linha de móveis
- Um novo modelo conceitual de fóton, considerado de utilidade
- Um projeto de residencial privado aprovado pelo cliente

A Tabela 9 resume os resultados iniciais da aplicação das soluções nos ambientes industrial e acadêmico dos sujeitos. (Estes dados foram obtidos através de questionários e de entrevistas de seguimento seis a oito semanas após a sessão.)

Tabela 9.3. Aplicação das soluções obtidas nas sessões experimentais

Abertura de novas linhas de investigação	2
Finalização de modelos de trabalho	0
Autorização de modelos de desenvolvimento para testar soluções	2 1
Solução aceita para construção ou produção	6
Aplicação ou desenvolvimento posterior de soluções parciais	1
Nenhuma atividade desde a sessão	0
Nenhuma solução encontrada	1 4
Total de problemas tentados	4
(muitos sujeitos tentaram mais de um problema)	4

Uma citação de um dos relatórios de seguimento ilustra a utilidade e a validade das soluções do dia da sessão: “Na área de localização de fonte ionosférica e da análise de inclinação de camada, fui capaz, nas semanas que se seguiram a sessão, de elaborar as ideias geradas a ponto de trabalhar a matemática dos esquemas propostos, e de torná-los mais definitivos. Os passos

dados na sessão foram os corretos para iniciar... as ideias consideradas e desenvolvidas na sessão foram passos importantes, e o período da sessão foi o período mais produtivo que tive nos vários meses que precederam ou seguiram a sessão”.

Nas entrevistas de seguimento, muitos dos sujeitos relataram mudanças em seus comportamentos de trabalho consistentes com as melhorias vivenciadas durante a própria sessão. A Tabela 9.4 resume as respostas ao questionário sobre mudanças na efetividade do trabalho muitos meses depois da sessão.

Tabela 9.4. Desempenho no trabalho desde a sessão (Dezesseis participantes)

Chave: -2 = piora acentuada; -1 = piora significativa; 0 = sem modificação; +1 = melhoria significativa; +2 = melhoria acentuada					
	-2	-1	0	+1	+2
Habilidade para resolver problemas	0	0	8	8	0
Habilidade para se relacionar efetivamente com outros	0	0	8	5	3
Atitude em relação ao trabalho	0	0	7	8	1
Produtividade	0	0	9	5	2
Habilidade para se comunicar	0	0	1	5	1
Resposta à pressão	0	0	0	8	1
			7		

Como se pode ver, cerca de metade dos que responderam ainda notavam mudanças em seu desempenho vários meses após a sessão experimental. Estes resultados são particularmente interessantes diante da dose relativamente baixa ministrada e do fato de que nenhuma sugestão jamais foi feita de que fossem esperadas mudanças persistentes dessa natureza. Os participantes antecipavam elevação dos níveis de desempenho em alto grau de motivação.

Tudo isso numa atmosfera protegida e não-crítica, mas não

houve sugestão de que poderia se esperar mudanças de desempenho a longo prazo ou um benefício permanente. Todavia, parece ter ocorrido uma certa quantidade dessa mudança.

Uma implicação fica clara: estamos lidando com substâncias e experimentos que possuem efeitos a longo prazo; seria imprudente e irresponsável tratar esse tipo de pesquisa como se estivesse isolado da trama das vidas dos sujeitos. Ademais, o fato de que nenhum dos sujeitos tenha sofrido qualquer perda de interesse ou capacidade em sua vida profissional normal está em franca contradição com os medos expressados na literatura médica e na popular, segundo a qual a ingestão de psicodélicos levaria a um afrouxamento da motivação e do envolvimento em atividades culturais ou científicas.

Seguimento

Diversos participantes deste estudo original foram recentemente contatados e, embora bem além da idade da aposentadoria, continuavam trabalhando como autônomos em campos de sua escolha e extremamente bem-sucedidos.

Comentários e Especulações

A necessidade de teste controlados de hipóteses – incluindo estudos duplos-cegos com placebo – nesta área desconcertante da facilitação bioquímica do funcionamento mental é um desejo comum, e com razão. Porém, há uma necessidade similar de continuar a pesquisa exploratória que visa a construção de modelos e hipóteses conceituais. Na pesquisa descrita acima, dois terços dos participantes não tinham tido nenhuma experiência psicodélica prévia. Embora haja claras vantagens metodológicas no uso de sujeitos não treinados, quando a questão central não é o efeito farmacológico, mas o grau em que certas faculdades mentais podem ser facilitadas, quanto mais experiente for a pessoa, provavelmente mais aprenderemos. Assim, futuras

investigações poderiam se beneficiar se o mesmo sujeito passasse por uma série de sessões.

Quanto à seleção de participantes, estudos clínicos indicam que os sujeitos que previamente são mais estáveis e produtivos tendem a se “beneficiar consideravelmente da experiência psicodélica em termos de autorrealização, de experiências criativas mais ricas e do aprimoramento de habilidades e atitudes especiais”.⁸ Sabia-se que os sujeitos selecionados para o estudo eram criativos. Em geral, é de se esperar que esse tipo de sessão psicodélica seja mais frutífero com indivíduos talentosos.

Em contraste com relatos de outros pesquisadores, tivemos pouca dificuldade para conseguir sujeitos para os testes psicológicos. Muitos estudos parecem indicar um efeito debilitante temporário em processos corticais superiores. Parece que variáveis que afetam os resultados em tais estudos precisam atentar para atitude e motivação, além de habilidades. Julgamos que discutir isso com os participantes na reunião preparatória eliminaria qualquer tendência a menosprezar os testes, julgando-os sem sentido, ou a evitá-los como desconcertantes durante a sessão experimental. Pareceu-nos que isso foi trazido ao estabelecer uma antecipação de melhoria do desempenho.

Esses achados, se confirmados por pesquisas adicionais, têm óbvias aplicações na indústria, na prática profissional e na pesquisa. O procedimento poderia ter um papel similar ao de consultores, debates prévios, sinética e outros métodos usados atualmente para aumentar e “descolar” o processo criativo. A citação de um de nossos sujeitos ilustra esse potencial: “Decidi abandonar minha antiga linha de raciocínio e tentar outra. O ‘mistério’ desse abandono e esquecimento fáceis não me impressionou até mais tarde naquele dia, porque muitas vezes antes da sessão eu havia embarcado naquela linha de raciocínio e

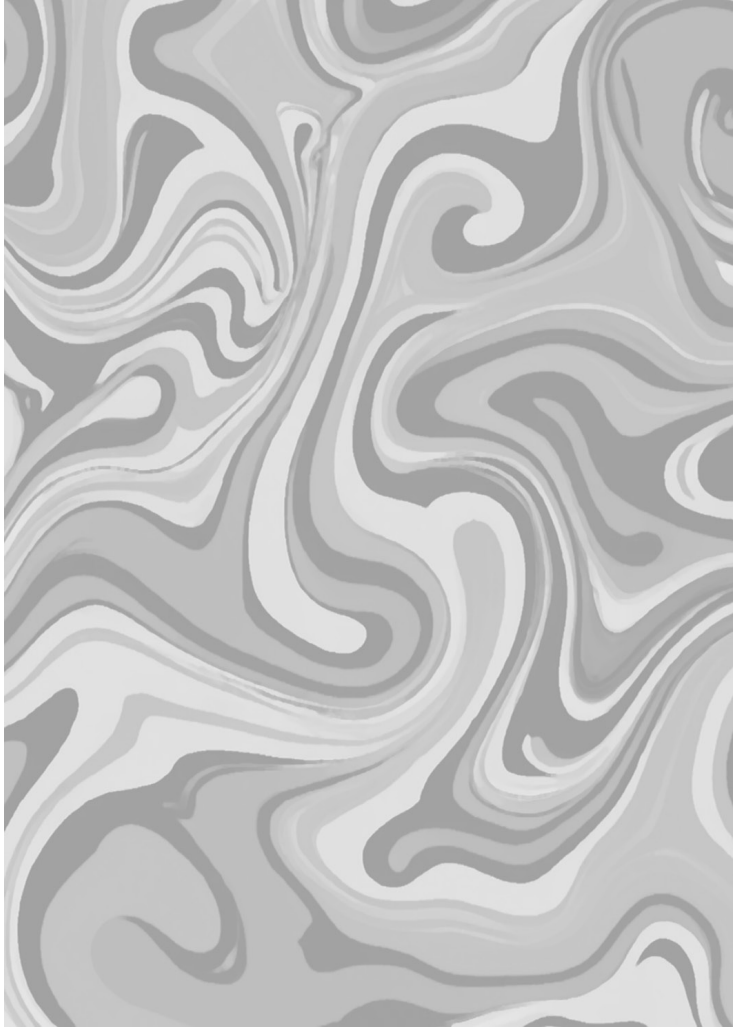
conseguido trabalhar o todo num impasse hermético, e tinha sido incapaz de superar ou mesmo abandonar esse beco sem saída. O milagre foi ter acontecido de maneira tão fácil e natural”.

Uma aplicação adicional seria o uso de psicodélicos, ministrados corretamente, para elevar o desempenho de pessoas já eficazes. De todos os resultados, o mais significativo, em nossa avaliação, foi o novo conhecimento adquirido sobre os processos superiores da mente humana, o enquadramento de novas e mais produtivas questões de pesquisa e o efeito em nossa compreensão do que podemos ser e das vastas potencialidades que ainda penas começamos a aflorar.

[1](#)* Houve 26 pessoas e 27 sessões individuais (uma pessoa teve duas sessões).

[2](#)* O instituto de pesquisa tinha licença para usar tanto LSD quanto mescalina. Neste estudo usamos mescalina porque, por algum motivo, a Administração de Alimentos e Drogas (FDA) do EUA estava avaliando nosso LSD da Sandoz. Vários meses antes, o FDA havia-nos pedido para não usar mescalina até que a que estava em nosso poder tivesse sua pureza analisada de acordo com os padrões da mescalina do escritório da FDA em Washington, DC. Obedecemos, naturalmente, mas não ficamos preocupados porque nossa mescalina era parte do mesmo lote que o governo estava testando. A FDA, em seu estilo idiota, estava tentando colocar o gênio de volta para dentro da lâmpada. Logo depois, ela interrompeu toda a pesquisa sobre psicodélicos. Isso contribuiu para a explosão do uso ilegal, que continua até hoje.

A



10

FACILITAÇÃO DO APRIMORAMENTO DA SOLUÇÃO DE PROBLEMAS

O material seguinte não é tão pormenorizado quanto as instruções e considerações para os usos enteogênicos apresentados nos capítulos 1, 2 e 19. Este material está destinado a preencher uma lacuna na informação disponível para pessoas que vão usar psicodélicos de uma forma ou de outra, para as quais diretrizes completas não são adequadas. Ninguém deveria supor que sua leitura o qualifica para atuar como facilitador de evento grupal similar. Um grupo com uma autorização governamental para o uso criativo de LSD leva em conta a abordagem delineada a seguir; entretanto, ele entende que precisará de consultoria e capacitação antes de começar. *[Nota de seguimento: escolheram conduzir seu estudo como se estivessem testando um medicamento, num laboratório, os sujeitos passaram por uma bateria de testes durante a experiência e os resultados foram tão desinteressantes que preferiram não publicá-los.]*

A fim de maximizar os benefícios do uso de baixas doses de psicodélicos para avanços criativos, como foi descrito no capítulo anterior, são importantes as seis áreas a seguir:

Set: expectativas e reuniões antes da sessão

Ambiente: atmosfera física

Substância: tipo e dose

Guia: facilitador que usa psicodélicos

Sessão: tempo passado com o facilitador

Apoio: ambiente de trabalho posterior à sessão

Set

Embora todos os fatores acima sejam importantes, o set é o mais crítico para a solução de problemas. Quando se toma psicodélicos com outras finalidades, as pessoas gravitam ao redor da complexidade interior, acentuações e distorções visuais e intensidade emocional. Para ajudar os participantes a atingir um progresso significativo em seus problemas

intelectuais é preciso criar um set compatível e organizado.

A primeira questão, talvez a mais determinante, é saber se o participante se interessa pelo problema, área de pesquisa ou aspecto intelectual daquilo com que vai se envolver, e se está emocionalmente envolvido ou envolvida com ele. Um critério é determinar se a pessoa já fez um esforço considerável para sua solução ou resolução. Quanto mais importante for o problema, maior a probabilidade de que a sessão seja bem-sucedida.

As pessoas muito envolvidas com o problema, a ponto de sua solução ser vital para seu bem-estar, são as que mais provavelmente se sairão bem. Pode ser que o problema a agrade ou atormente. Em qualquer dos casos, sua solução é muito importante. A pessoa não deve estar muito encantada com o pensamento racional. Deve no mínimo entender – mesmo que isso não seja sua experiência – que a razão é apenas uma de muitas ferramentas.

Se a intenção for fraca, então a pessoa deve ser informada que esse tipo de experiência focalizada não é oportuna nesse momento. Se ele ou ela tiver a motivação necessária, a questão seguinte é se ele ou ela já teve uma experiência psicodélica anterior.

Por ocasião de nossa pesquisa original, não foi difícil encontrar muitos cientistas com dez a trinta anos de carreira que nunca haviam experimentado um estado alterado mais desafiador do que aqueles causados por fadiga, café ou álcool. Hoje, é mais provável que cientistas e outros profissionais já tenham tido experiências prévias com psicodélicos, com pouca ou nenhuma assistência de um guia. O lado bom desta mudança é que o facilitador pode explicar a dinâmica da sessão com mais facilidade, principalmente sobre como permanecer conectado ao projeto escolhido durante as horas de trabalho da sessão.

O facilitador deve estar familiarizado com os fatores que inibem ou reforçam a solução criativa de problemas, descritos pormenorizadamente no capítulo 9, para poder responder a perguntas como “posso permanecer focado em meus problemas se entrar em contato com minha natureza divina e quiser permanecer com ela?”. Uma resposta possível pode ser que talvez a natureza divina o levou aos psicodélicos para fazê-lo avançar com seus problemas.

Se os participantes tiverem uma experiência considerável com

psicodélicos, o facilitador deve estabelecer a diferença entre as sessões anteriores e a atual para destacar que os participantes podem continuar mantendo a atenção em preocupações profissionais ao invés de pessoais.

Encontros anteriores à sessão

Os objetivos do encontro pré-sessão são:

- Intensificar o foco nos problemas a serem trabalhados, bem como avaliar sua adequação. Na própria sessão, a experiência do “aha” pode vir mais cedo, e fica claro que o restante da solução pode ser trabalhada em estado normal de consciência. Um segundo problema e um terceiro devem estar previstos. Trabalhar com um grupo, familiarizar os membros do grupo entre si e com os problemas dos demais, não para que possam ajudar-se uns aos outros, mas para melhorar a proximidade deles. Não é difícil atingir harmonia durante as horas mais calmas da manhã, o que se mantém durante toda a sessão.
- Permitir que os participantes saibam que sua experiência pode ser de descoberta e confirmação, mais do que o desabrochar de pensamentos originais. Quem já se defrontou com um problema, e tem a perícia, a base técnica, o vocabulário e a experiência para resolver aquele tipo de problema, pode reconhecer que tinha todos os elementos necessários quando a solução se apresentar. Explicar a sensação do “correto”. A experiência com grupos bem-sucedidos com sessões para a resolução de problemas, mesmo sem psicodélicos, indica que os participantes em geral têm uma percepção aguçada de estar “na pista certa”. Essa sensação emerge bem antes de terem uma ideia clara da solução. Há uma sensação de retidão, de “estar entrando no ritmo”, de “estar indo com a corrente”. Às vezes isso é sentido como se o grupo ou a mente do indivíduo tivesse penetrado nas camadas da consciência onde estão mantidas as repostas.

Outro propósito do encontro preliminar é gerar prazer e entusiasmo com a perspectiva de uma oportunidade extraordinária. Os facilitadores devem conhecer os sucessos descritos nos capítulos 11 e 13, bem como, por exemplo, a descoberta da estrutura do DNA por Francis Crick enquanto

estava sob o efeito de LSD.

Com um ou mais encontros antes da sessão, ela deve transcorrer tranquilamente. É muito baixa a probabilidade de que algum membro do grupo se afaste dos problemas, mas em todo caso, se isso ocorrer, não deve perturbar os demais.

Número de Participantes

Até quatro pessoas podem ser acomodadas sem reduzir o nível de sucesso individual. Para qualquer sessão grupal, no mínimo dois facilitadores devem estar presentes. Pode-se organizar grupos maiores, mas apenas se houver facilitadores suficientes e espaços amplos para que os indivíduos possam trabalhar afastados do grupo, se preferirem. Entretanto, quanto maior o grupo, maior a probabilidade de que um único participante possa perturbar o clima geral.

Ambiente

O melhor ambiente físico talvez seja uma sala de estar com piso ou sofás suficientes para cada membro do grupo se deitar. O ambiente deve ser confortável, sem conotações médicas ou laboratoriais. Mesas ou suportes de colo para ajudar os participantes fazer anotações ou esboços podem ser úteis. Nada de computadores, telefones celulares ou similares. Se houver apenas um participante, pode-se fazer uma gravação de áudio. Entretanto, se houver muitos participantes, falar sobre o que estão pensando pode tornar lento e restringir o pensamento criativo. Em geral, mesmo as pessoas mais analíticas acabam envolvidas com eventos visuais, representações metafóricas de seus problemas, ou visões de objetos físicos, coisa que podem manipular mais rapidamente do que gravar o que observam.

Substância

Como foi observado, embora esta seção seja sobre o uso de LSD, a mescalina e as sementes de ipomeia, assim como a psilocibina e os cogumelos que contêm psilocibina, são da mesma família, apesar de terem moléculas ativas diferentes e, portanto, devam ser dosadas de acordo.

Nosso estudo original usou mescalina e LSD indistintamente, dependendo de qual agência governamental investigava ou auditava o tipo droga em nosso serviço. O fato de nossas investigações iniciais terem usado mescalina não afeta os resultados. Nossos experimentos (não publicados porque foram realizados após a proibição das pesquisas)

mostraram que o LSD é igualmente efetivo. As sementes de ipomeia são a última escolha porque podem causar náusea em alguns indivíduos.

Dose

Para participantes sem experiência prévia, porém suficientemente motivados, 100 microgramas de LSD são uma ótima dose. Para participantes com considerável experiência prévia, provavelmente 50 microgramas são suficientes. Se o participante não estiver ansioso, mas pouco à vontade ou incapaz de focalizar e relaxar com as músicas, pode-se dar mais 50 microgramas cerca de uma hora após a dose inicial.

Facilitador

O diretor das sessões é o facilitador, não um guia no sentido em que o termo vem sendo usado até aqui neste livro. Para ser digno de confiança, bem informado e capaz de conduzir uma sessão, o facilitador pode ser um cientista ou engenheiro, deve ter alguma experiência psicodélica geral, e deve ter participado de uma ou mais sessões voltadas à solução criativa de problemas. O facilitador deverá também estar presente nas reuniões prévias do grupo.

A responsabilidade do facilitador é manter o grupo focado. Se, durante a manhã, um participante estiver chorando ou agitado, o facilitador deve tranquilizar a pessoa segurando sua mão, mas, na medida do possível, não deve discutir nem interpretar o que está acontecendo. O objetivo é ajudar o participante a retornar a um estado de relaxamento atento.

Assim como acontece em sessões sagradas e psicoterapêuticas, o facilitador está presente mais para que as pessoas se sintam seguras e para resolver e cuidar de qualquer preocupação ou confusão que surja, do que para agir como um guia, uma vez que os participantes trabalharão em diferentes problemas utilizando diferentes estratégias.

Sessão

Assim que os efeitos do LSD começam a ser sentidos, os participantes devem ser encorajados a se deitar, colocar as viseiras e ouvir música. Deve-se discutir previamente sobre o tipo de música a ser ouvida. Música de solo instrumental é boa. Bach ou *ragas* hindus são muito boas. Deve-se evitar música intensamente emocional. Os participantes devem ficar deitados em silêncio, ouvindo a música por até três horas, ou até que tenham vontade de se sentar, refletindo sobre sua viagem, ou voltando-se

para os problemas que escolheram.

Deve haver comida leve (salgadinhos) e lanches durante toda a tarde. Não é preciso um intervalo para o almoço porque muitos participantes não terão interesse em comida. Os facilitadores, entretanto, devem comer porque a sensação de fome pode ser percebida pelos participantes e ser uma possível distração.

Quando os participantes se sentarem e tirarem as viseiras, devem ser lembrados que é chegado o momento de trabalhar em seus problemas, que devem ser especificados. Não deve haver mais música, a menos que algum participante solicite. Se isso acontecer, o volume deve ser mantido bem baixo.

Os participantes podem escolher se querem ficar sentados ou deitados, de olhos abertos ou fechados, ou fazer anotações ou esboços. Cada qual escolhe o que preferir. A tarefa do facilitador nas horas seguintes é como a de um/a comissário/a de bordo ou um/a garçom/garçonete em um restaurante de duas estrelas: atenção não invasiva aos participantes. Alguns participantes podem pedir papel e lápis ou outros instrumentos, um lanche, ou pedir para o facilitador anotar alguma ideia. Outros não vão querer ser incomodados. Desencoraje bate-papos. Lembre às pessoas que estão ali para trabalhar em seus projetos individuais.

Depois de algumas horas, alguns participantes começam a dar sinais de cansaço. Agem como crianças que querem que a aula termine logo. Se isso acontecer, verifique se precisam de uma pausa ou se sentem que terminaram. Pode ser benéfico ter acesso a outro cômodo no qual um participante possa relaxar, conversar com um facilitador ou apenas ficar sozinho. Se alguém quiser dar uma volta, precisa ser acompanhado.

Após uma pausa de dez ou quinze minutos, é uma boa prática sugerir aos participantes que há uma segunda onda nessas sessões e que podem dar mais uma olhada em seu problema. Se concordarem, quase sempre abordarão o problema de forma diferente, ou abordarão um novo problema, ou partirão numa nova e inesperada direção. Como antes, o facilitador deve estar atento e dar apoio, mas não obstruir.

Lá pelo final da tarde, deixe os participantes conversarem entre si sobre as vivências do dia. Em geral, essas conversas geram novas ideias, logo, assegure-se de que seus blocos de notas ou de esboços estão à mão.

O grupo pode ter escolhido jantar juntos ou ser levados para a casa de parentes ou amigos. Se forem comer juntos, é melhor pedir que entreguem a comida, pois ainda estarão num estado no qual o barulho de conversa e as luzes do restaurante podem ser fonte de distração.

Uma vez em casa, alguns participantes sentirão que terminaram e acharão isso bom, mas alguns ficarão acordados até bem tarde, até mesmo a noite toda, continuando a trabalhar com as soluções que surgiram, mas foram plenamente exploradas durante a sessão.

Parece que nessas sessões com doses baixas, os passos envolvidos, as vivências mentais durante seu transcorrer, os resultados e os caminhos alternativos que surgiram são retidos com uma relativa facilidade. Entretanto, é uma boa ideia sugerir que cada pessoa escreva um relatório o mais completo possível nos primeiros dias que seguem a sessão. A maioria das pessoas sente que, mesmo com o pouco tempo de sono que tiveram, seu nível de energia continua alto no dia seguinte. Outros irão sentir-se muito fatigados.

Para alguns, as mudanças cognitivas duram muito além da sessão. Mesmo depois que os problemas que escolheram sejam resolvidos, sua capacidade para resolver problemas permanece melhorada. É como se tivessem encontrado uma marcha adicional em suas bicicletas mentais que lhes permite ir mais longe com a mesma quantidade de força no pedal.

Apoio

Como a sessão parte do mundo do trabalho dos participantes e está focalizada em interesses externos, geralmente há um ambiente adequado no local de trabalho para explorar, expressar e desenvolver suas soluções.

Em situações nas quais não fica bem dizer o que foi feito, uma pessoa pode dizer, “Trabalhei uns dias nesse problema e progredi bastante”. Poucas pessoas vão fazer perguntas adicionais, principalmente se o novo trabalho é do interesse da empresa ou tem valor para ela.

É bom contatar cada participante poucos dias depois da sessão para responder eventuais perguntas e estimular os participantes a refletir sobre aspectos importantes de sua experiência. Em todo caso, deve-se manter uma linha de comunicação aberta para perguntas ou preocupações.

A



11

ESTUDOS DE CASOS

Dois Arquitetos e Seis Profissionais

Por mais útil que seja um relatório formal de pesquisa como aquele apresentado no capítulo 9, com suas listas, tabelas e amostragem, ele não transmite o sabor de trabalhar no problema que alguém escolheu, em companhia de outros profissionais, com a ajuda de uma equipe e turbinado por uma dose baixa de psicodélico.

Este capítulo apresenta trechos breves e longos escritos logo após as sessões descritas no capítulo 9. A primeira seção foi escrita por dois arquitetos. A segunda seção contém relatórios de outros profissionais, incluindo diversos que escreveram descrições assustadoras de seu processo criativo.

Fui procurado por uma fundação interessada em restabelecer esse tipo de trabalho. A resposta a esta altura era tornar mais disponíveis os resultados. O desejo natural de solucionadores de problemas pode levá-los a buscar esses métodos. Ademais, corporações e governos verão que aqueles que permitem ou encorajam níveis mais elevados de criatividade apresentarão mais resultados e ainda superiores em relação aos que não o fazem.

Além das precauções habituais sobre a criteriosa seleção de participantes e as necessárias considerações de *set*, local, substância e guias treinados, muito pouco nos impede de desenvolver esse trabalho de apoio – com os exemplos apresentados neste capítulo – para que ele possa ocorrer mais frequentemente.

Dois Arquitetos

Tivemos a sorte de contar com dois arquitetos bem-sucedidos participando de nosso estudo. Embora trabalhassem de sua maneira de sempre, ambos sentiram que suas capacidades de visualização aumentaram durante a sessão e que suas soluções do projeto não eram muito diferentes de seu trabalho habitual. A diferença, como ambos notaram, foi mais liberdade e a velocidade muito maior para conceber o projeto. Enquanto um dos arquitetos com os quais trabalhamos havia tido

uma poderosa experiência psicodélica vários anos antes, sua capacidade para focalizar e manter o foco não diferiu do participante sem nenhuma exposição prévia.

Henrik Bull: Arquiteto Número Um

Henrik Bull escreveu suas observações e reflexões algumas semanas após a sessão.

Minha experiência durante a sessão foi um incrível aumento da capacidade para me concentrar e tomar decisões. Era impossível procrastinar.

Teias de aranha, bloqueios e entraves desapareceram. Tudo era possível, mas eu estava trabalhando em problemas reais e com prazo apertado. Os desenhos eram mais livres, mas, provavelmente mais do ponto de vista da remoção de possíveis bloqueios do que seria aceito pelo cliente. Três esboços foram concluídos em três horas. Todos foram aceitos pelos clientes.

As duas casas mencionadas já estão prontas e penso que tiveram um grande sucesso. São mais livres do que meu trabalho habitual, mas não totalmente atípicas. Os clientes ficariam horrorizados se soubessem da história de sua concepção... Todas as pessoas deveriam passar pela experiência de ver o potencial existente dentro de si.

Sem a menor dúvida, há um aumento da capacidade de visualização, mas minha experiência foi que me tornei um Henrik Bull melhor e não me converti subitamente num Gaudí.

O restante desta seção é o relato feito por Bull logo após sua sessão.

Até ouvir a descrição de J.K. de suas experiências sob o efeito de drogas psicodélicas, eu não sabia nada sobre elas. Nunca havia lido nenhum artigo ou livro, nem participado de discussões sobre o tema. Fiquei fascinado com sua experiência nesse estudo e respondi com entusiasmo quando ele sugeriu que poderia haver um lugar para mim na semana seguinte.

Fazia tempo que eu sentia que pormenores do trabalho – mesmo que necessários, de pouca importância – atrapalhavam minha vida, que competiam com a criatividade, e ambos sofriam. Além disso, eu sentia que meus esforços para desenhar estavam repetindo velhas ideias, e que deveria ter um espírito mais livre. Eu esperava que pudesse trazer alguma mudança real em minhas atitudes. O que aconteceu foi muito além de

minhas melhores expectativas.

É difícil descrever a manhã da sessão – como acontece com qualquer sonho. Em geral, é difícil se lembrar de sonhos comuns. Neste caso, minha memória é vívida, mas as palavras do cotidiano não podem traduzir sonhos fantásticos.

Minha primeira impressão é da extrema nitidez e beleza da música. Os instrumentos eram não apenas estereofônicos, mas existiam num ponto particular do espaço. Em alguns casos, esse espaço se movia. Antes, eu nunca ouvira música dessa maneira. As vozes das sopranos (de que antes eu jamais gostara) se tornaram fantasticamente belas.

Logo, começaram a surgir visões sem nenhuma relação com padrões ordinários. Pareciam ser uma constante mudança de todos os tipos de tecidos multicoloridos e elegantes.

Em seguida, as visões se tornaram mais abstratas e ocuparam toda a minha cabeça. Eu observava as cenas, mas estava consciente de que não havia olhos, nem ouvidos nem cérebro.

Logo, a cabeça se tornou o universo, infinitamente expansível e contraível. As visões continuaram sem interrupção e seu conteúdo era influenciado pela música. O universo sustentado pelo que havia abaixo, e o que havia era meu corpo. Aquele corpo tinha dedos nas mãos e nos pés, e eu senti que seria interessante descobrir se poderia entrar em comunicação com aqueles elementos. Tentei mover um dedo da mão; ele tocou outro dedo e eu senti. Portanto, ainda tinha dedos nas mãos. Tendo provado isso, era desnecessário descobrir sobre os dedos dos pés. Esse foi meu último contato com meu antigo corpo.

A partir daquele momento, não houve mais visão ou pensamento relacionado ao mundo real.

Não havia nada absoluto.

Não havia nada específico.

Não havia nenhuma dimensão.

Não havia erros.

Não havia pessoas.

Não pergunte nada!

Este é verdadeiramente um mundo maravilhoso de cores, formas e música infinitamente variáveis. (Este último veio do outro mundo, mas melhorado.)

Quando a música acabou e nos disseram para nos sentarmos, realmente pensei que a manhã havia sido muito divertida e ri alto por um bom tempo. Fiquei ansioso que pudesse incomodar alguém, que quisessem fechar um mundo tão maravilhoso. Entretanto, o mundo continuou maravilhoso – só que diferente.

Eu estava à espera da oportunidade de atacar os problemas profissionais de criatividade que nos haviam dito que trouxéssemos. Havia quatro deles, desde um projeto extremamente complexo de uma escola pública com um programa de oito páginas até uma simples casa de veraneio. Minha primeira decisão foi qual o problema atacar. Decidi imediatamente evitar o problema complexo porque, embora eu me sentisse afiado, sabia que seria impossível concluí-lo ou mesmo progredir consideravelmente em três horas. Isso se revelou uma sábia decisão. O problema mais simples (mas, possivelmente, o de maior interesse potencial) foi atacado primeiro. Quase imediatamente, diversas relações que haviam escapado de minha atenção se tornaram aparentes e uma solução das relações espaciais surgiu logo após. Evitei olhar o relógio durante toda a sessão, mas podia adivinhar que se havia passado uns vinte minutos. Normalmente, eu queimaria os neurônios durante semanas para atingir tal solução. Não me entenda mal; num problema simples, em condições normais, o tempo realmente produtivo é muito curto, em todo caso, uma questão de horas. Meu dilema seguinte era se continuava ou não desenvolvendo o projeto ou passar ao desenho efetivo. Percebi que estava pensando melhor e que deveria desenhar melhor do que o usual. Minha decisão foi que, se eu desenhasse melhor do que normalmente, ainda assim eu não desenharia bem, e que eu deveria me ater àquilo em que era bom. Nunca tivera muita dificuldade em desenvolver um desenho consistente depois da concepção inicial.

Decidi permanecer no nível conceitual de pensamento e fazer breves anotações para eu mesmo seguir mais tarde. Essa foi uma decisão importantíssima.

Eu não sabia se posteriormente me lembraria ou não das questões não respondidas, e lamentei muito o tempo gasto em fazer essas anotações. Minha mão não se movia mais depressa do que habitualmente e fiquei muito impaciente com isso. Lamentei até o tempo gasto para alcançar um lápis apontado. Eu estava meio sentado, meio ajoelhado no chão, inclinado sobre a prancheta de desenho. Literalmente, eu só tinha uma cabeça para

pensar e uma mão para fazer anotações e esboços. O corpo não tinha (mais uma vez) importância. Quando a sessão terminou e me levantei, estava todo dolorido devido à posição inconveniente em que fiquei durante três horas.

Completado o primeiro problema, fiquei muito exultante e mal podia esperar para embarcar no seguinte. Este era basicamente um problema de localização, localizar diversas casas de condomínio num belíssimo terreno. As decisões vieram muito rapidamente e esbocei a solução, que logo me satisfiz. De passagem, investiguei para meu cliente o lucro de diversas situações similares, e julguei qual seria a melhor. Por que não fazer uma planta para uma das unidades? Isso também foi realizado sem o habitual número de erros de início.

A essa altura, disse para mim mesmo. “Não é legal com o Barney não tentar sua casa mais uma vez”. Esse tinha sido um cliente difícil, mas também, desafiador. Havia-lhe apresentado diversos esboços preliminares diferentes. Para ele, todos tinham vários defeitos, mas ele não apresentava nenhuma queixa específica. O único esboço de que gostou era muito caro. Mas ele não perdeu a confiança em mim – coisa excepcional.

Dessa vez, abordei o problema de forma totalmente diferente das precedentes e examinei o terreno desafiador de uma nova maneira. Realmente acho que a solução encontrada em poucos minutos é melhor do que todas as precedentes. Esse projeto já havia consumido centenas de horas de trabalho e representava uma grande perda monetária para o escritório. Como eu nunca havia visto essa solução?

Devo destacar que a solução poderia ter sido encontrada antes. Pertence à mesma família de meu outro trabalho. A única diferença real era que a solução que achei certa surgiu quase imediatamente. Naquela altura da sessão, fomos informados de que tínhamos poucos minutos para trabalhar em nossos problemas. Tendo resolvido os outros problemas, decidi dar uma nova olhada, superficial, no problema da escola pública. Fiz um cálculo e umas rápidas anotações, que resultaram no esboço de uma abordagem diferente para o térreo.

Durante o restante da tarde, senti-me bastante estimulado, algo semelhante a estar levemente alcoolizado. Depois que meus amigos foram se deitar, ouvi discos até as quatro da manhã. Faltavam as visões da sessão da manhã, mas a nitidez da música era a mesma.

O dia havia começado às seis da manhã e terminou 22 horas depois. Foi, provavelmente, o dia mais curto e mais agradável de minha vida.

Na manhã seguinte, quando mostrei isso para minha companheira e para os homens do escritório, ficaram muito entusiasmados. Apesar disso, concordaram que as novas abordagens eram de resolução muito complicada, diante de um prazo muito curto. Também concordamos que valia a pena examiná-las mais tarde para ver se, de fato, eram uma melhor solução.

Eric Clough: Arquiteto Número Dois

O artigo de 1966, na Progressive Architecture, "LSD: uma ferramenta de desenho?", afirmava que "diversos arquitetos [incluindo Eric Clough, veja abaixo] haviam agregado à extensa evidência sobre o uso de drogas como um instrumento para aumentar a percepção e para treinamento de visualização". O artigo afirma que, sob o efeito psicodélico das drogas, a acuidade visual e auditiva ficavam "revolucionadas"... Parece ser consenso entre os arquitetos entrevistados... que o LSD, quando administrado sob condições cuidadosamente controladas, aumenta a criatividade a ponto de acelerar enormemente a resolução de problemas, ajuda a visualização tridimensional e aumenta a percepção geral".¹

O relato de Clough mostra como a mente e o olho altamente treinados de um arquiteto utilizam, efetiva e objetivamente, o aumento do foco proporcionado pelo LSD. "Aprendi que o que fui capaz de fazer naquele dia não foi por causa da droga, mas porque a droga me ajudou a funcionar de uma maneira que sou capaz de funcionar o tempo todo, sem as dificuldades usuais que enfrentamos".

Clough havia participado de um estudo anterior com LSD. Este é um trecho de seu relato no auge daquela sessão.

Eu podia ouvir e sentir as batidas do coração de meu guia, e elas eram eu e eu era elas. A sala respirava e era eu. Meus olhos se abriram e nós brilhamos num espectro radiante.

Nós (a árvore da vida e eu, como um só) crescemos e crescemos e formamos o dossel do universo. Vi (ou era) o cosmo e nos contraímos num pontinho que continha toda a luz e a energia existentes e explodimos e inundamos o universo com estrelas cintilantes novamente.

Vi um monte alto de merda, do qual saía fumaça. Uma mosca voou através da fumaça. Um pedaço de merda se grudou em sua perna e eu vi (e senti) que eu era aquele pedacinho de esterco. Explodimos em partículas de poeira brilhante e nos fundimos com o cosmos. Afastei-me por um momento e meditei sobre esse raro fenômeno.

Novamente, gargalhadas explodiram das profundezas do meu ser. Eu estava tentando fazer o impossível, relaxar e refletir sobre o pensamento mais integral que eu havia tido... Um ser transcendendo a soma de suas partes...

O restante desta seção é do relato de Clough sobre a sessão de criatividade.

Dois anos e meio depois recebi uma carta da Fundação Internacional para Estudos Avançados. Fui convidado a tomar parte num experimento científico: o estudo da criatividade sob a influência de um agente psicodélico. Meu campo, arquitetura, era um que queriam incluir no estudo...

Fomos orientados a escolher um projeto em particular, e um ou dois alternativos, nos quais estivéssemos trabalhando, e a pensar um pouco nele no dia anterior, mas sem muita profundidade, de forma a tê-lo na mente, mas para não chegar à sessão com soluções preconcebidas. De preferência, que fosse um problema para o qual não tínhamos encontrado uma solução, que tivesse uma certa complexidade e que exigisse uma considerável habilidade profissional.

O plano era ter quatro participantes em cada sessão de um dia inteiro. Cada participante vinha de uma área profissional diferente e trabalharia em seu próprio projeto, embora todos ficassem na mesma sala. Interações e discussões seriam permitidas, mas não eram necessárias.

No dia aprazado, fomos os quatro reunidos na sala da sessão e depois de algumas preliminares, ingerimos mescalina. Nossos guias nos acomodaram confortavelmente no chão em nossos sacos de dormir, colocaram viseiras em nossos olhos, fones de ouvido estereofônicos em nossas orelhas e começar a tocar música clássica cuidadosamente selecionadas.

Depois de descrever como se sentiu durante as horas de música e relaxamento, Cloud prosseguiu.

Removi os fones de ouvido e lentamente tirei minha viseira. Logo em seguida, um dos guias ajoelhou-se ao meu lado. Sorri para ele e estendi-lhe

ele minha mão. Olhamos um para o outro (profundo contato visual) durante um momento eterno, e fechei novamente meus olhos.

Vi que a personalidade do homem é como camadas de vidro superpostas. A visão específica era de peças nitidamente geométricas porém irregulares, uma por trás da outra até o infinito. Cada peça de vidro estava ligada a pivôs acima e abaixo. Em qualquer ponto, se uma peça fosse girada levemente refletiria no quadro externo e, como um espelho, bloquearia qualquer visão interna mais profunda. Soube, para meu grande pesar, que a maioria de nós tem muitas peças torcidas.

Durante algum tempo, vi outras imagens mentais de tipos similares, tudo relativo a incapacidade do homem para mesclar distintamente todos os níveis de funcionamento.

Sentei-me. Eram onze da manhã. Havíamos sido informados de que seríamos despertados ao meio-dia. Fiquei sentado em silêncio esperando até que os outros sujeitos fossem trazidos para o almoço.

A comida foi leve: frutas, queijo, uma pequena taça de vinho e café. Conversamos sobre nossa manhã. Nossas vivências não tinham sido as mesmas, mas sentimos que havíamos partilhado alguma coisa muito importante. Naquele momento ficamos amigos íntimos.

Peguei meu bloco de desenho e algumas canetas coloridas de ponta de feltro e instalei-me à vontade no chão num canto da sala. Abri meu bloco, escolhi uma caneta e estava pronto para trabalhar... mas tive um branco completo. Normalmente quando estou pensando num problema, minha cabeça fica cheia de desenhos que olho e rejeito ou olho mais detidamente e elaboro um pouco mais. Raramente havia desenhado até ter um conceito completo em minha cabeça. Eu havia tido diversos esboços para o projeto e tinha examinado mentalmente um deles a caminho da Fundação naquela manhã. Agora, não havia nada.

(Faço uma pequena digressão para descrever o projeto:

Havia sido contratado por um cliente para fazer o estudo de um centro cultural e artístico perto de uma das áreas universitárias da baía de São Francisco. O local era provisório – um terreno plano, quadrado, de 12.000 metros quadrados. Isto deveria proporcionar a artistas e artesãos oficinas e áreas de vendas num ambiente comercial, mas que deveria também exercer uma influência cultural sobre a comunidade. Haveria ainda um café, um teatro para encenações de peças, conferências e debates, e

galerias para artistas que não dispusessem de seus próprios ateliês no complexo. Provavelmente haveria também uma livraria descolada.)

Eu sabia das dimensões do terreno e comecei a desenhar as margens aproximadas na página em branco. Ainda não havia nada em minha cabeça. A manhã havia apagado tudo que tinha que ver com o objetivo da sessão de criatividade.

Fechei meus olhos. Não tentei pensar. Esperei, mas sem nenhuma expectativa – como na parte final da manhã.

Em questão de minutos ele explodiu para a vida. Pude ver o centro completo. As árvores crescidas, carros estacionados no estacionamento, fontes jorrando água e pessoas caminhando pelos edifícios e pelos jardins. Eu também podia caminhar.

Caminhei lentamente. Examinei os pormenores da estrutura, estudei a construção, olhei os tipos de plantas que cresciam ali e observei os operários trabalhando. Havia muitas cores atenuadas, porém em harmonia com as pinturas expostas nas lojas e ao longo dos calçadões.

Comecei a desenhar. Em pouco minutos a planta básica e a disposição do edifício estavam esboçados no bloco. Desenhei o estacionamento e conferi o número de vagas com a necessidade estimada. Deu certo. Calculei rapidamente o custo provável do projeto e conferi com a renda do potencial arrendatário do terreno. Do ponto de vista econômico também era viável.

Durante a hora e meia seguinte, desenhei o mais rapidamente que pude. Os desenhos eram rascunhos mas capturavam a essência da visão que eu tinha em minha cabeça e muitos pormenores específicos estavam anotados no papel.

Parei de trabalhar. Ainda não eram três da tarde. Ainda tínhamos duas horas para trabalhar. Desenhei um par de casas na minha cabeça e rascunhei um pouco. Brinquei com o pavilhão do jardim e alguns projetos de fontes e, às três e meia, parei de vez. Eu tinha feito o equivalente a duas semanas de trabalho. (Vou qualificar esta afirmativa: numa semana eu poderia ter tido muitos rascunhos finalizados, também alguns em escala, mas eu tinha a sensação de que não teria conseguido fazer nada mais do que fizera naquela tarde...).

Poucos dias depois mostrei os esboços para o cliente e eles foram aprovados integralmente. Três semanas mais tarde comecei a preparar os

desenhos do projeto, começando com o plano da propriedade. Coloquei meu bloco de desenho (fechado) sobre a minha escrivaninha e comecei a trabalhar em escala. Poucas horas depois a primeira página dimensionada estava pronta, e comparei-a com o rascunho original. Era quase que exatamente o mesmo. Eu tinha, sem colocar em escala os esboços originais, desenhado 12.000 metros quadrados de edifícios, estacionamento, teatro exterior, calçadas, pátios e assim por diante em suas dimensões exatas e tinha mantido isso tudo em minha cabeça tão claramente como se tivesse caminhado por ali.

Tentei descrever aqui exatamente o que aconteceu e nada mais: muita coisa está sendo descoberta.

Seis Profissionais

Nesta seção são apresentados relatos de experiências individuais de resolução de problemas que ilustram algumas modalidades de criatividade discutidas no capítulo 9.

Artista Comercial

Problema: *Criação de um papel timbrado, depois de vários esboços terem sido rejeitados pelo cliente.*

Decidi abandonar minha (velha) linha de pensamento e tentar uma nova. O “mistério” deste fácil abandono, desistência, não me veio à mente até muito mais tarde naquela tarde, porque eu tinha muitas vezes antes da sessão embarcado naquela linha de pensamento e tinha conseguido fazer toda a coisa num prazo muito apertado, que eu tinha sido incapaz de reduzir, muito menos de abandonar. O milagre é que veio de maneira muito fácil e natural.

Decidir prosseguir com ela, sem me preocupar com o que sairia ou se alguém gostaria ou não. Comecei modificando um pouco a ideia original do esboço de apresentação. Depois de um par de esboços, deixei de lado inteiramente a ideia original e comecei a abordar o problema gráfico de uma maneira radicalmente diferente. Foi aí que as coisas começaram a acontecer.

Todo tipo de diferentes possibilidades surgiu em minha mente e comecei rapidamente a esbochá-las em folhas de papel de carta em branco que tinha trazido comigo para essa finalidade. Cada novo rascunho sugeria outras possibilidades e novas ideias. Comecei a trabalhar rapidamente, quase

febrilmente, para poder acompanhar o fluxo das ideias. E a sensação durante essa intensa produção era de alegria e exuberância: a bola estava comigo! Era a pura alegria de fazer, inventar, criar e brincar. Não havia temor, preocupação, nenhuma sensação de competição, nenhuma inveja, nenhuma dessas coisas que, em diversos graus, sempre haviam estado presentes no meu trabalho. Era apenas alegria de fazer.

Esta pessoa ficou tão encantada com sua capacidade aumentada de produção de ideias, que preferiu adiar a seleção da ideia até o dia seguinte, quando selecionou e desenvolveu para apresentação 12 dos 26 conceitos originais. Um deles foi posteriormente aceito pelo cliente.

Engenheiro

Problema: A formação de uma imagem visível correspondente a distribuição do calor de um objeto como o corpo humano. (A aplicação era para diagnóstico médico, pois o tecido enfermo tende a ter uma temperatura mais elevada do que o tecido sadio.)

Pedi a “meu inconsciente” que me fornecesse ideias. A solução veio sob forma de uma concha de ostra, com a madrepérola brilhando em cores diferentes. Traduzi isso numa ideia de um interferômetro – duas camadas separadas por uma brecha igual ao comprimento de onda que se deseja refletir – que é o princípio da madrepérola, na qual uma mudança de temperatura causa um deslocamento microscópico, claramente observável pela cor da luz refletida. O problema restante era, portanto, transformar a energia térmica em deslocamento mecânico.

Naquela altura, outra percepção foi que a forma mais eficiente de fazer isso era pela expansão de um gás, que era superior a qualquer outra operação que pudesse ser executada com sólidos. Visualizei, então, duas películas finas formadas por evaporação a vácuo, separadas pelo comprimento de onda da luz amarela. Muitas células pneumáticas (em forma de um cilindro longo e fino) podem ser formadas numa matriz de 200 X 200 (com películas paralelas localizadas em uma extremidade). Se as imagens térmicas forem projetadas nessa matriz, a temperatura atingida por cada célula determinará a pressão do gás e a conseqüente deformação elástica das películas para tentar restabelecer a pressão ambiente. Se a matriz for iluminada por luz branca, cada célula individual refletirá a luz de uma cor que será uma função da temperatura do objeto fonte...

Tive muitas outras visões relacionadas ao processo real de fabricação, ao

método de testagem e de outras aplicações. É significativo que um número maior de ideias associadas veio à minha mente no dia seguinte.

Criador de móveis

Eu tinha dois problemas específicos, ambos relativos a projetos de móveis. O problema principal era projetar um método de fazer um puxador de gaveta integrado que complementasse um grupo pré-existente de móveis que eu havia desenhado anos antes. Esse grupo tinha sido um sucesso, tanto em termos de desenho como de vendas. Eu precisava de uma solução que combinasse o mesmo tipo de boa aparência com economia de produção.

Móveis de caixas, isto é, armários e cômodas, basicamente são caixas que se diferenciam primariamente pelo tratamento da superfície e das bordas. Móveis de caixas têm melhor aspecto quando o desenho parece ser um desenvolvimento natural dos materiais usados. Eu tento evitar elementos “aplicados” de desenho. Já projetei uma linha ou série de móveis de caixas que incorporavam estes elementos, mas parecia faltar neles um certo brilho que tanto o fabricante quanto eu achávamos necessário.

Eu já havia pensado muito sobre esse problema tentando novas abordagens, mas nada dera certo. Eu realmente não esperava ser capaz de fazer nada novo, já que minha sensação era de que todas as possibilidades foram esgotadas. O que aconteceu na realidade foi uma completa surpresa.

Descobri que, assim que comecei a visualizar o problema, imediatamente surgiu uma possibilidade. Houve alguns pequenos problemas com o conceito, mas parece que esses se resolveram rapidamente. Isso foi logo seguido por outra ideia baseada na primeira, mas com uma variação que lhe deu outro aspecto. A visualização da combinação necessária foi instantânea.

Achei que a minha última ideia era a mais notável devido à maneira na qual ela se desenvolveu. Essa ideia foi o resultado de uma fantasia que ocorreu enquanto ouvia música composta por Wagner. Eu sabia que havia uma qualidade clássica em alguma das formas que tinha visto durante aquele período, então projetei uma linha que parecia incorporar essa característica. (Isto evoluiu de uma série de rápidos rascunhos até uma cômoda completa.)

Desenhei os puxadores, que tinham exatamente a qualidade que eu buscava. Na ocasião, achei muito divertida a facilidade com que tudo foi feito. Foi tão fácil fazer que não tive nenhum impulso para fazer mais, pois sentia que posteriormente poderia fazer muito mais. Entretanto foi a fantasia inespecífica que disparou a ideia que levou a esse resultado.

Parti então para o problema de uma cabeceira de cama para outro fabricante, que também foi resolvido muito rapidamente. A solução foi rejeitada no dia seguinte devido a fatores de custo que eu desconhecia durante o projeto, mas não tive nenhuma dificuldade para logo achar outra solução que nunca me havia ocorrido antes.

Decidi então fazer algo que sempre leva muito tempo. É muito difícil projetar uma boa cadeira de jantar que seja ao mesmo tempo elegante e barata. As cadeiras são sempre vistas como escultura e raramente de perfil. As cadeiras exigem ainda uma disciplina de forma e de estrutura desnecessárias em outros tipos de móveis: disciplina de forma, devido a anatomia humana, e de estrutura, devido à carga pesada que elas suportam. Durante muito tempo eu não tinha sido capaz de fazer nenhum projeto original. Muito rapidamente, decidi qual deveria ser a estrutura básica; os pormenores básicos surgiram depressa. Não refinei o desenho porque esse tipo de coisa é feito melhor em três dimensões, embora eu pudesse visualizar o produto finalizado. Decidi que já tinha a cadeira e passei a pensar em um tipo que nunca havia feito antes. Esta tampouco me pareceu apresentar qualquer dificuldade. Mesmo hoje, quando olho para isso, tudo me parece muito óbvio.

A cômoda foi transformada no modelo em uma semana e aceita pelo cliente fabricante. Um dos projetos da cadeira foi modelado satisfatoriamente na segunda tentativa, sem nenhuma mudança radical do conceito original. Previamente projetos de cadeiras tinham exigido no mínimo dois meses e dez testes de modelagem antes de serem finalizados.

Engenheiro teórico

O problema que escolhi era um problema de análise combinatória, que tinha atormentado muitas pessoas, inclusive eu. O problema era provar, ou rejeitar com um exemplo contrário, a seguinte conjectura: consideramos que circuitos lógicos são construídos inteiramente de portas NOR. (Uma porta NOR é um elemento que produz um desfecho se, e apenas se, nenhuma das entradas tiver um sinal.) Tais circuitos podem ser projetados

para evoluir em ciclos. Ou seja, começamos o circuito operando com alguns conjuntos de entradas para as várias portas. Com o tempo, algumas portas que estavam fechadas abrem-se e vice-versa.

Como o número de estados possíveis do circuito é finito, ou o circuito acaba por atingir um estado estável, no qual nenhuma outra ação ocorre, ou precisa atingir um estado previamente atingido e proceder através da mesma sequência de estados como fez anteriormente. Esta última sequência é chamada de ciclo. Chamamos um ciclo de “totalmente sequencial” se a cada vez que o estado do circuito muda, ele o faz pela mudança da saída de apenas uma porta. (A importância disso é que não deixa nenhuma ambiguidade relativa ao que o circuito faz. Se duas portas precisarem mudar de um estado para o outro, qual porta muda primeiro pode fazer uma diferença.)

A hipótese é que, no circuito de porta NOR, o ciclo sequencial total mais longo que pode ocorrer envolve estados $2n$, no qual n é o número de portas NOR no circuito.

Ao final da sessão, pensei ter uma prova desse teorema. Trabalhando nele naquela noite, vi algumas complicações adicionais, mas ainda pensei que poderia demonstrá-lo. No dia seguinte, encontrei algumas possibilidades adicionais. O teorema, até hoje, permanece não resolvido.

A abordagem que descobri na sessão continua sendo muito valiosa e também nova tanto para mim quanto para os outros do laboratório que já trabalharam nesse problema. Por exemplo, ele eliminou imediatamente outra conjectura existente com relação a tais circuitos, a saber, é impossível obter-se uma cauda sequencial ou um ciclo sequencial de portas NOR. Usando esta abordagem, ficou óbvio como estabelecer um contraexemplo para esta conjectura.

Ainda tenho esperança de que a abordagem levará, no final, a uma prova da conjectura original – ou a um contraexemplo.

Ela também pode levar a um método de síntese de tais circuitos para gerar ciclos especificados.

Portanto, os resultados parecem muito valiosos, embora o objetivo original não tenha sido atingido. Minhas primeiras abordagens desse problema tinham sido principalmente através de métodos de matrizes algébricas. Durante a sessão, comecei a estudar o problema, ainda

tentando usar estes métodos. Naquele momento, eu não podia realmente ver como tirar vantagem dos poderes do estado psíquico psicodélico. Podia visualizar uma matriz e fazer uma dada carreira parecer muito brilhante e resplandecente e destacar-se. E eu também podia ver, e apreciar esteticamente, padrões na distribuição das entradas da matriz. Mas parecia fundamentalmente fútil tentar as manipulações minuciosas necessárias para extrair outras informações da matriz. Em algum ponto da sessão, comecei a ver uma imagem do circuito. As portas eram pequenos cones prateados conectados por linhas. Observei o circuito oscilar em seu próprio ritmo. Primeiro estavam todas amarrados numa linha, uma puxando a outra. Se a linha se fecha e nenhuma outra mudança ocorre, então automaticamente você obtém um ciclo $2n$. De forma que você precisa bloquear esse ciclo. Porém tendo bloqueado, você precisa fornecer um circuito auxiliar para manter a operação em andamento. O problema é como fazer isto sem perder a propriedade de ser totalmente sequencial?

Nisso, voltei ao mundo externo e tentei lidar com a coisa no modo puramente analítico ou lógico. Naquela altura, pensei que poderia demonstrar que, no fim das contas, você estava inevitavelmente a caminho de uma operação não sequencial. A dificuldade é ver todas as possibilidades existentes e acompanhar cada uma delas. Na sessão e depois, eu ainda não tinha encontrado as possibilidades alternativas. Portanto a prova falhou. Porém, creio que é valiosa a ideia central de se pegar uma sequência principal que correria sozinha como um ciclo $2n$ se os bloqueios fossem removidos e de sequências subsidiárias que se desviassem do bloqueios.

Depois que esse engenheiro retornou ao seu grupo de trabalho e partilhou sua experiência com ele, vários outros do grupo pediram e foram aceitos como sujeito experimentais, trabalhando no mesmo problema geral.

Gerente, Planejamento de produtos

Tinha recebido a tarefa de definir e iniciar uma nova família de produtos de gravação. Eles usam um esquema de modulação similar, mas cobrem uma ampla variedade de aplicações, desempenhos e custos. Eu havia acabado de completar uma extensa viagem de pesquisa de mercado e

havia desenvolvido uma tabela ou matriz de inter-relações nas quais eu havia tentado mostrar o tipo de sistema, o nível de desempenho, e algumas estimativas da praticidade e do cronograma. Era uma grande tarefa porque havia muitas variáveis envolvidas, complicadas adicionalmente por uma considerável carga de trabalho e atitudes pouco simpáticas da área de engenharia, onde eles teriam que ser executados.

Depois de algum esforço, descobri um tipo de relaxamento, ao deixar o problema falar comigo. Deixei de lado o “ter que desempenhar” e assumir um modo diferente de ver os dados. Fui capaz de abandonar noções complicadas e ir diretamente para o x do problema. Uma nova matriz apresentou-se, imensamente simplificada e que seria muito mais simples para ser comunicada.

Tornou-se mais aparente, à medida que eu trabalhava em torno desta ideia, que provavelmente captaria a maior parte do mercado para qual estava destinada e facilitaria as tarefas das vendas. Ficou aparente que parte da dificuldade prévia havia sido causada por um perfeccionismo desnecessário e por um certo tipo de ambição.

Em seguida, fui capaz de fazer um ensaio em meu “palco” interno sobre como entrar em ação. As relações entre indivíduos-chave literalmente saltaram aos meus olhos. Seus travamentos e o efeito sobre eles da aceitação e do desempenho do desenvolvimento da tarefa ficaram muito claros. Tentei abordagens diferentes em minha mente e percebi que a solução havia passado despercebida muito facilmente. Eu tinha que mudar, e então eles responderiam melhor. Não era preciso conspirar, apenas desenvolver a atitude correta. Essa atitude tem a ver com a confiança que vem do estudo e dos dados, e da aceitação (de parte dos outros) que decorre do entendimento, da simpatia e da tolerância.

Os resultados disso foram não apenas espetaculares, foram formidáveis. As pessoas estão mudando. Os mais antagonistas tornaram-se mais abertos e amistosos. A quantidade de energia exigida de mim diminuiu sensivelmente. Meu chefe notou, mais de uma vez, uma mudança evidente no desempenho. O progresso mensurável da gama de produtos ficou claro, embora um pouco prejudicado pela reorganização.

Em suma, o experimento produziu não tanto uma gigantesca tempestade de ideias ou avanços, na conotação usual de criatividade, mas resultados muito práticos.

Engenheiro

Erwin Wunderman era um engenheiro que trabalhava num grande laboratório de eletrônica na Califórnia. As energias fluidas de seu experimento foram canalizadas num processo altamente abstrato de construção de modelos. Suas observações sobre a própria mente, lembradas algumas semanas depois, são incomuns na forma em que ele se lembrou dela e na forma em que as relatou.

Reações durante o período inicial de três horas:

1. Percepção gradual da redução de estímulos dos sentidos táteis. Amortecimento das extremidades, que poderia ser superada pela decisão de movê-las.

2. Sensação de minimizar impulsos externos relacionados ao ambiente em que estava. Notei que deixei meu corpo relaxar gradualmente até sua posição de “energia mínima”. Sugiro que isso ocorra com outros indivíduos.

3. Tinha um imenso desejo de me lembrar de todas as sensações para relatá-las à Fundação.

4. Muitas observações relativamente simples, que subsequentemente analisei e entendi, pareceram revelações mais significativas naquele momento do que o eram realmente. Por exemplo, quando a música era do tipo de hino religioso, percebi o significado religioso dos quadros nas paredes. Pareceu que isso era um entendimento básico que eu não tido antes, no entanto parece muito óbvio, em retrospectiva.

5. O tema central de meus pensamentos era:

a. Os estímulos verbais diminuíram gradualmente.

b. Meu nariz, meus ouvidos e meus olhos ainda mantinham uma sensibilidade de moderada a alta, mas os estímulos não eram “automaticamente” comunicados a mim, a menos que eu pensasse sobre eles.

c. Minhas habilidades mentais estavam relativamente intactas, porém, devido a uma redução normal dos estímulos, minha mente parecia vagar entre vários pensamentos.

d. Percebi que, no limite, todos os estímulos contemporâneos seriam desligados (ou dessensibilizados), de forma que eu poderia dedicar todos os meus processos de pensamento a coisas remotas da realidade atual. Tentei minimizar os impulsos perturbadores e maximizar as condições das novas circunstâncias, permitindo, dessa forma, que meus

pensamentos ficassem à deriva.

e. Imaginei que todos os impulsos locais estivessem desligados; apenas minha mente, a música e o universo estavam presentes.

f. Tentei mentalmente mover minha mente ao redor do universo e explorar o que poderia ser visto com a capacidade dessa nova ferramenta, desse novo instrumento.

g. O universo era totalmente negro e para distingui-lo em minha mente, havia uma minúscula partícula branca na qual tudo era radialmente simétrico.

h. Inseri a música nesse universo, e ela ou penetrava em todos os espaços, ou emanava de outra partícula, que também era radialmente simétrica.

i. Eu estava consciente de que todos os meus pensamentos não eram sonhos e que eu estava no controle, e apliquei a lógica; era como pensar sob a influência de uma droga que produz transe.

j. Minhas conclusões, após tentar deixar minha mente derivar pelo universo, foram de que sem os sentidos perceptivos, eu não seria capaz de perceber e que tudo seria escuridão.

k. Conclui que uma visão introspectiva de minha mente seria mais apropriada e reveladora naquelas circunstâncias.

l. Questionei o meio de locomoção usado para permitir minha mente propagar-se no pensamento precedente.

j. Eu não podia visualizar nenhum mecanismo de propulsão e notei que simplesmente imaginei que ele estava à deriva pelo espaço.

m. Olhando para minha mente, eu estava consciente do mundo antagonista exterior, que normalmente fornece a interação para meus pensamentos, não estava mais presente. Eu estava consciente de que o efeito da droga era fornecer uma maior “autoconsistência” sobre meus pensamentos e que, para ser objetivo sob sua influência, era melhor eu dedicar meu autoescrutínio àquilo que considerasse válido.

[Nota do editor: os pontos 6 e 7 foram intencionalmente omitidos pelo autor.]

8. Ao avaliar como a música soava e como meus outros estímulos eram afetados, pareceu-me que a melhor descrição era simplesmente “passados por um filtro de suavidade”.

9. Eu estava consciente de que não tinha visto cores vívidas, não tivera

alucinações e tinha tido dificuldades para imaginar as coisas coloridas. (Meus pensamentos involuntários eram em branco e preto.) Eu não podia tornar aparente nada a não ser a percepção da cor normal.

[Nota do editor: os pontos de 10 a 19 foram intencionalmente omitidos pelo autor.]

20. Selecionei um problema, do qual visualizei o resultado que queria e subsequentemente joguei com as variáveis que poderiam dar aquele resultado. Eu tinha uma grande percepção visual (mental); podia imaginar o que era desejado, necessário, ou impossível quase sem nenhum esforço. No que me pareceu dez minutos, eu havia completado o problema, tendo o que eu considerava (e ainda considero) uma solução clássica. Entretanto, trambiquei um pouco os limites do problema para tornar essa solução possível. Decidi ser mais pragmático com o problema e insisti em impor limites reais de praticidade. Achei que não estava querendo considerar isso. Eu havia encontrado uma resolução com ótima eficiência e não estava disposto a fazer concessões – C.Q.D., eu estava espantado com meu idealismo, minha percepção visual e a rapidez com a qual eu conseguia funcionar.

21. Escrutinizei o *modus operandi* com o qual ataquei o problema. Percebi que minha mente funcionava como um computador, e embora eu não pudesse visualizar o “nível local” da operação, todas as restrições conhecidas sobre o problema foram impostas simultaneamente enquanto eu caçava possíveis soluções.

22. Eu estava impressionado com a intensidade da concentração, a contundência e a exuberância com a qual eu podia avançar em direção ao problema.

23. Deixei então a sala com um dos guias e discuti os resultados até aquele ponto. Ele sugeriu que eu retornasse ao problema original e visse o que poderia ser feito.

24. Voltei e examinei o processo da fotocondutividade. Descobri que era capaz de visualizar o que acontecia quando a luz era absorvida por um fotocondutor. Perguntei para mim mesmo: “o que é luz?” e, subsequentemente, “o que é um fóton?”. Repeti para mim mesmo esta última questão centenas de vezes até que ela era dita automaticamente em sincronia com cada inspiração. Provavelmente nunca em minha vida eu havia me pressionado tão atentamente com uma pergunta como fiz com

essa. Comecei a visualizar todas as propriedades de um fóton que conhecia e tentei fazer o modelo de um. O processo foi longo e exasperador, porém, gradualmente construí um modelo de fóton que satisfazia as restrições que eu conhecia. O fóton compreendia a nuvem de um elétron e um pósitron (elétron positivo), que se moviam numa órbita helicoidal sincronizada e entrelaçada. O pósitron tinha uma massa negativa de magnitude igual a de um elétron. Esse modelo foi reduzido para fins de visualização a uma bola em branco e preto que se propagava como um parafuso no espaço. Continuei testando o modelo de todas as formas possíveis: requisitos instantâneos de campo, grades de difração, refratores dielétricos, geração de fotos em corpos incandescentes, absorção deles em sólidos e um fotodiodo de polarização reversa, por exemplo. Cada teste modificou-o ou deixou-o inalterado, até que o submeti a todos os tipos de testes que pude imaginar.

Pensei no ridículo da situação. O modelo era muito cru; eu não me havia programado para encontrar o modelo de um fóton; foi terrivelmente difícil imaginar um, que acabou sendo extremamente simples e em desacordo com o que eu havia previamente considerado que era um fóton. Fiquei quase envergonhado que isso fosse revelado e perguntei a mim mesmo para que serviria, mesmo se ele passasse pelos vários testes. Meu raciocínio e minha resposta apenas serviram para endurecer-me. Se esse modelo satisfizesse todas as restrições eu conhecia sobre um fóton, ele seria tão real quanto qualquer outra coisa que eu conhecia. Obviamente, percebi que bolas em branco e preto rodando no espaço era um quadro simplificado, mas se satisfizesse todas as restrições, era o modelo a ser usado.

Isto não era diferente de qualquer outra coisa, na realidade. O modelo estava pronto para aplicação, independentemente do que o resto do mundo, ou eu pessoalmente, pensasse dele.

Naquele momento, essa última racionalização foi particularmente importante para mim. Ainda agora, considero-a um argumento significativo contra inibições para a conceituação de algo que é abstrato, porém, autoconsistente.

Depois de muitas horas de desenvolvimento do modelo (e de muitas tentativas de aplicá-lo a um fotocondutor, todas rejeitadas por minha mente), comecei a considerá-lo satisfatório. Agora eu tinha que aplicar o

mesmo processo para um semiconductor. Desenvolvi uma imagem de banda de valência e condução com pósitrons e elétrons como entidades de importância (análogos aos “buracos” e elétrons convencionais). Acrescentei estados de impureza para receptores e doadores na mesma estrutura e dediquei-me a colocar o meu modelo para semicondutores em vários testes, quando me envolvi numa discussão externa. Analisei meu método de trabalho em vários estágios.

25. Ao tratar o problema até este ponto um fator ficou evidente: eu não havia feito nenhuma suposição que não me forçasse a ter que a provar se houvesse alguma dúvida. Normalmente, eu deixaria de lado muitos pontos triviais por uma questão de expediência, mas, sob o efeito da droga, o tempo não parecia ter importância. Examinei de perto todos os possíveis itens questionáveis. De fato, eu estava continuamente buscando erros, falácias e assim por diante.

26. Uma segunda observação digna de nota: eu não teria acreditado no que aconteceu se não tivesse realmente acontecido. Bom, ruim ou indiferente os resultados foram além das minhas expectativas.

27. Depois da discussão em grupo, fomos levados de carro para casa. Passei quase uma hora relatando os eventos do dia para minha família. Deitei-me então na cama e continuei trabalhando no problema.

28. O desenvolvimento do modelo de semiconductor foi finalizado com grande esforço, e finalmente testei o modelo do fóton num fotocondutor.

29. Trabalhei até as quatro da manhã e estava muito motivado para continuar, mas tive que parar devido ao aparecimento de uma forte dor de cabeça. Entretanto, foi difícil não pensar nele, pois voltei a ele onde havia parado.

30. Diversas conclusões sobre o modelo do fotocondutor foram atingidas naquela noite.

a. Basicamente, o modelo está correto, mas não se pode verificar todas as características desejadas do fotocondutor sem incluir fenômenos adicionais à cinética da reação em consideração.

b. Uma população de excítons (elétrons e “buracos”) compreende a maioria dos portadores fotoexcitados. Esses portadores não participam diretamente do mecanismo de condutividade, mas dominam os processos de recombinação. Assim, é difícil medir essa população, embora isso seja muito importante para determinar os resultados

observados. Acho que este ponto talvez seja a única contribuição real feita sob efeito da droga em relação ao desenvolvimento de modelos, essa possibilidade foi reconhecida anteriormente. Entretanto a certeza desse ponto é agora muito mais aparente.

31. Ainda outras conclusões dignas de nota sobre o efeito da droga:

a. Acho que nada do que foi feito sob a influência da droga não pudesse ter sido feito sem ela, porém, em muito, muito mais tempo. (Há alguma reserva quanto a esta afirmativa, no que diz respeito ao desenvolvimento do modelo do fóton. Talvez eu nunca tivesse sido motivado a aplicar tanto esforço para algo de valor tão abstrato.)

b. Até agora, não achei nenhuma falha nos conceitos obtidos sob a influência da droga... Talvez uma observação importante seja a de que a droga parece manter a motivação para perseguir o que é esteticamente intrigante a um ponto muito além do que eu normalmente iria... O tempo todo, tive controle total de minhas faculdades. Não vi coisas irreais, distintas das que posso imaginar em diversas ocasiões.

c. Acho que até agora houve uma melhora geral persistente de minha:

- Habilidade para me concentrar em problemas específicos.
- Motivação em relação a meus objetivos na vida (impulso), a curto e longo prazo.
- Minha percepção visual de problemas.
- Tolerância em relação ao que considero incompetência e a pontos de vista significativamente diferentes dos meus.
- Habilidade para trabalhar sem ficar cansado. Por exemplo, sentei-me e escrevi este texto em poucas horas consecutivas.
- Uma redução geral da inibição relativa a coisas para as quais a sociedade estabeleceu códigos contrários à minha filosofia pessoal básica. Por exemplo, normalmente eu me sentiria muito embaraçado ao discutir com meus colegas tal modelo de um fóton obtido em circunstâncias tão extraordinárias, e de aspecto tão superficial.

Os aspectos técnicos da experiência de Wunderman levaram ao desenvolvimento de um modelo teórico rigoroso que ele descreveu no artigo intitulado "Uma teoria cinética dos processos de regressão da

fotocondutividade”.

A

12

SESSÕES GRUPAIS PARA A SOLUÇÃO

DE PROBLEMAS

WILLIS HARMAN

Este relatório inédito descreve duas sessões experimentais conduzidas por nosso grupo nas semanas antes das sessões mais bem-sucedidas relatadas no capítulo 9. Willis Harman e eu éramos membros do primeiro grupo incluído aqui; portanto, onde me pareceu apropriado, acrescentei, em itálico, observações pessoais ao relatório dele. Como verão, estas sessões tiveram um sucesso apenas moderado e destacaram vários problemas que tivemos trabalhando nesta linha. Esta é a ciência miúda que em geral não é publicada. É o que é chamado de “busca”^{s.º}. É o que acontece quando você não está certo do que está fazendo ou quando está esperando encontrar. “Pesquisa”, que em geral é o que é publicado, é sobre o que vem depois que você sabe muito mais sobre o tema. Neste caso, entretanto, como existe pouca coisa publicada sobre este tipo de trabalho grupal e porque muitas pessoas ainda o fazem informalmente, me parece útil e instrutivo apresentar também esta primeira rodada de nossos estudos.

Este é o relatório resumido de duas sessões grupais para resolução de problemas organizadas para testar o grau de aprimoramento da solução de problemas que pode resultar de sessões de grupo facilitadas com doses baixas. O primeiro grupo era bastante diversificado em termos de procedência, composto por quatro pessoas com experiência profissional em engenharia elétrica, engenharia de projetos, gestão em engenharia e psicologia. Cada um deles já tinham tido no mínimo duas sessões de LSD. A dose foi de 50 microgramas de LSD, precedida de energizantes. (O problema primário era o desenvolvimento de novos brinquedos infantis.)

O segundo grupo era composto por quatro engenheiros de pesquisa, três com experiência em engenharia elétrica e um com experiência em engenharia mecânica. Nenhum deles tinha tido qualquer experiência com

psicodélicos. A dose foi de 100 mg de mescalina, precedida por energizantes. O problema primário era melhorar um cartucho de agulha de toca-discos.

Essas duas experiências sugerem algumas conclusões provisórias.

Nas duas ocasiões alguns membros do grupo acharam que houve uma melhoria de suas habilidades criativas, em parte da sessão. Em ambas as sessões houve a impressão geral de que a comunicação grupal e a habilidade para trabalhar juntos havia melhorado, durante parte da sessão. Em ambas, houve um membro do grupo que não notou nenhuma melhoria de suas habilidades. Embora a habilidade criativa tivesse sido um pouco liberada, pareceu haver um aprimoramento de algumas habilidades mais rotineiras, tais como resolver cálculos aritméticos simples, que surgiram em conexão com os problemas atribuídos. Para algumas pessoas, houve uma transferência das habilidades das duas sessões para os dias seguintes – alguns participantes tiveram novas ideias relativas ao problema ou desenvolveram ideias particularmente interessantes que haviam surgido durante a sessão. Numa situação mais realista, isto teria provavelmente resultado no refinamento e provavelmente na criação de protótipos de novos conceitos.

Nessas duas sessões, o grupo foi relativamente pouco produtivo quando mudou para o segundo problema, que também havia sido escolhido previamente. Em parte, isso aparentemente foi devido à menor motivação (embora os segundos problemas tivessem parecido interessantes quando escolhidos) e, em parte, devido ao fato de os membros do grupo estarem cansados. Outro fator que possivelmente contribuiu em ambos os casos foi que o segundo problema era menos específico e concreto, mais abstrato e, em geral, menos adequado a este tipo de abordagem grupal.

O espírito de fantasia, liberdade, desinibição e espontaneidade pareceu ter liberado a energia criativa de ambos os grupos. Uma pessoa adicional, que participou como observadora (mas que não tomou a droga) conseguiu ajudar os membros do grupo a permanecerem centrados no problema (embora permitisse digressões proveitosas), para pegar sugestões que o grupo deixara passar e que talvez não tivesse retornado, e para ajudar a mover as coisas quando uma abordagem em particular parecia ser improdutiva. Grandes blocos de desenho fornecidos na segunda sessão foram muito úteis para comunicação dos dispositivos e processos

visualizados.

Uma observação incidental da segunda sessão, na qual três dos quatro participantes haviam nascido e sido educados no exterior, foi que houve uma tendência para retornar a pensar na língua materna da pessoa mais do que em inglês.

Outro fator de complicação que surgiu foi o aumento da sensibilidade dos sentimentos de membros do grupo. Na primeira sessão muita atenção foi dirigida a um membro que mostrou dificuldades para acompanhar o grupo e conseqüentemente sentiu-se muito “por fora”. Na segunda sessão, um membro deliberadamente afastou-se quando sentiu que sua contribuição entusiástica muito desproporcional a dos outros resultou numa barreira entre ele e esses outros. A impressão geral foi de que os sentimentos assumiram uma importância maior que o habitual e provavelmente se tornaram um problema não previsto.

Sessão número Um

As primeiras três horas da primeira sessão foram passadas ouvindo música, numa conversa leve e um exame grupal introspectivo da ansiedade e do bloqueio da expansão da mente de um dos membros. (Em retrospecto, o grupo concordou que colocar um membro “sob os holofotes” quando ele estava incapaz de participar não era uma boa prática. O indivíduo precisa de liberdade para ficar em silêncio, bloquear, bloqueado, ansioso e assim por diante sem se sentir julgado pelo restante do grupo.)

Depois deste período preparatório, o grupo foi lembrado do problema sobre o qual haviam concordado: a criação de brinquedos, jogos e equipamento de parque infantil novos e com valor comercial. Surgiram propostas de que os brinquedos deveriam ser educacionais, no sentido de encorajar descobertas, encantar e evocar um sentimento de realização. O Membro D sugeriu que as mães gostariam de um brinquedo que não precisasse de supervisão enquanto a criança brincava com ele, de forma que ela não tivesse que interromper suas tarefas domésticas. O membro B notou que a TV faz isso, porém seu valor para criança é questionável, e propôs um jogo para se jogar como a televisão, talvez com a possibilidade de uma descoberta acidental ou espontânea.

O membro D estava interessado nas possibilidades comerciais de um jogo que tivesse que ser comprado (talvez no supermercado local) para

assistir e participar de um programa de TV. O membro A sugeriu a possibilidade de um “kit de conhecimento” para acompanhar programas especiais sobre botânica e outras áreas da ciência. Isto foi aceito e surgiram várias sugestões com relação a usar o potencial de materiais facilmente disponíveis, como flores e vegetais, no conteúdo de um “kit de botânica” (por exemplo: microscópio, micrótomo, espécimes), com a oportunidade de mostrar processos vitais em ação, e assim por diante. O membro D sugeriu o exemplo de um programa sobre uma rosa, talvez examinando-a do ponto de vista de um botânico, de um biólogo, de um poeta, e assim por diante, com o objetivo sugerido de aumentar o conhecimento perceptivo. O membro B perguntou o que poderia ser feito com um fungo ou qualquer outro organismo de crescimento rápido para criança fazer experimentos, possivelmente acompanhados de filmes com paradas de cena sobre o ciclo do crescimento de uma rosa, por exemplo. A essa altura, o grupo decidiu que a ideia já tinha sido suficientemente discutida e que seria preciso trazer um botânico para avançar nessa ideia.

O membro B sugeriu que o grupo pensasse na possibilidade de um brinquedo para desenvolver a descoberta agradável em relação ao próprio corpo, e algo que exigisse coordenação muscular e promovesse o sentido do equilíbrio agradou ao grupo. Foi sugerida alguma forma de simular o surfe no quintal, mas isso pareceu muito caro. Alguém lembrou os aspectos atraentes de um pula-pula; ele exige equilíbrio e coordenação muscular, não é coercitivo e permite muitas possibilidades, incluindo a possibilidade de um “acidente engraçado”. Foi sugerida uma prancha suspensa sobre uma superfície macia. O membro A lembrou que, quando criança, havia assistido campeonatos de lenhadores que rolavam troncos e sugeriu uma versão disso para quintais.

Disso resultou uma versão que era um tronco cilíndrico com apoio nas extremidades em rolamentos com suportes de mola, que permitiam ao tronco girar livremente, mas também balançar, subir e descer. O tronco precisaria ter ao seu redor algum tipo de acolchoado macio para impedir a queda da criança; uma variante sugerida foi o uso de colchões de ar com fizesse barulho de “puns”, em caso de quedas. Outra versão, para piscinas, era um tronco oco com uma superfície rugosa, equipado com defletores internos, parcialmente preenchido com algum líquido para torná-lo mais lento e fácil para a criança permanecer sobre ele.

O grupo decidiu mudar para um brinquedo para dias de chuva, que ocuparia uma criança pequena por muito tempo. O Membro A lembrou-se de um brinquedo simples que um amigo havia feito para seu filho pequeno, que consistia em quatro lâmpadas e quatro interruptores. Várias sugestões do grupo desenvolveram essa ideia para a de um conjunto de luzes e outro conjunto de interruptores com um painel de tomadas na parte de trás para ligar as luzes e os interruptores de maneiras distintas. Um tipo de jogo consistiria na seleção ao acaso de um arranjo de circuitos para achar experimentalmente as combinações que resultassem no acendimento de todas as luzes ao mesmo tempo. Este brinquedo tinha a possibilidade de versões mais simples para crianças pequenas e mais elaboradas e desafiadoras para adultos.

Um membro mencionou que trenzinhos elétricos parecem ser o tipo de brinquedo que fascinam particularmente meninos. Houve uma breve discussão sobre quais seriam as características responsáveis por isso, e foi sugerido pensar em outros brinquedos que tivessem essas mesmas características.

Como isso não pareceu ser imediatamente produtivo, um membro propôs que se considerasse algum brinquedo que também promovesse a sensibilidade estética, mas que fosse um pouco mais estruturado do que simplesmente fornecer suprimentos de materiais de artes ou argila de modelagem, por exemplo. O membro B sugeriu que se trabalhasse com a percepção visual do espaço, e isso acabou resultando na sugestão de um *kit* do tipo “construa sua própria caverna”. Alguém perguntou se poderia melhorar os materiais de construção com cadeiras, mesas e cobertores. Foi dito que as crianças preferem cobertores a painéis ou pranchas de fibra ou outro material duro e frio. Isso levou a uma discussão sobre o sentido do tato, e de brinquedos que desenvolveriam a percepção tátil. O membro B propôs um jogo apenas com estímulos táteis: diferentes tipos de texturas, viseiras extravagantes para eliminar as impressões visuais, ou cartões baratos formados a vácuo com codificação tátil.

O grupo decidiu então passar para o segundo problema, que era a seguinte questão: “quais problemas sociais mais provavelmente exigirão soluções durante a próxima década?”. Foi proposto que o grupo se imaginasse nomeado por algum executivo para estudar metas nacionais. Como ponto de partida, a pergunta “para que serve a sociedade?” foi

posta em discussão.

Entre várias outras repostas, foram mencionadas sobrevivência e segurança psicológica. O membro C e outros destacaram problemas da expansão continuada de nós mesmos através do progresso, da tecnologia e de seus efeitos sociais – o distanciamento dos processos naturais vitais, o desaparecimento de respostas afetivas pela necessidade de ser racional, a perda do sentido do trabalho e os efeitos desumanizantes dos métodos de produção em massa, entre outros. O problema central pareceu ser a pobreza espiritual, a falta de sentido e a perda de contato com os processos básicos vitais. Nessa altura, foram feitas várias observações sobre a existência de pouco pensamento grupal em andamento; em seu lugar, o que estava havendo eram expressões de vários pontos de vista individuais. Ficou aparente que não estava havendo trocas no grupo, como tinha acontecido com o problema do brinquedo, e o grupo sentiu a necessidade de trabalhar em algo pouco mais específico.

O membro C propôs planejamento urbano como um aspecto mais específico do problema geral. O grupo concordou em imaginar que haviam recebido a tarefa de fazer um planejamento para a área da baía, embora dois membros tivessem expressado dificuldade em sentir motivação para resolver problemas de planejamento urbano. Foram discutidos vários aspectos, incluindo conservação de colinas e florestas, aproximar a natureza das comunidades, comunidades do tipo europeu com centros sociais, transporte e a exequibilidade do planejamento central. O membro D retirou-se do grupo, frustrado pela inabilidade que este apresentava para lidar com esse problema de maneira funcional. Pouco depois ele retornou, porém enquanto isso o grupo havia concordado que eles haviam retrogradado. O tempo dedicado ao problema durou por volta de três horas, mas a discussão informal continuou por muitas horas ainda.

Deixamos fora deste relatório o tempo gasto em outro brinquedo que surgiu de uma discussão sobre a necessidade de criar algo para aumentar percepção e habilidades físicas. Chegou-se à ideia de um pequeno pedaço de papel flutuante que poderia ser jogado no vaso sanitário para que o menininho pudesse tentar atingi-lo com o seu jato de urina. Embora na ocasião estivéssemos encantados com a ideia de uma linha de “brinquedo de xixi” para um usuário apenas, isso nunca entrou para o relatório original. Vimos também no esforço grupal geral que, a menos que as

peessoas tivessem com interesse real no resultado, era fácil ser inteligente e ter muitas ideias, mas muito mais difícil levá-la para o próximo nível de solução, onde as considerações práticas tinham que acompanhar as ideias.

Sessão número Dois

Aviso: esta seção foi mais técnica e mais difícil de acompanhar. Pior ainda, o primeiro problema – maneiras de melhorar agulhas e cartuchos de toca-discos. Para quem não conhece bem essa tecnologia, o problema com uma agulha e um disco é que com cada uso, tanto a agulha quanto os sulcos do disco se desgastam. Se você seguir as soluções sugeridas, entretanto, verá que a invenção posterior do CD, que é lido por um feixe de laser, foi antecipada de várias formas neste sessão.

O segundo problema, projetar um equipamento de armazenamento analógico, não é mais fácil de seguir para quem não é do ramo. Esta seção, como a anterior, destaca os tipos de intenção e preparação necessários para o sucesso. Além disso, como verá, à medida que os problemas se tornam mais genéricos, o interesse diminui.

Passou-se a primeira hora após administração do agente psicodélico em uma conversa informal. E os cem minutos seguintes, ouvindo música, sem conversa. Lá pelo final deste período, houve uma distorção no sistema de som, que causou uma perturbação generalizada. O primeiro problema escolhido foi o desenvolvimento de um cartucho de agulha de toca-discos melhorado que produzisse menos distorção e com o menor desgaste com seu uso. O membro H relatou que durante a última parte da música (depois que a distorção começou), ele havia imaginado vividamente ser a agulha subindo e descendo pelas ondulações das faces do sulco. Achou isso muito incômodo. Ele descobriu que se sentiu muito melhor flutuando sobre o sulco e sentindo da mesma forma as variações da superfície – algo como um avião mapeando o terreno com um sonar.

O membro G sugeriu usar um feixe de luz concentrado ou de ultrassom como sensor. Isto foi bastante discutido em seguida. Parecia haver duas partes do problema: obter a “plataforma espacial” para acompanhar o sulco e obter a informação dos dois canais estereofônicos impressos dos lados do sulco. Possivelmente a diferença entre os dois sinais de informação poderia ser analisada e utilizada para esse rastreamento. Foram propostas várias maneiras para obter o sinal da informação do feixe

refletido, que incluía medir a amplitude, a mudança de fase, a mudança de *doppler*, a modulação da fase ou da amplitude do transportador ou ainda a amplitude ou o retardo dos pulsos. Alguém notou que várias dessas poderiam funcionar, mas sua comparação exigiria uma análise que seria melhor efetuada fora da sessão grupal.

O membro E levantou a questão da importância de realmente eliminar completamente a agulha. O desgaste do disco era um problema, mas ele poderia ser reduzido pelo toque mais suave sobre os sulcos. O membro G propôs ter o braço do toca-discos numa almofada de ar (através de um fluxo de ar dirigido para baixo do cartucho). Isso permitiria colocar um certo peso sobre o disco, para garantir um bom contato mecânico, porém, sem realmente tocá-lo. Uma agulha extremamente leve poderia seguir as variações com a mínima força mecânica sobre as faces do sulco. Foram discutidos vários métodos, tais como o uso de bobinas magnéticas ou feixes de luz, para se obter a informação da agulha ao mesmo tempo em que a massa da parte que se move fosse mantida extremamente baixa. Uma das propostas foi o uso de uma agulha oca, mantida distante do sulco por um pequeno fluxo de ar expelido pelo seu centro, de forma que nem mesmo a agulha precisasse realmente tocar os lados do sulco na medida em que seguisse as variações da superfície.

Neste ponto, surgiu uma proposta alternativa, a de voltar para um sistema mecânico convencional, mas colocar duas agulhas ultraleves num cartucho suspenso logo acima da superfície do disco. A primeira agulha, à frente da agulha de captação, como uma locomotiva, forneceria através de bobinas de captação um sinal para o sistema servidor mover o suporte do cartucho. A segunda agulha, seguindo o sulco, captaria os dois sinais de informação. (Foi apontada a possibilidade de combinar essas funções em uma só agulha.)

O membro H observou que era necessário considerar a captação capacitiva, e lembrou como ele se sentiu incomodado como uma agulha de toca-discos. “Quando você se *sentiria* à vontade no sulco?”, perguntou o membro F. O membro E relatou que se imaginou pendurado na plataforma espacial, um pé em cada lado do sulco, como se estivesse num *skate*, acompanhando a superfície do sulco. “É sensacional! É como cavalgar dois cavalos ao mesmo tempo no circo”, disse. “O sulco parece muito grande. O

problema é como fazê-lo e se divertir ao mesmo tempo”. O membro H notou que a coisa de que ele menos gostara, enquanto agulha, foi a imprevisibilidade com que os solavancos e as ondulações da superfície do sulco o haviam golpeado. O membro F disse que se você estivesse viajando sobre o sulco, você poderia ver adiante e antecipar as mudanças. Esta abordagem foi abandonada sem explorações posteriores.

Houve poucas sugestões sobre o emprego de captadores separados para os dois canais ao invés de captar os dois componentes de movimento da dupla quadratura numa única agulha. A discussão, porém, pareceu estagnar, e o observador propôs passar para o segundo problema. (O tempo gasto no primeiro problema foi cerca de duas horas.)

O segundo problema era projetar um elemento para o armazenamento de informação analógica (isto é, contínua em oposição à digital). Como exemplo tínhamos um capacitor e uma placa eletrolítica para armazenar informação proporcional a carga elétrica. Um baixo poder de condução, o tamanho pequeno, custo razoável, leitura persistente e possibilidade de apagamento eram características desejáveis, mas também estava incluída a linearidade, embora isso fosse menos importante. O membro F perguntou como a informação analógica é armazenada na natureza. O membro G notou que a informação genética é em forma digital. O membro H sugeriu algo semelhante a íons de “congelamento”, como a orientação de íons polarizáveis no eletreto. Foram discutidas várias possibilidades na linha da operação de um tubo de transmissão de TV em circuito fechado.

O membro G descreveu uma célula com eletrodos em cada extremidade, preenchida com um material transparente no qual partículas ionizadas opacas tivessem liberdade de movimento limitada. Uma voltagem aplicada aos eletrodos faria as partículas se moverem para uma das extremidades, afetando a transmissão da luz detectada por uma fotocélula.

Surgiram diversas outras propostas sobre fenômenos físicos, incluindo a rotação de um campo magnético ou de partículas magnéticas num campo, o deslocamento das paredes dominantes em material magnético e um buraco cujo diâmetro dependesse da amplitude do sinal, captada pela quantidade de luz que passasse por ele. O observador seria incapaz de ficar fora dele e a frequência, uma quantidade analógica conveniente; um circuito não linear condicionalmente estável poderia ser instalado para

iniciar e manter as oscilações na frequência da entrada do sinal de pulso. Logo depois disso, a sessão foi encerrada. (O tempo total gasto nos dois problemas foi de três hora e quarenta e cinco minutos.)

Nenhum dos membros do grupo havia tido experiências com psicodélicos, e eles tiveram opiniões variadas sobre a melhoria que sentiram. O membro E achou que seu nível de criatividade em nenhum momento superou sua norma habitual. Durante a parte inicial da sessão ele sentiu que “se é que houve alguma coisa, eu estava funcionando abaixo da expectativa... posteriormente, senti que estava funcionando em meu padrão usual”. No outro extremo ficou o membro G, que relatou que se sentiu capaz de trabalhar excepcionalmente bem com o grupo. “As ideias surgiam numa velocidade de tirar o fôlego... Eu estava feliz por poder trabalhar muito mais depressa do que o H. Em geral não é assim”.

Expectativa de Experimentos Futuros

Atualmente, há a sensação de que a abordagem de resolução de problemas criativos em grupo tem um potencial considerável, mas também alguns problemas previamente insuspeitados. Uma questão não resolvida é em que medida (no sentido positivo ou negativo) uma experiência psicodélica precedente com alta dose afeta o desempenho em sessões de resolução de problemas com doses pequenas. (Os quatro participantes da sessão número Dois estão planejando participar de experiências com alta dose nos próximos meses, depois do que participarão de sessões de resolução de problemas com baixa dose, para comparação. É preciso trabalhar mais a arte de otimizar o uso efetivo das poucas horas do pico de criatividade.

Quando esse relatório foi escrito, dado os resultados, nenhum de nós poderia imaginar que o governo interromperia a linha de pesquisa. A sessão posterior prevista com as mesmas quatro pessoas da sessão Dois não ocorreu. Uma das razões foi a decisão de que esse tipo de sessão tinha provado que o trabalho intelectual no alto nível era possível, mas por se concentrar em indivíduos com um forte desejo de resolver seus próprios problemas técnicos, poderíamos esperar (e achamos que isso fosse verdade), resultados mais impressionantes e publicáveis.

Uma nota histórica final: os dois grupos aqui relatados não foram os primeiros grupos que organizamos. O primeiro grupo a testar se um psicodélico poderia ser usado para examinar detidamente problemas

científicos convencionais foi nossa própria equipe. O problema que escolhemos para nós mesmos era desenhar um protocolo experimental que testasse essa hipótese. Em outras palavras, quatro de nós desenvolvemos o estudo relatado nesses capítulos depois de termos tomado um psicodélico. Um dos resultados foi que, como estávamos muito interessados em ver se isso funcionaria, a variável de quanto alguém se preocupava com um problema, que posteriormente tornou-se um critério central de sucesso, nunca surgiu.

Naquela noite tive um entendimento que marcou para sempre minha visão dos efeitos dessas substâncias sobre a consciência, especialmente a criatividade. Observei que as chamadas estabilidades perceptivas não sobrepujavam minhas percepções visuais reais. Uma estabilidade visual é a capacidade que o cérebro tem de reter uma imagem imutável apesar do fato de que sua representação real muda. Por exemplo, se um homem abre uma porta e entra numa sala comprida, em cuja outra extremidade você está sentado, o que você vê visualmente, é uma pessoa muito pequena que cresce rapidamente de tamanho à medida que se aproxima de você. Entretanto, o que sua mente lhe revela é que essa pessoa parece ser do mesmo tamanho, à medida que se aproxima. Esta reorganização da percepção é contínua. Se você se sentar calmamente e olhar para um poste, ele permanece parado, mesmo que alguém observe seus olhos e os vir fazendo pequenos movimentos constantes de deslocamento, o que nós chamamos de “brilho” quando os vemos em olhos de outras pessoas.

À medida que observei minhas próprias estabilidades se afrouxando durante aquela tarde, percebi que, se tal processo fundamental de filtragem e reorganização, que é básico para a sobrevivência humana, poderia ser posto de lado, então parece razoável supor que os filtros que mantemos em relação a nossos pensamentos (por exemplo, crenças, atitudes, preconceitos, inibições, compulsões, linguagem, restrições culturais) também poderiam ser postos de lado e configurações novas e originais poderiam não apenas se formar, mas teriam menor probabilidade de ser rejeitadas. Pode ser que muitos de nossos métodos utilizados para estimular ou aumentar a criatividade realmente sejam mais para reduzir a “não criatividade” e que a percepção normal é muito mais fluida, flexível, inovadora e motivadora do que consideramos.

A

O EXPERIMENTO DA REVISTA LOOK

O Projeto da Edição sobre a Califórnia

GEORGE LEONARD

Este capítulo foi extraído do livro de George Leonard, Caminhando na margem do mundo, de 1988¹. Em 1966 George era editor sênior da revista Look e os eventos que ele descreve representam os experimentos mais bem-sucedidos do grupo de resolução de problemas. De muitas maneiras, é um modelo daquilo que pensamos que poderia ter sido possível. Pessoas abandonando vínculos com suas próprias ideias e deixando que ocorresse a evolução natural de novas ideias.

A questão que mais me perguntam sobre essa forma de usar psicodélicos é se esses surtos de criatividade perduram. A última parte deste capítulo inclui descrições dos pós-efeitos de alta energia que Leonard vivenciou nas semanas seguintes à sessão.

O gênio saíra da lâmpada, e as autoridades estavam se tornando cada vez mais alarmadas. Jovens encharcados de ácido que iam a bailes ou a parques de diversões destruíram o conceito, que eu havia partilhado, do LSD como uma droga estritamente sacramental.

Certa manhã, Jim Fadiman, um psicólogo pesquisador da Fundação Internacional para Estudos Avançados, telefonou e perguntou se eu tinha um problema criativo específico no qual estivesse trabalhando; se tivesse, ele gostaria que Paul Fusco [fotógrafo da Look] e eu participássemos de um experimento sobre a resolução de problemas criativos com psicodélicos. Bem... havia também os portfólios de fotos da abertura e do

encerramento dos ensaios da edição sobre a Califórnia. “Acho que não haverá problema”, ele disse...

Entretanto, eu não estava muito animado em fazer aquela viagem. “Você pode perguntar ao Mike,^{*} se quiser”, disse Fadiman, talvez percebendo minha relutância. “Ele é um excelente solucionador de problemas criativos”.

Na noite da véspera do experimento, nos encontramos no conjunto de escritórios e salas de conferência da Fundação, não longe da Universidade de Stanford, [onde fomos informados] sobre o projeto de pesquisa e nossa participação nele.

Passamos a noite num motel perto dali e nos apresentamos para a sessão às 7h30 da manhã. Depois de nova sessão de informação, [recebemos] xícaras miniatura de prata numa bandejinha de prata. As xícaras continham pequenas pílulas brancas. Nós, os viajantes, saudamos um ao outro e engolimos as pílulas. Fomos então levados para uma sala com sofás e almofadas. Fomos equipados com fones de ouvido estereofônicos e nos sentamos num chão acarpetado que era como uma almofada.

Nas quatro horas seguintes, ouvimos um programa de música gravado para aquela sessão: sonatas para flauta de Bach, a Sheherazade de Rimsky-Korsakov e uma série de ragas hindus. Quando a música hindu começou, senti a sinuosidades escura da cítara como a conectividade de tudo que há no universo e a batida constante da tambura como a base essencial da qual surgia a trama infinita. Minha própria existência independente tornou-se uma simples fagulha numa infinidade de fagulhas similares, ou nem mesmo isso, simplesmente uma espécie de percepção generalizada inteiramente independente do momento e do lugar.

Então – subitamente, inesperadamente – um acorde maior brilhante, uma série de tríades maiores ascendentes, o som pleno

da garganta de um órgão da igreja: um concerto para órgão de Handel! E ali estava eu numa grande catedral gótica com a luz do Sol fluindo através das janelas de vidro colorido de dourado. Toda a escuridão, toda a sinuosidade desapareceu num piscar de olhos, e havia apenas aquela claridade, aquela luz dourada...

Quando a música terminou, levamos o que pareceu um tempo enorme para nos esticarmos, sentarmos e nos prepararmos para trabalhar. Mike já tinha tomado algumas notas. Paul e eu pegamos nossos blocos de anotação e folhas de leiaute, e estávamos prontos para começar.

Poucos minutos antes que começássemos a falar, eu já havia visualizado todo o leiaute: três páginas duplas de fotos coloridas, com apenas uma ou duas fotos em cada página dupla. A primeira página dupla era sobre o tema “Todos os homens são irmãos” e consistia em uma grande foto, quase monocromática, de pessoas brancas e negras. A segunda página dupla tinha como tema o futuro. Do lado esquerdo havia um imenso incêndio consumindo suásticas, armas, bombas e mísseis, enquanto à direita, em tons de ameixa escuro, havia uma foto de todas as raças vivendo em harmonia. O tema da última página dupla era “A alegria do agora”. À esquerda havia uma bela jovem, nua, num leito de relva e flores douradas. À direita havia um crucifixo superposto numa face indistinta que representava a morte, com uma luz dourada fluindo de trás. A alegria e a morte de alguma forma pareciam combinar, seja numa relação contrastante ou complementar.

Meus colegas receberam essa visão com pouco entusiasmo. Gradualmente percebi que era muito ruim, o que apenas me fez defendê-la mais vigorosamente. Paul disse que as figuras tinham que ficar em termos humanos, não simbólicos, especialmente não aqueles clichês que eu havia sugerido. Cedi; minha solução prematura não era apenas ruim, era horrorosa.

Mike sugeriu o lar como uma metáfora. Ele assinalou que a

América nunca encontrou realmente um lar. Único lar está em Deus, mas por não perceber isso, os norte-americanos estão para sempre aprisionados numa polaridade entre, de um lado, o conforto e a segurança, e pela aventura e a expansividade, de outro. Nunca podemos encontrar nenhum deles até percebermos que o lar é Deus. Muito bom, mas que fotos isso sugeria? Paul viu o conceito de lar menos em Deus do que na família. Ao menos você pode fazer fotos de uma família.

Nossa conversa começou a se movimentar em círculos cada vez mais amplos: a aventura e a expansividade do programa espacial; a pílula anticoncepcional, que estava tornando o nascimento de uma criança uma escolha moral; o poder avassalador da tecnologia, que estava tornando todas as escolhas potencialmente uma escolha moral; a possibilidade de um estado policial em reação às explosivas mudanças de costumes e de morais; novas formas de envolver o leitor – a inclusão de cartas do leitor na revista, por exemplo. O título dessa edição era “Califórnia: Um Novo Jogo com Novas Regras”, mas por mais estranho que pareça, continuamos circulando de volta aos temas mais básicos: lar, família, Deus...

No meio da tarde, pouco antes de nossa sessão terminar, a esposa de Jim, Dorothy, chegou. Ela era uma mulher adorável com olhos particularmente encantadores. Quando ela olhou para Jim, Paul viu algo em sua expressão, uma espécie de intimidade extática, que, no que lhe dizia respeito, resolveu completamente o problema das fotos da matéria. Ele passou o dia seguinte fotografando Dorothy sozinha, e com o Jim. Dois dias depois, Paul veio para o escritório com uma seleção de *slides*. Todos ali, inclusive o pessoal da publicidade, reuniram-se numa sala escura para vê-los. Havia *closes* de Dorothy olhando botões de acácia dourada, olhos arregalados de admiração, e de Dorothy num

campo de flores douradas de mostarda abraçada a Jim. As fotos eram esplêndidas. Os botões de flores ardiam na tela como ouro fundido. A expressão na face de Dorothy justificava inteiramente minha frase irresponsável “A alegria do agora”.

Mandei buscar champanhe e saudamos Paul, a edição sobre a Califórnia e o futuro. Nossa sessão com psicodélicos e nossa sessão de seis horas de resolução de problemas de criatividade não tinham sido necessárias para Paul fazer as fotos de Dorothy Fadiman. Ou tinham? Em todo caso, as coisas haviam funcionado perfeitamente. Parecia que estávamos operando num estado de graça, e nada, absolutamente nada, poderia dar errado.

[Alguns dias depois], numa segunda-feira de manhã, Mike eu entramos nos escritórios da *Look* [em Nova Iorque] para nos reunirmos com Paul e T. George Harrison [o superior imediato de Leonard] para dar os toques finais naquela edição.

Na verdade, as coisas estavam bem avançadas. Se, por um lado, estávamos um pouco eufóricos demais, por outro, estávamos também muito bem organizados; todas as histórias estavam na casa e estávamos adiantados em relação ao cronograma – uma situação rara para qualquer revista. De fato, isto dava um prazo de duas semanas para os membros do Conselho Editorial, e todos no 11º andar estavam com um espírito de feriado. Quanto ao nosso grupinho, parecia que estávamos enfeitiçados, que poderíamos caminhar através do fogo, e que toda a vida era um jogo maravilhoso.

De volta ao escritório de São Francisco, eu tinha três semanas para escrever os dois textos bem como as legendas para os dois portfólios de fotos. As fotos e os layouts já haviam sido enviados para a gráfica. As palavras, como sempre, tinha que encaixar exatamente no espaço destinado a elas.

Eu estava escrevendo para revista *Look*, para mais de trinta

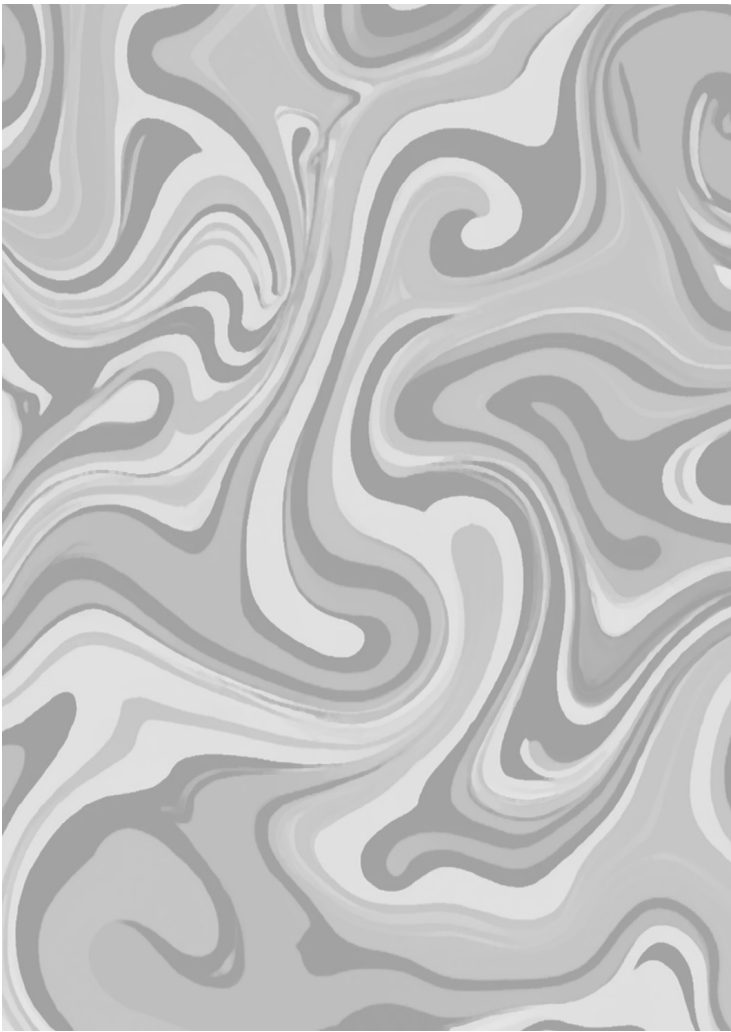
milhões de eleitores. O que eu estava escrevendo era verdade. As tendências estavam ali, sem dúvida, mas eu estava também escrevendo sobre um sonho pessoal. À medida que me aproximava do encerramento do texto, eu estava novamente voando alto, e as ideias que eu havia pensado durante anos estavam se derramando... À medida que eu datilografava os parágrafos do encerramento, tive uma visão inesperada de uma bandeira com quadrados agitada diante de mim, sinalizando um final vitorioso.

Até aquela altura, o fermento de ideias e atividades centrados em *Esalen* [o primeiro e mais importante “centro de crescimento” no Big Sur] e outras instituições similares da Califórnia era praticamente desconhecido pelo público. Milhões de pessoas saberiam sobre eles pela primeira vez pela edição de 28 de junho de 1966 da revista. Se aquela edição era uma reportagem, também era um manifesto, e eu deveria ter suspeitado que também causaria uma certa controvérsia. Mas eu não tinha ideia da tempestade que ela desencadearia no dia 14 de junho de 1966, o dia em que a revista foi para as bancas. A medida que o verão de 1966 avançava, percebi com a certeza crescente que o 14 de junho havia sido fundamental em minha vida. Ao produzir uma edição da revista *Look* sobre um novo jogo com novas regras, eu havia revelado algumas das regras não escritas do velho jogo. E eu havia criado um novo jogo com novas regras para mim mesmo. Eu não sabia então que, antes que a década terminasse, eu atrairia a desaprovação do governo federal e que o editor-chefe da revista *Look* receberia a oferta de milhões de dólares para me despedir, mas eu sabia que nada nunca mais seria como antes.

¹*Mike Murphy era o proprietário e diretor de *Esalen*. Posteriormente George Leonard se tornou

vice-presidente da *Esalen*.

A



FECHAM-SE AS PORTAS DA PERCEPÇÃO

O dia em que a pesquisa foi proibida

Em 1966, havia em todos os Estados Unidos da América cerca de 60 projetos que investigavam ativamente o LSD. Alguns eram estudos terapêuticos: um, na Universidade da Califórnia, em Los Angeles, obteve um resultado notável ao conseguir que crianças autistas se comunicassem; outros trabalhavam com animais, macacos, ratos, peixes, e até mesmo insetos. As aranhas teciam teias radicalmente diferentes quando recebiam diversos psicodélicos. Um ano antes o psiquiatra Jolly West dera uma quantidade letal de LSD para um elefante, que morreu; mas a dose que ele tomou era centenas e centenas de vezes mais alta do que qualquer ser humano já havia tomado ou poderia tomar.

Nem mesmo esse desastre muito divulgado interrompeu a pesquisa em todo o mundo. A empresa farmacêutica Sandoz, na Basileia, Suíça, desenvolvedora do LSD, havia recentemente publicado resumos dos primeiros mil estudos com humanos. O LSD era a substância psicoativa mais estudada no mundo. Este capítulo foi editado de “Abrindo as portas da percepção”, do livro Time It Was: American Stories from the Sixties,¹ editado por Karen Manners Smith e Tim Koster.

A data é início de 1966. Quatro de nós estamos sentados ao redor de uma mesa, retirados de uma sala de reuniões por um momento para responder ao conteúdo de uma carta com entrega especial. De volta à sala, quatro homens estão deitados em sofás e almofadas, os olhos protegidos da luz do dia por viseiras, ouvindo um quarteto de cordas de Beethoven em fones de ouvido estereofônicos. Cada homem, um cientista sênior, havia tomado 100 µg de LSD – uma dose baixa – cerca de duas horas antes. Dois desses homens trabalham em diferentes projetos para o Instituto de Pesquisa de Stanford, outro trabalha para a Hewlett-Packard, o último é um arquiteto. Todos são altamente qualificados, altamente respeitados e muito motivados para solucionar problemas técnicos. Cada um deles trouxe para aquela sessão problemas nos quais trabalhavam havia no mínimo três meses e que não conseguiam resolver. Nenhum deles havia

tido experiência prévia com psicodélicos. Dentro de duas horas, planejamos remover suas viseiras, seus fones de ouvido, desligar a música, oferecer-lhes alguns salgadinhos, que provavelmente nem tocarão. Iremos, então, ajudá-los a se focalizarem nos problemas que trouxeram para resolver. Eles constituem o quinto ou sexto grupo que organizamos. O governo federal aprovou o estudo como uso experimental de uma “droga nova”, uma droga ainda sob análise, não disponível comercialmente.

O LSD era extraordinário em dois sentidos. Um: ele era efetivo em microgramas (em doses de um milionésimo de um grama). Isso o tornava uma das substâncias mais poderosas já descobertas. Dois: ele parecia ter o efeito de mudar radicalmente a percepção, a consciência e a cognição, mas não de maneira previsível. Estes resultados pareciam depender não apenas dos efeitos da droga, mas igualmente da situação dos sujeitos – o que lhes havia sido dito que vivenciariam sob o efeito da droga e, mais interessante ainda para ciência, do estado mental do pesquisador, se ele ou ela tinha ou não comunicado seu ponto de vista aos sujeitos em qualquer estudo.

Em suma, eis uma substância cujos efeitos dependiam em parte das expectativas mentais tanto do sujeito quanto do pesquisador. Com frequência, os participantes desses estudos haviam vivenciando o que parecia ser profundamente terapêutico, jubilante e modificador da vida, com conteúdo religioso ou místico, mas também podiam ter vivenciado coisas profundamente perturbadoras, confusas ou aterrorizantes.

Os efeitos posteriores da experiência pareciam mais como aprendizagem do que simplesmente a passagem de uma substância química pelo cérebro e pelo corpo. O LSD era o gênio da lâmpada, e havia lâmpadas com ele por todo país, e também num número crescente de laboratórios e institutos de pesquisa dentro e fora do país.

Quando aquela carta com entrega especial chegou da Administração Norte-americana de Alimentos e Drogas (FDA), nenhum de nós sabia ainda que muitas das conferências precedentes de pesquisadores sobre o LSD haviam sido patrocinadas por fundações financiadas secretamente pela CIA, nem que o exército norte-americano havia dado substâncias psicoativas para membros dos corpos militares e civis, e para prisioneiros, sem que nenhum deles soubesse. Tampouco sabíamos que todos os projetos do país, exceto aqueles organizados por serviços militares ou pelo serviço secreto, tinham recebido uma carta semelhante no mesmo dia.

Sentados em Menlo Park, na Califórnia, nos escritórios da Fundação Internacional para Estudos Avançados, nós quatro, mais uma equipe de apoio, estávamos conduzindo o único estudo destinado a testar a hipótese de que esse material poderia melhorar o funcionamento das partes racionais e analíticas da mente. Estávamos tentando descobrir se o LSD poderia ser usado para aumentar a criatividade pessoal de formas passíveis de mensuração, ao invés de desviar pessoas para surpreendentes paisagens interiores de cores e formas ou para aventuras de exploração mística ou de terror psicopatológico.

Tinha havido uma série de estudos muito bem-sucedidos no Canadá mostrando que o LSD, ministrado em ambiente seguro e solidário, levava a uma alta taxa de redução da ingestão de álcool por alcoolistas crônicos. Outros estudos, conduzidos na Califórnia do Sul pelo doutor Oscar Janiger, mostraram que o trabalho de artistas mudara radicalmente durante uma sessão com LSD e que essa mudança havia se mantido posteriormente. Entretanto, havia uma discussão do mundo artístico, e no mundo científico, sobre se essa arte era ou não “melhor”. Nossa equipe queria ver se outro aspecto do processo criativo – a resolução de problemas técnicos – poderia ser melhorado pelo uso dessa substância.

A resposta de nossos estudos até então era um sonoro “sim”. Estávamos, bem como nossos participantes, com a quantidade de soluções novas e efetivas que surgiu de nossas sessões. As empresas (nossos clientes) e os institutos de pesquisa estavam satisfeitos com os resultados (ainda que não plenamente informados sobre como haviam ocorrido). Outros membros de grupos de pesquisa, incluindo membros que haviam trabalhado conosco, pediam para serem incluídos em nosso estudo. Era uma época muito satisfatória.

A carta era da Administração Norte-americana de Alimentos e Drogas (FDA). Era curta. Notificava oficialmente que, a partir de seu recebimento, nossa permissão para usar esse tipo de substância, nosso protocolo de pesquisa e nossa capacidade para trabalhar com essas substâncias – de qualquer maneira, sob qualquer forma ou apresentação – estava encerrada.

Eu era, de longe, o membro mais jovem da equipe de pesquisa, um estudante de graduação no Departamento de Psicologia de Stanford, ao qual eu não informara sobre a pesquisa. Dois dos outros eram professores

titulares de Engenharia em Stanford, em dois departamentos diferentes, e o quarto era o fundador e diretor da Fundação, um cientista de carreira, que havia se aposentado precocemente e criado um instituto sem fins lucrativos para entender melhor a inter-relação entre consciência, experiências pessoais e espirituais profundas e essas substâncias.

Logo, logo tínhamos que voltar para aquela sala onde os quatro homens estavam deitados, com suas mentes literalmente se expandindo. Eu disse: “Acho que temos que entrar num acordo que recebemos esta carta amanhã”. Então, fomos cuidar de nossos sujeitos – agora último grupo de pessoas que teriam o privilégio de trabalhar com essas substâncias em problemas de sua escolha, com o apoio legal do governo e a supervisão durante pelo menos os próximos quarenta anos.

Como fui parar naquela sala na Fundação Internacional para Estudos Avançados? Poucos anos antes, eu era um escritor que residia em Paris, no sexto andar de um prédio sem elevador, vivendo com o mínimo possível, dormindo em estações de trem e albergues quando viajava e ficando com quem me aguentasse e pudesse alimentar-me. Como se dizia sobre muitas de nossas vidas, naquela época, era uma longa e estranha viagem.

O que me enviou de Paris para Stanford e um mergulho de cabeça na pesquisa psicodélica foi não apenas uma visita de meu professor favorito da faculdade (posteriormente conhecido como Ram Dass), e seu amigo Timothy Leary, mas também uma nota cordial de minha seção de alistamento militar perguntando sobre meu paradeiro e meus planos futuros. Percebi que havia um fuzil M-1 à minha espera, para ser embalado nas dobras de meus cotovelos e rastejar através da lama e da vegetação densa do Vietnã, enquanto balas eram disparadas por cima da minha cabeça nas duas direções, dando-me a oportunidade de morrer ou por fogo inimigo ou por fogo amigo. Em minha mente, ir para guerra não fazia o menor sentido, de forma que retornei para os Estados Unidos para o paraíso do adiamento do alistamento proporcionado por um curso de pós-graduação.

Para o bem do serviço militar e da nação, tinha certeza na época, e permaneço com a mesma certeza hoje, que me manter longe da guerra era a melhor alternativa. Quando você tem uma longa história, tanto no colégio quanto na faculdade, de ser o último escolhido para todos os esportes, não supõe que vá fazer sucesso na infantaria, muito menos

atingir um nível de competência necessária para o combate real. Vi minha bolsa governamental para estudar psicologia como o governo dizendo que era melhor manter-me fora do que ter que lidar com os possíveis riscos para os outros e para mim mesmo, uma vez incorporado.

Minhas razões para mergulhar na pesquisa psicodélica, entretanto, começaram com aquela visita de Alpert e a primeira noite que passamos juntos.

Paris, 1961. Certa noite, estou sentado num café no *boulevard Saint-Michel*, observando todas as pessoas ao redor me observarem. Tenho 21 anos e acabei de tomar psilocibina pela primeira vez, sem ter ideia do que é nem do que faz. Sei que o homem sentado ao meu lado é Richard Alpert, que me presenteou com ela. As cores estão ficando mais brilhantes, os olhos das pessoas são faróis piscando quando olham para mim, e o barulho da rua ressoa dentro de mim como uma transmissão multicanal. Eu digo, tanto quanto a minha voz trêmula: “É demais para mim”. Alpert sorri por cima da mesinha redonda: “Para mim também, mas não tomei nada”.

Voltamos para o meu prédio sem elevador, a poucas quadras dali. O hotel tem uma placa ao lado da porta da frente dizendo que Freud hospedou-se ali. Estou escrevendo um romance e às vezes imagino que no futuro vão acrescentar uma segunda placa. Mas não nesta noite.

Deito-me em minha cama. Alpert senta-se na cadeira. Isso nos conta como era o espaço do quarto. Observo minha mente descobrir novos aspectos de si mesma. Alpert diz que o que quer que minha mente esteja fazendo é seguro e bom. Parte de mim não tem certeza do que ele está falando, outra parte sabe que ele está profundamente certo, outra parte de mim espera que ele esteja.

Uma semana depois, deixei Paris e segui Alpert e Leary até Copenhague, onde eles se reuniram com Aldous Huxley para juntos apresentarem um trabalho num congresso internacional. Leary e Alpert eram professores de psicologia em Harvard e já estavam em meio a uma controvérsia sobre oferecer psicodélicos a estudantes de pós-graduação e outros membros da comunidade acadêmica. Seis semanas depois dessa conferência, voei para a Califórnia para começar o meu trabalho de pós-graduação em psicologia.

Em Stanford, eu levava três vidas. Na vida um, eu usava paletó e gravata e fazia questão de comparecer todos os dias ao Departamento de

Psicologia, visivelmente um estudante fazendo o que podia para aprender da boca dos mestres. Em minha segunda vida, dois dias por semana, eu era um assistente de pesquisa na Fundação Internacional para Estudos Avançados, fora do campus. Ali, participava de sessões de terapia com altas doses (legais) de LSD, que duravam um dia inteiro.

Cada cliente tinha ao menos duas pessoas que apoiavam a experiência. Um homem e uma mulher permaneciam com cada cliente, e havia ainda uma médica que passava pela sessão de vez em quando, se necessário. Não me lembro de ter tido qualquer necessidade médica, mas ela contribuía para uma sensação de apoio e segurança total que tornava as sessões mais benéficas. Além disso, sempre que um ou uma cliente se apresentava voluntariamente em nosso programa, era entrevistado por um psicanalista freudiano, para determinar se a pessoa teria alguma probabilidade de se beneficiar e nenhuma possibilidade de apresentar problemas além de sua capacidade para lidar com eles. Devido à postura indecisa do governo na época, o analista dizia que precisávamos ter perto de 100% de sucesso, algo não solicitado de nenhuma outra terapia, nem conseguido por nenhuma delas. Minha terceira vida era passada com pessoas que viviam em torno de Ken Kesey.

Elas usavam psicodélicos de todos os tipos, bem como estimulantes, sedativos e maconha, até mesmo álcool e cigarros. Um dos membros trabalhava para uma cadeia farmacêutica e chegava a todas as reuniões com os bolsos cheios de amostras.

Era um grupo de foras da lei, mas não de delinquentes – eram mais para rompedores de paradigmas. O LSD e muitas das outras drogas não eram ilícitas no início dos anos 1960, mas seu uso, especialmente fora de qualquer ambiente de pesquisa ou médico, não era socialmente aceito. Esses exploradores do espaço interno estavam fazendo pesquisa de campo, explorando como era ter livre acesso a essas drogas fora de qualquer controle ou restrição, exceto a autopreservação. Naqueles tempos, quando essas drogas estavam abrindo portas através das mentes das pessoas, o grupo de Kesey usava os psicodélicos enquanto brincava, cantava, desenhava, assistia TV, cozinhava, comia, fazia amor, olhava as estrelas girar e dançar, perguntando em voz alta todo tipo de perguntas que emergia de sua experiência:

- Quem somos, realmente?

- É a alma mortal ou imortal?
- O que Blakey ou Van Gogh ou Platão vivenciaram realmente?
- A minha identidade está dentro do meu corpo ou ela interpenetra o meu corpo e o de vocês?
- O que há de comum entre minha mente e a árvore mais próxima?
- Tempo e espaço são subjetivos?
- O que é fixo? O que se move?
- O que permanece constante de sessão a sessão (ou seja, o que é recordado)?
- O que acontece num grupo no qual todas as mentes são abertas, vagamente ligadas, aparentemente em comunicação telepática uma com a outra?
- Quando alguém em tal grupo fica aterrorizado, o restante é arrastado? Ou o peso combinado das outras mentes endireita aquela que se perdeu?

Essas e muitas outras questões estavam no centro das experiências do grupo de Kesey: não foras da lei no sentido comum, porém marginais. Melhor considerá-los não como os ícones culturais que acabaram se tornando, mas como pessoas que haviam ultrapassado os limites das leis e que estavam furiosamente desenvolvendo um conjunto mais amplo de leis para trazer ordem para suas esferas de comportamento e experiência também mais amplas. O que o grupo de Kesey estava fazendo, parece filosófico, e era, mas também tinha o imediatismo cru de passar o braço no pescoço de um nadador que está se afogando de forma que ele entre em pânico, arraste você para baixo, e mate ambos.

Para mim, um momento crítico ocorreu certa manhã, perto do lixão de Pescadero. Pescadero é uma cidadezinha que fica a três quilômetros da costa da Califórnia e a cerca de vinte quilômetros de Stanford. O lixão ficava numa colina; o lixo na base, mas o topo e as laterais cobertos de trepadeiras com alguns maciços de flores. Certa madrugada fui para lá com Kesey e Dorothy, sua namorada na época, uma mulher que posteriormente se tornou minha esposa (depois de 45 anos de casamento, achamos que provavelmente vai dar certo). Na noite anterior, ela havia tomado LSD (“pingou ácido”, para falar como se falava) e estava num estado de maravilha encantada com as descobertas pessoais que ela havia feito sobre sua própria consciência e como ela formava e reformava seu mundo. Kesey

nos havia levado a Pescadero por que era um lugar maravilhoso para ver a madrugada. É certo dizer que ele levou Dorothy lá, mas, como eu a estivera guiando ao longo de partes da noite, ela quis que eu fosse junto.

Eu não fazia parte do círculo íntimo do mundo de Kesey. Eu era muito quadrado e com pouca vontade de tomar drogas com qualquer pessoa. Nenhuma das mulheres do grupo estava interessada em mim e eu não tinha muito em comum com nenhum dos homens. Entretanto, como eu trabalhava com LSD legalmente durante o dia, era recebido como um adorno esquisito, como pode ser interessante ter por perto um treinador de tigres ou alguém que mastiga vidro moído.

Dorothy lembrou-se que o momento definidor daquela madrugada ocorreu quando ela quase pisou numa florzinha. Ao invés de pisar, deitou-se no caminho e encarou-a. Sugeriu que ela deixasse a flor assumir a comunicação. O que ela viu – não pensou, nem contemplou, mas viu, tal é o curioso poder do LSD – foi a flor abrir-se, percorrer todo o seu ciclo, e murchar, mas ela também observou a flor inverter esse mesmo ciclo: recuperar-se de seu estado seco, reflorescer, e voltar a ser um botão. Ela podia vê-lo em ambas as direções, para a frente e para trás no tempo, dançando seu próprio nascimento e sua própria morte. Quando ela contou o que estava vendo, confirmei que sua experiência era uma que outros já haviam mencionado. Aliviada, ela retornou à contemplação da planta.

Ela ergueu os olhos para Kesey – bonito, áspero, talentoso, um líder natural, possuidor de uma energia e de uma força enormes. Casado, também. Kesey tinha dois filhos: ele era totalmente dedicado a seu casamento, mas dedicado também a manter um relacionamento aberto para outras parceiras. Dorothy olhou para mim. Eu estava noivo, mas minha noiva estava a nove mil quilômetros, na Escócia. O que ela viu fui que eu parecia muito bem informado, e mesmo à vontade, sobre seu mundo interno recém-descoberto. A partir do momento do encontro com a flor, seu giroscópio começou a desviar-se de Kesey na minha direção. Nosso namoro e nosso casamento datam de depois daquele momento, mas da mesma forma que se pode rastrear um rio de volta à pequena nascente que emerge de uma fenda numa rocha ao lado de uma montanha, nossas três vidas mudaram naquele dia do encontro de Dorothy com uma única flor.

E minha pesquisa legal? Como era fazer pesquisa legal com drogas? Como eram os anos 1960, na maioria dos *campi* não era difícil conseguir drogas psicodélicas, ingeri-las, ter uma viagem maluca e achar uma maravilha. Dá-la a pessoas num ambiente tão solidário que 80% de nossos sujeitos relatavam que havia sido um dos eventos mais importantes em suas vidas – ah, era outro tempo! Durante os mais de 20 anos que duraram os experimentos, eu escapava das aulas em Stanford sempre que podia para acompanhar pessoas que estavam tendo sua introdução aos psicodélicos e, através dos psicodélicos, a outros níveis de consciência, e talvez a outros níveis de realidade.

Geralmente, eu era apresentado como “estudante de pós-graduação que nos acompanha hoje”, eu não era o responsável principal pela condução da sessão. Era verdadeiramente um observador, e pude assistir, por vezes ajudar, por vezes registrar o que as pessoas relatavam ao longo dos eventos do dia. Por vezes, eu apenas aparecia no final da tarde para levar uma pessoa para casa.

Descobrimos que embora os efeitos do LSD desapareçam depois de oito horas, a nova capacidade que a pessoa adquiriu para entrar e sair de realidades diferentes diminuía, mas não acabava, até que ela estivesse cansada demais para continuar acordada. Com frequência tinha o privilégio de ficar com pessoas enquanto elas resolviam os principais eventos ou descobertas do dia. Também ajudava a lidar com suas famílias, em geral perplexas pela combinação de vivências internas bizarras e a sensação de estar com alguém, marido ou esposa, que estava totalmente aberto e mais amoroso e carinhoso do que havia sido no dia anterior, o que geralmente levava o cônjuge a lágrimas de alegria.

Durante o dia, em minha pós-graduação, ensinavam-me uma psicologia que cobria apenas um pequeno fragmento da mente. Como observei anteriormente nesse livro, eu sentia como se estivesse estudando física com professores que não tinham ideia de que existisse eletricidade, energia atômica e televisão. Eu ouvia, tomava notas, fazia perguntas apropriadas, e tentava parecer como se não estivesse estupefato pelas migalhas que meus instrutores supunham que fosse o máximo do conhecimento.

À noite, depois de completar minhas tarefas acadêmicas, eu lia livros que

me ajudavam a juntar os pedaços do mundo mais amplo que se havia aberto para mim: o *Livro dos Mortos*, o *I-Ching*, as obras de William Blake, os místicos cristãos, e ensinamentos budistas, especialmente aqueles de mestres Zen, cuja clareza cortante era maravilhosamente refrescante. Eu também lutava com textos tibetanos, de entendimento difícil, mas que claramente haviam sido escritos por pessoas que sabiam o que eu estava descobrindo. Eu me sentava e lia aqueles livros com capas lisas, da mesma forma que, no colégio, se encapam quadrinhos de sacanagem com capa de revista para esconder dos professores as fotos de mulheres com enorme seios perturbadores.

Quando não conseguia mais acompanhar os textos, sentava-me de pernas cruzadas no piso nu de linóleo de meu “escritório” de estudante de pós-graduação, um nicho num reboque transformado temporariamente em sala de aula, um espaço menor que o meu quarto em Paris. Olhava pela porta de vidro deslizante um pinheirinho plantado para negar o fato de que estávamos em um reboque temporário num enorme estacionamento. Respirava e olhava, respirava e olhava até que a árvore começasse a respirar comigo. Ela não se deslocava, nem balançava, mas começava a brilhar com uma iluminação invisível, o simples fato de estar extremamente viva. Ela crescia e encolhia diante de meus olhos, um minúsculo movimento, mas remanescente da flor do lixão de Pescadero. Eu me sintonizava com aquela árvore até sentir-me reequilibrado novamente e ia para casa dormir.

Um momento de reflexão

Poucos meses depois que encerramos nosso programa de pesquisa, a Califórnia adotou uma lei que considerava crime a posse ou distribuição de LSD. A política Federal relativa ao LSD posteriormente foi consolidada com a entrada em vigor do Ato Amplo de Controle e Prevenção do Abuso de Drogas, de 1970.

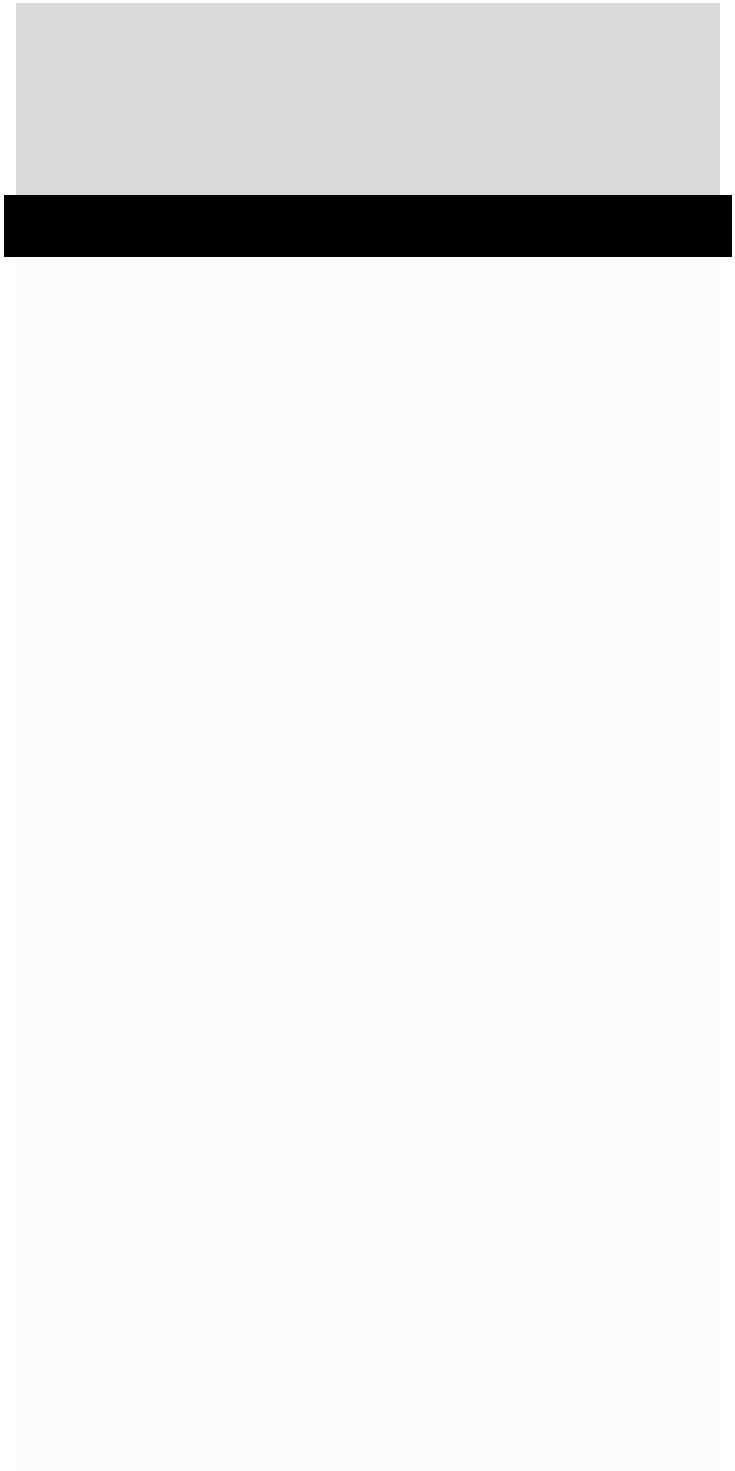
Por que nossa pesquisa com drogas apavorou o *establishment* tão profundamente? Por que ainda o apavora? Talvez por termos sido capazes de sair (ou termos sido afastados) da trilha da rotina diária e ver todo o sistema de vida-morte-vida. Havíamos descoberto que o amor é a energia fundamental do universo e não nos calaríamos sobre isso.

O que descobrimos foi que o amor está aí, o perdão está aí, e o entendimento e a compaixão estão aí. Porém, como a água para um peixe e o ar para uma ave, estão aí, tudo ao nosso redor, e existem sem nenhum esforço de nossa parte. Não é necessário um Pai, um Filho, um Buda, Santos, a Torá, livros, sinos, velas, padres, rituais, nem mesmo a sabedoria. Simplesmente estão aí – tão penetrantes e tão intermináveis que é impossível de ver enquanto você estiver no mundo menor de pessoas separadas umas das outras.

Não é de se espantar que a iluminação seja sempre um crime.

A





QUARTA PARTE

NOVOS HORIZONTES

Introdução à Quarta Parte

Depois de um longo período de calmaria, os psicodélicos estão de volta em revistas científicas, na grande imprensa, na televisão, no YouTube e na mídia social. Há estudos clínicos, estudos espirituais e relatos de uso de psicodélicos para a produção artística e para resolução de problemas.

Alguns usos do LSD ainda estão fora do radar. Os mais intrigantes desses usos são as doses subperceptivas de cerca de 10 µg. Nessa quantidade mínima, o LSD funciona como um potencializador cognitivo, porém sem os efeitos de doses maiores. Também, curiosamente, não tem havido quase nenhuma pesquisa sobre os usuários atuais.

As pesquisas governamentais em grande escala perguntam muito mais se o respondente já usou várias substâncias. Minha equipe de pesquisa atual, composta de estudantes de pós-graduação, concluiu que a atual geração da faculdade não apenas usou, mas sabe muito sobre os efeitos de diversos psicodélicos distintos, e conhecem a variedade de experiências positivas e negativas. Os grupos com idade sabem mais ainda. O capítulo 16 descreve os achados iniciais de um estudo que perguntou a vários grupos interessados em psicodélicos sobre suas diversas experiências com drogas, as razões para usar e os resultados.

Os relatos em primeira pessoa apresentados no capítulo 3 eram curtos trechos de primeiras experiências iniciais. O capítulo 17 apresenta uma entrevista com mais profundidade na qual falo sobre o efeito que a experiência psicodélica teve em minha carreira e em minha visão de mundo. O capítulo final dessa parte examina tendências atuais. A pesquisa pública está emergindo de décadas de eventos subterrâneos sussurrados, conexões secretas, e de químicos escondidos em laboratórios. O trabalho atual mostra substanciais benefícios espirituais, pessoais e científicos.

A onda de pesquisas, o grande e crescente número de pessoas que participam de conferências científicas para discutir psicodélicos, e o sério interesse em muitos psicodélicos sintéticos e de origem vegetal sugere que as mudanças culturais estão a caminho. O xamanismo em geral e o santo-daime, em particular, estão crescendo em importância, em parte pela

autorização, obtida em justiça, para seu uso religioso, e em parte devido a relatos de suas propriedades curativas de câncer e de outras condições graves.

Há uma necessidade premente de se restaurar o que for possível da harmonia entre a humanidade e o mundo natural, que existiu durante milênios. O uso efetivo e bem informado dos psicodélicos parece ser uma forma de ajudar nesse processo restaurador.

DOSES SUBPERCEPTIVAS DE PSICODÉLICOS

PODEM MELHORAR O FUNCIONAMENTO NORMAL?

Embora não existam pesquisas formais sobre o uso de doses subperceptivas, um número crescente de pessoas vem usando os psicodélicos dessa forma. Quando as pessoas tomam uma quantidade subperceptiva – para o LSD, cerca de 10 µg (também conhecida como microdose ou subdose) – não se manifestam os efeitos sensoriais comuns associados às doses mais altas de LSD ou de psilocibina: um brilho ou uma fagulha nas bordas das coisas vivas, um entrelaçamento sensorial como ouvir as cores ou sentir o sabor da música, e um afrouxamento dos limites do ego. O que se segue são relatos de pessoas que usaram estas pequenas doses de LSD e psilocibina. Alguns são de usuários antigos e outros são de pessoas que usaram pela primeira vez.^{*1}

Há séculos, culturas indígenas conhecem e têm usado dose subperceptivas de diferentes psicodélicos. Até recentemente, esse conhecimento vinha sendo ignorado. Depois de estar envolvido na pesquisa com doses subperceptivas por mais de um ano, vi-me embaraçado por meu próprio viés cultural e percebi que havia ignorado o óbvio e que os xamãs ou curandeiros indígenas, trabalhando com suas próprias plantas psicodélicas, exploraram sistemática e integralmente todos os níveis de doses.

Como esses relatos são os primeiros a aparecer na literatura, evitei tirar conclusões gerais sobre essas doses baixas para além de anotar que todos os relatórios de meus arquivos indicam, como fizeram esses indivíduos, que o uso de baixas doses tem sido positivo.

Relatórios: LSD

Charles

“Charles”, um perito ambiental e escritor fantasma de livros de não-ficção, toma doses subperceptivas de LSD a cada três dias. Seu relatório é parte de um guia de usuários e parte de uma resposta pessoal. Ele mora

em Madison, Wisconsin, com sua esposa, dois filhos e três gatos.

Quando a ideia da microdosagem foi sugerida, tornou-se ainda mais intrigante pela noção de que era algo que eu poderia fazer durante meus dias regulares de trabalho e que ninguém precisava saber o que eu estava fazendo.

Algumas recomendações

Há também algumas precauções, algumas coisas a serem feitas e, outras, evitadas, tudo aprendido a duras penas, e eu gostaria de repassar alguns deles aqui antes de descrever o que você pode esperar (ou, ao menos, o que eu vivenciei).

- Siga estritamente o protocolo, incluindo a quantidade e os dias entre as doses.
- Atenha-se aos seus padrões normais, especialmente no que se refere à alimentação, ao trabalho e ao sono.
- Seja muito discreto sobre com quem você vai falar.

Então, em primeiro lugar, seja conservador em relação a quanto você toma e com que frequência toma. É melhor começar por baixo. O objetivo não é tomar uma dose heroica do tamanho de uma montanha, nem mesmo uma dose “efetiva” de 80 a 120 microgramas, mas algo em torno de 1/10 disso, isto é, 10 microgramas, ou algo entre 6 a 12 microgramas. Seja conservador, especialmente se você não tem muita certeza do quanto está tomando. Se você tomar mais, você realmente “decola”, então, se for como eu, terá dificuldade em prosseguir como num dia “normal”. Portanto, comece por baixo, e se for pouco você sempre poderá acrescentar mais da próxima vez. Vá devagar. O protocolo que eu segui dizia que eu deveria tomar uma microdose no primeiro dia, no segundo, observar cuidadosamente os efeitos em andamento ou persistentes, e ficar o terceiro dia sem tomar nada. Se for devagar, você se dará a oportunidade de *realmente saber*, realmente observar o que é diferente, por que é diferente, e como você pode tirar a maior vantagem disso. No dia que você estiver completamente limpo é um ótimo dia para redefinir, tipo clarear o palato da mente/corpo. Aí você está fresco e pronto para reiniciar a experiência novamente.

Em segundo lugar, *faça o que você faz normalmente*. Certifique-se de que faz suas refeições regulares, permanece hidratado, faz exercícios,

meditações e práticas regularmente, e assim por diante. A ideia é permanecer com os pés na terra enquanto está sendo estimulado, mesmo que discretamente, além de seus parâmetros normais.

Em terceiro lugar, *seja discreto*. Você pode querer, ou precisar, contar para seu cônjuge, para seu colega, ou seu melhor amigo, porém, em linhas gerais, quanto menos gente souber, melhor. Observe que indo aos poucos, seu comportamento, seu jeito e sua aparência externa serão muito parecidos com os normais.

Efeitos: tornando o infinito mais transparente

Habitualmente sinto quatro tipos de efeitos de microdoses: físicos, emocionais, criativos e espirituais.

Físicos: Uma hora depois de ter tomado meu copinho de água ou cubo de açúcar começo a sentir mais energia. É uma espécie de borbulhar que começa num nível muito baixo; minhas células e meus sistemas são bombeados com um tipo perceptível de zumbido que é muito diferente da cafeína (que eu uso com frequência), “bola” (que eu nunca uso) ou maconha (que conheço muito bem). O melhor de tudo, é que é uma espécie de energia secundária *boa*, isto é, posso usá-la para malhar, fazer pilates, andar de bicicleta, ou simplesmente desfrutar de estar com meu corpo. E se você for um usuário regular de cafeína, pode tomar um pouco menos de cafeína que o habitual, mas também nada errado em continuar com suas quantias regulares. Isto quer dizer que não achei nenhum efeito negativo na combinação com cafeína (ou maconha, a propósito). E, sim, você vai precisar ter uma boa noite de sono depois disso. Vibrar com uma energia extra deixa cansado.

Emocionais: Meu mentor de microdose disse certa vez que com a mais baixa das microdoses você vê o quanto Deus o ama, se tomar um pouco mais, você verá também o quanto ama Deus e, se você tomar um pouco mais ainda, então vai ser muito difícil separar exatamente quem é você e quem é Deus. Para mim, é fácil gostar de qualquer pessoa, de qualquer coisa na minha vida, muito fácil e natural entrar num espaço de gratidão e permanecer nele.

Criativos: Descobri que tive algumas explosões brilhantes (ao menos, pareceram brilhantes para mim) com relação tanto ao produto do

trabalho quanto a projetos pessoais criativos. O que parece acontecer é que fica muito mais fácil entrar e permanecer no estado de “fluxo” descrito por Mihaly Csikszentmihalyi e observado frequentemente no campo dos esportes. Além disso, fica muito mais fácil entrar e permanecer no estado que o explorador de consciência John Lilly certa vez chamou de “satori profissional”, isto é, você fazer o que faz profissionalmente, faz bem feito, o tempo passa rapidamente, e você fica satisfeito com o que produziu. Se você tiver um projeto de trabalho sério, se tiver que fazer muita coisa de uma só vez e se achar que está com a corda no pescoço, deverá pensar duas vezes antes de tomar uma microdose, mas pode valer a pena.

Espirituais: O que acho que a microdose faz é rearranjar levemente minha mobília neural de forma que vislumbres de estados psicodélicos plenos se despejem constantemente em meu conhecimento. Posso ver como a aranha, sua teia, a parede na qual está a teia, a casa da qual a parede é parte, a cidade da qual a casa é parte, e assim por diante, tudo está conectado. Fica fácil ver essas conexões, de fato, fica praticamente autoevidente. E, daí em diante, é apenas um passinho afirmar radicalmente a retidão da teia de aranha, exatamente como está naquele momento.

E isto ocorre não de maneira distraída, mas de uma maneira maravilhosa, iluminadora, sincronística e divina. É simplesmente mais fácil perceber A Verdade do Que É, e isso torna tudo mais fácil. Mesmo no dia seguinte – o dia depois – a dica da conectividade universal ainda é bastante evidente.

Não fica claro para mim se estou apenas sensibilizado pelo LSD ou se algo mais está ocorrendo, talvez uma nostalgia e um aprendizado para fazer um pouco mais da realidade que percebo. Depois de meses de microdoses, minhas expectativas em relação ao que é facilmente possível ver aumentaram. Meu Medidor de Maravilhas parece estar permanente ligado num limiar levemente mais baixo, numa forma que sinto que tornou minha vida mais prazerosa, mais poderosa e mais efetiva em termos de ser capaz de cuidar de mim mesmo e de contribuir de volta para os demais.

É quase como se eu tivesse nascido para ser assim e agora eu *sou* assim, numa base crescente, regular, tudo graças a uma surpreendente pequena

quantidade da substância LSD 25. Não sei se isso vai me ajudar a ultrapassar a marca dos 100 anos, como fez Albert Hoffmann, mas estou muito certo de que farei uma viagem mais interessante, efetiva e feliz, independentemente disso.

Madeline

Madeline, uma mulher alta, quase esbelta, no início da casa dos trinta, vive em Manhattan. Seu relatório informa sobre suas diferentes ocupações. Ela é casada e tem uma criança de quatro anos.

Enquanto o metrô ressoa na direção do centro da cidade, minha observação dos passageiros ao meu redor é que eles colocam um terrível veneno em seus corpos! Uma mulher num conjunto cor de camelo e sapatos brancos de ginástica usa uma faca de plástico para espalhar o creme de queijo em um *bagel* gigante, engolindo tudo isso com goles de refrigerante. Outros tomam seu café da manhã de *fast-food*; muitos sanduíches e batatas-fritas saem de saquinhos de papel fumegantes cujo cheiro de óleo de fritura enche todo o vagão. Pondero por um momento o que essas pessoas pensariam de meu peculiar ritual do café da manhã – 20 µg de LSD, seguido por um suco verde feito de pepinos, brotos de girassol e ervilhas verdes.

Chego ao meu escritório temporário onde trabalho com um contrato de sete semanas como montadora de filmes. O documentário no qual estou trabalhando tem um orçamento de quase novecentos mil dólares e vai ao ar pela segunda melhor rede. Meu emprego é rastrear quase 50 horas de filmagem histórica e transformar isso tudo numa história. Recorto os trechos mais essenciais da filmagem, acrescento notas narrativas e separo frases de efeito. Sinto-me profundamente conectada a meu trabalho, focada e no fluxo. Dificilmente saio para tomar ar durante as próximas cinco horas porque sinceramente gosto muito do que estou fazendo. Rio alto e ocasionalmente grito nos momentos mais emocionantes. Adoro meu trabalho. Embora eu não esteja faminta e não sinta necessidade de uma pausa, sei que é saudável fazer uma. Lá fora, o mundo é muito brilhante, mesmo com meus óculos escuros. Tenho grandes olhos azuis e pupilas naturalmente amplas, e qualquer coisa acima de 10 µg de LSD transforma-os em enormes pires.

Depois de caminhar umas seis quadras, sinto fome e sento-me com

minha lancheira e minha garrafa térmica apoiadas numa mureta em meu parque favorito. Começo a fazer exercícios chineses e a respirar profundamente. O movimento me parece maravilhoso e me sinto tão saudável e conectada ao meu corpo que por um segundo acho que vou explodir; tenho prazer em dar uma risada que só pode ser descrita como uma liberação de alegria e gratidão. Planejei para hoje uma jornada de trabalho mais longa do que a média e não vou à academia, de forma que este momento roubado de movimento e de sol é essencial. Meu almoço é uma garrafa térmica de chá verde leve e quatro saladinhas que fiz no dia anterior: uma é de algas com sementes de gergelim, outra de grão-de-bico, outra de quinoa, e a última é uma fruta com coco e noz-pecã. Muito bem nutrida, volto para meu escritório para outra esticada de quatro horas.

Subdoses de 10 a 20 µg permitem que eu aumente meu foco, abra meu coração e consiga grandes avanços em meus resultados inovadores, ao mesmo tempo que permaneço integrada à minha rotina. Enquanto uma dose plena exige que eu planeje cuidadosamente o ambiente, com uma subdose sou perfeitamente capaz de navegar em todas as formas de logística e de interações sociais. Chego mesmo a dizer que com ela, minha sagacidade, meu tempo de resposta e minha acuidade visual e mental parecem maiores do que sem ela. Utilizo uma subdose cerca de seis dias por mês e às vezes mais frequentemente, se estiver muito envolvida num projeto que exige um foco extraordinário. Essa tem sido minha prática por mais de 10 anos e isso facilitou meu sucesso no trabalho na grande imprensa e na imprensa independente, em cargos de alto nível no governo e na publicação de dúzias de matérias jornalísticas.

Não estou dizendo que não teria feito *qualquer uma* dessas tarefas sem o LSD, o que estou dizendo é que eu não teria feito *tudo isso* sem ele. A prática da subdose transformou meu trabalho num jogo criativo.

Sou uma pessoa naturalmente persuasiva, capaz de atrair outros para meus pontos de vista, mas nunca tão bem como quando estou reforçada por uma subdose. Portanto, acho essencial para o meu trabalho como uma escritora bolsista e uma construtora de coalizões declarar-me dessa forma. Uma das minhas respostas padrão à pergunta de um colega, “como vai?”, é responder que estou indo “muito bem”. Isso realmente resume como é desempenhar o meu trabalho com subdoses: é um pouco como voar.

Eu nunca ouvira falar em subdose quando comecei tudo isso. Depois de um par de anos de um sucesso maravilhoso na prática, encontrei um amigo de Terence McKenna que, depois de ouvir falar da minha prática, explicou que ele também usava subdoses – algo que ele aprendera com McKenna. Explicou que Albert Hoffmann fazia a mesma coisa, e que McKenna disse que Hoffmann acreditava que a subdose de LSD teria chegado a ser amplamente prescrita, da mesma forma que a ritalina, se ela não tivesse sido proibida com tanta severidade.

Brinquei com doses altas antes de brincar com as baixas. Experimentei doses de 250-800 microgramas e aprendi a me entregar à sua intensidade. Minhas experiências com essas doses foram profundas, surpreendentes e divertidas, mas, no final das contas, eu não conseguia trazer muito delas comigo depois do fim da viagem. Abandonei as superdoses no final do anos noventa.

Aí, comecei a experimentar subdoses. Não tomo álcool, porque acho um pouco áspero e entorpecedor, de forma que estava em busca de algo que me tornasse brilhante e ligada em festas e eventos profissionais. Tentei algumas xícaras de café, mas não me soltou muito e ainda me deixou cansada, de forma que passei para as pequenas doses. Descobri que com subdoses estabelecia conexões mais significativas e duradouras, e minha própria evolução pessoal pareceu se acelerar, como se eu fosse capaz de conseguir viver mais no mesmo espaço de tempo.

Fiquei imaginando como as subdoses poderiam ser empregadas em minha carreira e comecei a usá-las em tarefas e eventos maiores. Também expandi meus papéis com minha própria família durante esse período e me tornei a pessoa mais frequentemente consultada. Em conversas com parentes e amigos, disseram que se sentiam realmente conectados comigo. Depois de uns poucos meses da descoberta da subdose, minhas habilidades de ouvinte e de comunicadora haviam desabrochado. É interessante que um de meus familiares me nomeou como executora de seu testamento logo depois que comecei a usar subdoses.

Acho que 10 a 20 microgramas de LSD têm um efeito estimulante e relaxante, ao mesmo tempo. Para mim, o único desafio que persiste com as subdoses é a sensibilidade aumentada à luz, que amenizo com óculos escuros ou com a redução da luminosidade da tela de meu computador. Essa pequena inconveniência é valiosa para mim, pois quando estou

exaltada sinto-me mais apaixonada. Sinto-me mais energizada. Sinto-me mais focada e envolvida. Sinto *mais*.

Não me conformo com o pouco que se sabe sobre os efeitos a longo prazo do LSD e de outras drogas. Sou uma mulher jovem saudável e gosto de fazer o que é seguro e apropriado para mim e para minha família, de forma que gostaria de saber quais são os efeitos do LSD a longo prazo. Albert Hoffmann parecia perfeitamente lúcido com 101 anos de idade, e os amigos com o dobro de minha idade que sei que usam LSD com frequência são algumas das pessoas mais brilhantes que conheço. Eu quero que o medo da criminalização seja removido desse campo de pesquisa para que pessoas como eu possam partilhar abertamente suas experiências e ter seus dados quantificados.

James

“James” é gerente de um depósito de uma grande empresa de reformas de imóveis em Waco, Texas. É ativo em sua igreja e também está escrevendo a história de uma família que descreve como “meus parentes mais coloridos”.

Fazia anos que eu não usava psicodélicos, mas quando um amigo, que continuava com suas viagens, me deu algumas doses divididas em frasquinhos e me disse que eu podia pingar e ir trabalhar, resolvi testar. A partir da primeira vez, gostei do que senti. Fiz meu trabalho com mais facilidade, raramente perdi a paciência, pus minha papelada em dia e, ao voltar para casa à noite, eu me tornara uma companhia muito mais divertida. O legal é que descobri que no segundo dia depois de tomar eu estava tão bem quanto no primeiro, talvez até melhor. Eu não dizia quando estava usando e quando não estava, mas minha mulher dizia: “Ei, usou hoje?”. Em geral, ela acertava.

Clifford

“Clifford” é um importante líder de um grupo de pesquisa com psicodélicos e escritor. Atualmente está escrevendo um livro sobre relatos pessoais.

Meu tempo de estudante na Universidade da Califórnia em São Diego era uma mistura dos temas dos anos 1960 com a pressão acadêmica necessária para entrar em algum tipo de pós-graduação. Minha escolha pessoal estava entre Psicologia e Medicina. Minha introdução aos psicodélicos tinha me mostrado seu valor. Estava num curso de biologia como preparação para a escola de Medicina e estávamos estudando o

desenvolvimento de embriões de galinha. Depois da primeira aula do curso de três meses, percebi que, para permanecer acordado, uma pequena dose de LSD poderia ser útil. Com isso em mente, antes da aula lambi um tabletinho muito potente, estampado com o símbolo da paz. Isso resultou num avivamento das cores pouco perceptível e criou uma fascinação generalizada com o curso e com minha professora, que até então eu havia achado desinteressante.

Infelizmente, perdi o exame final devido a um problema de saúde. No dia seguinte, liguei para a professora e implorei para poder fazer o exame. Ela disse: “Sem problemas. Venha ao laboratório”. “Quando?”. “Imediatamente”, ela disse. Um pouco acabrunhado, concordei que estaria lá em uma hora. Fui até a geladeira e lambi o pedaço quase esgotado do tablete que havia usado para a aula. Achei que havia tão pouco que engoli tudo. No laboratório, a professora sugeriu que, já que o dia estava esplêndido, talvez eu pudesse fazer o exame no pântano deserto da reserva ao redor do *campus*. A vista do brejo era estonteante! Por alguma razão, nunca o tinha achado tão bonito. Ela pediu que eu pegasse meu bloco e um lápis. “Desenhe, por favor, o desenvolvimento do pintinho desde a fertilização até à eclosão do ovo. Essa é a única questão”.

Boquiaberto, falei: “Mas, isso é o curso inteiro”.

“Sim, é, mas exames de reposição devem ser mais difíceis do que os originais, não?”.

Eu não me sentia capaz de regurgitar o curso inteiro. Fiquei sentado desanimado, fechei os olhos e fui inundado de tristeza. Nisso, notei que meu campo visual ondulava como um cobertor sacudido por uma ponta. Comecei a ver um filme de fertilização! Quando abri os olhos uns minutos depois, percebi que o filme podia ser passado da frente para trás e vice-versa e estava claríssimo nos olhos de minha mente, mesmo com meus olhos físicos abertos.

Hesitantemente, desenhei a formação da blástula, uma bola oca de células que se desenvolvem a partir do zigoto (ovo fertilizado). Quando passei a desenhar quadro a quadro de meu filme interior, foi a vez dela de ficar boquiaberta! O coraçãozinho desabrochou. A formação da notocorda, do tubo neural e o início do sistema nervoso fluía de minhas imagens mentais aprimoradas para as páginas. Um evento estupendo – a maravilha animada do crescimento embrionário e a diferenciação celular –

prosseguia num ritmo acelerado. Eu desenhava o mais depressa que podia. Para meu enorme espanto, fui capaz de replicar cuidadosa e completamente todo o conteúdo do curso, desenho após desenho, como os fotogramas da animação que eu via como um filme completo!

Passei uma hora e quinze minutos desenhando o mais depressa que podia para reproduzir o milagre dos vinte e um dias da formação do pintinho. Muito impressionada, minha agora subitamente amada professora sorriu e disse: “Bem, creio que você merece nota 10!”. O sol piscava na água, as taboas oscilavam à brisa gentil e a gentil maravilha da vida estava em toda parte.

Relatórios: cogumelos com psilocibina

Stephen Gray

Stephen Gray descreve a si mesmo como “um estudante a vida toda, professor e pesquisador de caminhos espirituais, em particular do budismo tibetano e das cerimônias do peiote da Igreja Nativa Americana. Estudei e pratiquei muitas outras modalidades nos campos da cura e do despertar. Também dediquei muito tempo e amor à música, como professor, compositor-cantor, e compositor de músicas para o trabalho de cura espiritual, com o nome artístico de Keary”. O seguinte trecho é parte do ensaio: “Os benefícios da dose baixa de cogumelos com psilocibina”. O ensaio completo pode ser encontrado em www.stephengrayvision.com, buscando em “benefícios das doses baixas dos cogumelos com psilocibina”.

As pessoas que já experimentaram sabem bem que doses médias a altas de cogumelos com psilocibina em condições apropriadas – em geral chamados de set e de ambiente – podem provocar vivências surpreendentes de conhecimentos, visões de grande beleza, uma abundância de amor, contato com entidades espirituais e experiências místicas autênticas completamente além dos limites do ego isolado. Os benefícios de experiências com doses muito baixas desses cogumelos são discutidos muito menos frequentemente.

Com frequência me reúno com amigos nos fins de semana para tocar música. Numa dessas noites fui para a casa de um amigo que tem uma coleção de *Psilocybe cyanescens* secos e congelados. Decidimos fazer um experimento. Queríamos ver qual era a dose mínima que afetaria as

emoções e as mecânicas de tocar e cantar.

Cada um de nós comeu dois cogumelo secos de tamanho médio, os talos com talvez uns 3 cm de comprimento e os chapéus com cerca de 1,5 a 2 cm de diâmetro

Embora não os tivéssemos pesado, a experiência prévia sugere que estamos falando de menos de 1 g de peso seco. Não havíamos feito nenhuma preparação especial prévia, como um jejum de várias horas, embora eu sempre tente fazer contato com tais plantas medicinais oferecendo uma breve oração, uma oferenda, e/ou uma expressão de gratidão ao espírito da planta antes de consumi-las.

Aquilo não era de forma nenhuma um experimento científico confiável. Incluímos uma fumadinha de maconha com os cogumelos, sabendo que os dois em geral se complementam muito bem. O resultado foi o que você poderia dizer que os cogumelos superaram de alguma forma os efeitos mais difusos da maconha com uma sutil porém clara nitidez mental e emocional. Um dos resultados dessa nitidez foi que o meu toque na guitarra se tornou mais focado e ágil. Eu não toco mais guitarra tão bem a ponto de tocar a maioria das canções sem errar, porém naquelas noites, meu desempenho estava definitivamente superior à média. Também notei que minha capacidade para me lembrar das letras era notavelmente superior à minha norma.

Junto com essa nitidez, há um amolecimento do coração, que me ajuda a me conectar com a emoção das canções. Muitas das canções que gosto de tocar têm letras poéticas que não necessariamente transmitem significados claros e simples. As canções de Bob Dylan e de Leonard Cohen podem ser desse jeito... Durante aquelas sessões com doses baixas de cogumelo, notei que minha mente instantaneamente descobriu significados que anteriormente me haviam escapado.

Havia notado anteriormente com o *Psilocybes*, e confirmei novamente com essas experiências, que o cogumelo parece desmontar temporariamente inibições e hesitações em ver as coisas claramente e em falar sobre temas pessoais de forma muito direta. E me parece ser tão fácil ouvir essas verdades ditas sobre si mesmo quanto dizê-las. Tenho tido conversas muito íntimas com amigos, nas quais revelamo-nos uns aos outros sem nenhum embaraço e falamos sobre temas delicados sem

despertar reações defensivas.

A ingestão de tais doses baixas é algo que a maioria das pessoas pode fazer seguramente sozinhas. Não é necessário nenhum ritual em particular para eliciar os efeitos benéficos, embora em minha experiência o espírito da planta está sempre potencialmente presente e é mais provável abençoar e empoderar mesmo essas experiências leves se for solicitado e tratado com respeito.

Mencionarei um par de cuidados. Embora o *Psilocybes* esteja por toda parte em certas áreas da América do Norte, de início sua identificação não é muito fácil e ele pode ser confundido com cogumelos de aspecto similar, porém venenosos. Um micologista muito experiente me indicou o lugar onde encontrar o *Psilocybe cyanescens*, e depois eu o indiquei para outro amigo e lhe ensinei como identificá-lo.

Obviamente, nem todos os cogumelos têm a mesma potência, e nem todas as pessoas respondem da mesma maneira. Certa ocasião, comi dois cogumelinhos e os efeitos foram muito sutis para ter algum impacto. Em outra ocasião, experimentei uma dose pouco mais elevada, algo entre 1 g e 1,5 g e meia. Para tocar música essa quantidade foi demais. Os efeitos interferiram na funcionalidade.

Se formos capazes de modificar nosso entendimento cultural sobre essas plantas e começar a vê-las como medicamento, eu diria que, usados com respeito e boas intenções, uma dose baixa de psilocibina é um bom medicamento... A coisa importante é fornecer o tipo certo de espaço para que os efeitos do medicamento se manifestem. Deve haver espaço suficiente nas mentes dos “executivos” para notar as sutilezas, para sentir o amolecimento do coração, e para capturar os conhecimentos à medida que eles emergem.

Anita

“Anita” é uma modelo profissional.

Certa vez, como estava sobrecarregada profissionalmente, em Nova Iorque, peguei uma boa dose de cogumelos. Porém, ao invés de comer todos de uma vez, comi um pouquinho cada dia. Fiquei muito mais estabilizada emocionalmente e mais capaz de ver o mundo interconectado e não disjuntado. Foi uma experiência plenamente satisfatória.

Nathan

Nathan é baixista e guitarrista profissional e um surfista fanático que vive numa cidade a beira-mar da Califórnia do Sul.

No outro dia, comi um pedacinho de cogumelo... E fui surfar. Foi um evento que mudou minha vida. Eu estava muito mais em meu próprio corpo e podia entrar mais profundamente nele. Senti que a onda havia percorrido milhares de milhas e que estávamos nos encontrando durante seus últimos segundos antes que ela atingisse a praia. Mas o melhor de tudo foi me sentir conectado de volta com um grande mundo.

O que foi tão especial é que nas últimas semanas tenho estado muito por baixo. Um relacionamento amoroso de muito tempo terminou, e fiquei devastado. Ainda estou triste por isso, mas sei que apenas uma parte de mim. Eu me sintonizei naquele dia, e isso não desaparece. Oh, sim, surfei de maneira absolutamente incrível.

A Questão da Tolerância

Perguntei a um eminente químico de LSD se o regime de “a cada três dias” como o que “Charles” usou era necessário, uma vez que é bem sabido que não se pode tomar doses repetidas da maioria dos psicodélicos e ter os mesmos efeitos.

Sua resposta inicial foi “até onde posso determinar, doses menores que as óbvias não causam tolerância, o que fala a favor dos benefícios de 10 [gramas] por dia. Eu precisaria testar mais, porém até agora suspeito que doses subdetectáveis durante vários dias seguidos não causam tolerância em relação a uma dose similar apenas detectável tomada no dia seguinte. Neste nível subdetectável, no melhor dos casos, há apenas uma mínima insinuação que você tomou algo”.

Conclusões Preliminares

Esses relatos são representativos dos que recebi em 2010. Os relatos têm várias coisas em comum. Todos disseram que suas experiências haviam sido positivas e valiosas. “Charles” sugeriu que havia uma construção gradual de abertura e conscientização, no fim das contas sendo transportada para dias sem doses baixas não-perceptivas. Madeline e Stephen indicaram que estavam melhor do que eram normalmente – não demais, mas o suficiente para ser percebido

Como vários relatos afirmaram, alguém que toma doses baixas como essas funciona, no que diz respeito ao mundo, um pouco melhor que o

normal. Até agora, não recebi nenhum relato de que doses subperceptivas tenham causado qualquer perturbação social, qualquer aborrecimento pessoal, ou qualquer forma de dificuldade relacionada ao trabalho. Entretanto, este é apenas um olhar sobre uma área que pode se tornar de interesse considerável à medida que surjam para pesquisa. Temos que conhecer mais sobre o que Albert Hoffmann chamou de “uma área subpesquisada”.

[1](#)*Estão em andamento negociações sobre um livro a respeito destes usos. Tal livro incluiria alguns trabalhos anteriores que relatam os usos de “sementes de ipomeia, peiote, fungos (cogumelos) e mais, prescritos para várias doenças”. Um eminente antropólogo (que perdoou meu desconhecimento desse uso anterior, extenso e sofisticado, de baixas doses) mandou-me a lista acima.

A

PESQUISAS DE USUÁRIOS ATUAIS

Este é seu cérebro com drogas

Alguns anos atrás, o *Open Center* de Nova Iorque convidou-me para falar sobre a situação atual dos psicodélicos. Minha palestra incluiu um breve desabafo sobre a escassez de pesquisas durante os quarenta anos do que o pesquisador psicodélico Dr. Charles Grob chama de “uma calmaria protraída”. Durante essa calmaria, nem o governo, nem pesquisadores individuais se preocuparam em pesquisar o que milhões de nós esperávamos.

Um ano depois, tendo me recuperado de meu ataque de justiça sobre “o que todas aquelas pessoas não estavam fazendo”, um grupo de estudantes da Universidade do Estado de São Francisco pediu-me que falasse sobre psicodélicos. Decidi perguntar a eles sobre o seu próprio uso da droga e elaborei um questionário de uma página para isso.

O questionário levava cerca de cinco minutos para ser preenchido. Perguntava que psicodélicos as pessoas tinham tomado e as razões para tê-lo feito. Perguntava sobre as melhores e as piores experiências, se tinham sido guiados ou tinham sido guias, quais eram suas futuras intenções e algumas perguntas de natureza demográfica. Naquela noite, 78 pessoas preencheram os questionários

Logo depois, alguns estudantes de duas universidades do meio oeste, que faziam um curso sobre psicodélicos, preencheram-no, bem como alguns estudantes de Stanford, autodesignados “psiconautas”. Como não houve diferença significativa entre os grupos de estudantes, estes foram acrescentados ao primeiro grupo para constituir a amostra completa de estudantes.

Quando comecei a analisar os dados, examinei bases de dados de pesquisas psicológicas, médicas e psicométricas, para revisar os muitos estudos que eu supunha que haviam precedido o meu. Foi uma surpresa descobrir que havia poucos dados além dos inquéritos anuais feitos pelo governo norte-americano perguntando aos alunos do curso médio se tinham usado algumas substâncias.

Nada na literatura dos últimos 35 anos havia perguntado aos usuários as perguntas que eu havia feito. Havia apenas dois estudos que se aproximavam. O primeiro, publicado em 1983, entrevistou 71 pessoas. Sem apresentar números, concluiu:

- “ - O uso moderado de múltiplas drogas era a norma.
- A maioria das pessoas tinha uma ‘droga de escolha’.
- Poucas pessoas pareciam continuar a usar drogas psicodélicas por muito tempo.”

O segundo estudo, conduzido nos anos 1990, fez perguntas diferentes das nossas para nove usuários de psicodélicos da Suécia. Isso era tudo. Dois estudos.* À luz da escassa informação parecia valer a pena estender meu projeto de pesquisa de baixo custo.

Consegui acrescentar uma segunda amostra com 163 indivíduos em abril de 2010, durante minha apresentação em uma conferência sobre pesquisa psicodélica. (Duas outras amostras – uma de alguns participantes da Conferência sobre a Consciência Não-dual e uma de um grupo de interesse de Chicago – estão sendo analisadas.)

A seguir, alguns achados preliminares das amostras de estudantes e da conferência. São notas de campo, não uma pesquisa formal finalizada; portanto, apresenta os dados com pouca análise ou interpretação. Para atualizações sobre a pesquisa, por favor, visite www.jamesfadiman.com e

www.psychedelicexplorersguide.com.

Houve 108 respondentes na amostra total de estudantes.^{**} Do total, 48 homens e 43 mulheres informaram seu gênero. Exceto por duas pessoas idosas, a idade dessa amostra variou de 17 a 28 anos, com média de 22,7 anos.^{***}

Substâncias usadas

As perguntas para os estudantes incluíam oito possibilidades: seis psicodélicos, MDMA e “outro”. As porcentagens de estudantes que usaram cada uma das oito estão apresentadas na figura 16.1.

Figura 16.1. Autorrelato (%) de uso de substância por estudantes universitários.

Mais de 50% do grupo havia tomado cogumelos/psilocibina, LSD, MDMA e *Salvia divinorum*.^{****} Em contraste, apenas duas pessoas haviam tomado *santo-daime*. Foram mencionadas (termos deles) as seguintes substâncias não incluídas na lista: nitroso, DXM, 2.CB, cetamina, LAS, sementes de ipomeia e gás hilariante. O número de psicodélicos tomados (excluindo “outro”) variou de oito (uma pessoa) a zero (cinco pessoas). Entretanto, alguns dos contados como zero tinham usado outras substâncias. A média das substâncias diferentes que cada estudante havia tomado era 4,3. Não foi perguntado quantas vezes haviam usado cada substância.

Motivos para tomar

Os estudantes podiam escolher 10 motivos de uma lista para explicar o porquê de terem tomado essas substâncias. Os resultados estão apresentados na figura 16.2.

Figura 16.2. Motivos relatados (%) para o uso de substâncias por estudantes.

Os motivos mais frequentemente citados, pela ordem, foram:

diversão, autocura e solução de problemas; todos acima de 50%. Os motivos menos escolhidos foram melhoria do desempenho sexual e pressão social. Nessa amostra, não houve maneira de determinar quantas das escolhas “diversão” foram relacionadas ao uso de MDMA, uma vez que este é mais frequentemente usado para fins recreativos do que qualquer outro psicodélico.

Motivos para tomar: diferenças homens/mulheres

Os motivos para usar a droga diferiram entre homens e mulheres e estão indicados na figura 16.3.

Como se pode ver, as mulheres mais provavelmente usaram a substância para autocura. Os homens usaram significativamente uma substância por curiosidade, para ter uma experiência espiritual ou uma experiência mística e para apreciar melhor a música. Na verdade, os homens usaram mais provavelmente um psicodélico por todos os motivos, exceto autocura.

Figura 16.3. Motivos relatados (%) para o uso.

Efeitos positivos e negativos

Pediu-se aos estudantes que descrevessem os maiores benefícios e os mais altos custos de todas as suas experiências, abaixo estão listadas algumas respostas representativas para benefícios e custos elevados.

Benefícios

- Tive um encontro surpreendente - Deus? - E tive uma sensação de completa perfeição em tudo.
- Tive uma autocura, vivências de entendimento que abriram minha mente, e muitas visões de criatividade e meu potencial.
- Senti a maior felicidade que poderia ter e entendi a mágica da vida pela primeira vez.
- Passei por uma mudança total de minha personalidade, para melhor.
- Consegui expressar meu amor pelas pessoas e pela natureza

com o MDMA. Com o LSD, pela primeira vez descobri minha espiritualidade e tive a melhor noite da minha vida.

- Comunicação com o mundo mais-que-humano (LSD).

Custo mais elevado

- Vi padrões antigos sobre todo meu corpo, que me fragmentou até o nada. Mas as relações voltaram com o Sol da manhã e a vida ficou feliz.

- Na primeira vez em que tomei LSD, fiquei só em minha viagem e chorei pela dor que sentia das experiências da vida. Foi assustador e me senti mal-amado e sozinho. Também tive perturbações visuais devido à minha tristeza.

- Óleo pingando por toda parte, a tecnologia tomando conta do planeta.

- Eu havia estado arrancando ervas daninhas na praia; quando tomei a sálvia senti que as plantas estavam bravas comigo e isso não foi nada agradável.

- Tive a certeza que ia morrer e senti como é ser esmagado num acidente de carro.

- Duas horas miseráveis, mas ainda aprendi uma coisa necessária: em quem confiar.

Os que foram guias ou foram guiados

O valor de guias para essas experiências tem sido um tema central neste livro, de forma que o questionário também perguntou se as experiências haviam contado com a participação de guias. Trinta e sete por cento da amostra tinha sido guiada ou tinha sido guia. Os motivos dados para o uso da substância foram classificados de acordo com “se tinham sido guiados” ou “se tinham sido guias” e estão apresentados na figura 16.4, na página XXX.

Figura 16.4. Motivos relatados (%) por quem foi guiado ou guiou outras pessoas.

Os estudantes em qualquer lado da relação de guia usaram psicodélicos mais frequentemente para exploração, autocura, experiências espirituais e místicas e curiosidade do que a amostra toda. Nenhum dos que foi guiado ou foi um guia disse que o motivo para usar foi “diversão”.

Intenções futuras

A pergunta final era sobre se pretendia ou não usar psicodélicos no futuro. Oitenta e dois por cento disseram que sim, 7% que não e 7% não responderam ou não tinham certeza.

Observações iniciais

Embora os resultados desse questionário sejam o que se pode esperar de um grupo interessado em pesquisa psicodélica, observem que dados como estes não haviam sido colhidos anteriormente. Esta amostra é única na literatura sobre drogas. Ao revisar os resultados obtidos, fica evidente que:

- Os estudantes têm amplo acesso a drogas psicodélicas.
- Eles as têm usado numa grande variedade de situações.
- Houve más experiências, mas raramente culpam a droga.
- Eles pretendem continuar usando.

Uma pergunta sobre “custo mais elevado” foi eliminada porque alguns estudantes acharam que a pergunta era sobre o custo unitário das drogas usadas. Às amostras subsequentes perguntou-se sobre “piores efeitos posteriores”, uma forma mais adequada de se fazer a mesma pergunta.

Descobrimos que o preço que os estudantes pagam por uma quantidade de substância para uma única “viagem” raramente é mais do que oito dólares. Nenhum dos estudantes pareceu preocupado que essas substâncias fossem ilícitas. Pelo preço aproximado de um ingresso para o lançamento de um filme, eles poderiam passar um tempo poderoso, significativo, transformador e divertido.

Quando questionei o primeiro grupo, eu não tinha certeza de conseguir outra amostra de estudantes, de forma que pedi o número do telefone celular como forma de seguimento. (“Se quiser, por favor, dê o número do seu telefone celular; não escreva seu nome, por favor”.)

Vários de meus colegas profissionais insistiram que ninguém seria tolo ou confiante a ponto de dar a um estranho uma lista de comportamentos ilícitos e o seu número de telefone. Talvez, no espírito da noite ou pela maneira informal que os estudantes consideram o seu próprio uso de drogas, não apenas 37 estudantes escreveram o número de seus telefones celulares, mas vários acrescentaram também seus endereços eletrônicos.

A facilidade da colheita de dados e a riqueza das respostas levou-me a colher dados de outros grupos, mais especialmente uma amostra de uma conferência profissional.

A Amostra da Conferência

A conferência sobre a Ciência Psicodélica no Século XXI aconteceu em São José, Califórnia, em abril de 2010, organizada pela Fundação MAPS, e reuniu quase todos os pesquisadores legais sobre psicodélicos do mundo. Contou com 1200 participantes. Em minha apresentação sobre a experiência enteogênica, pedi aos presentes que preenchessem um questionário; 161 pessoas preencheram. Das 117 pessoas que indicaram a idade, esta variou entre 16 e 74 anos, com uma média de 42. Dos que indicaram o gênero, houve 88 homens, 51 mulheres e uma pessoa transgênero.*

Figura 16.5. Substâncias usadas (%) por estudantes e participantes da conferência.

Uso de Substância

Mais de 50% do grupo tinha tido experiência com

cogumelo/psilocibina e LSD (mais de 88% com ambos), *Salvia divinorum* e santo-daime. As porcentagens que usavam santo-daime e MDMA diferem significativamente da amostra de estudantes, com mais pessoas tendo usado santo-daime e menos tendo usado MDMA.

Como era de se esperar, dada a idade mais avançada dos participantes da conferência, seu uso em geral era maior do que o dos estudantes para todas as drogas, exceto MDMA. Na amostra de estudantes, houve apenas seis substâncias acrescentadas como “outra”. Na amostra da conferência, houve muito mais. As drogas listadas incluíam (lista incompleta): óxido nitroso, 2-CB, cetamina, ibogaína, San Pedro, 2-CT7, 2CI, 5-MBO, MDA, @-CE, 2CX, TCB, LAS, DOB, DOI, DOC, serotonina, TCT9, Rue, 4Aco-DIPT, metilona, bufo, GHB, jacarandá mimoso, sementes de ipomeia e DXM. Alguns membros mais jovens da amostra também listaram cocaína. É muito improvável que eles considerassem a cocaína um psicodélico, mas provavelmente simplesmente listaram todas as drogas que já haviam usado.

A média do número de substâncias que os membros da conferência haviam usado era 5,4, significativamente mais alto se comparado à amostra de estudantes, que foi 4,2. A diferença pode ser explicada pelo fato de que esse grupo era mais velho e, portanto, tinha tido mais anos de oportunidade. Há outras possibilidades, mas estas terão que esperar análises ulteriores.

O número máximo de drogas listadas por um único indivíduo foi 22 e o menor foi zero (ele escreveu que tinha uma doença cardíaca).

Educação: 142 Respostas

Aos sujeitos da amostra de estudantes foi perguntado idade, anos de escolaridade e área principal de estudo; aos sujeitos da conferência foi perguntado simplesmente o nível de educação.

Os cinco maiores grupos foram:

Nível de Educação	Número de respostas
Bacharel	53
Mestre	25
Doutor	22
Médico	14
Universitário incompleto	10

As pessoas nessa amostra em geral tinham um bom nível educacional. Não era uma amostra ao acaso de todo o grupo, mas uma subamostra dos participantes menos orientados para a ciência. A reunião onde essas informações foram obtidas estava no componente “cultural” da conferência, que ocorria em paralelo ao componente “científico” principal.

Ocupação ou profissão: 141 respostas

Foram listadas pelos respondentes 42 diferentes ocupações. As cinco ocupações mais comuns representavam apenas 50% da amostra. Foram, pela ordem:

Ocupação	Número de respostas
Estudante (quase todos pós-graduandos)	32
Psicólogo	22
M.-. / Psiquiatra	13
Tecnólogo da informação	9

Ninguém indicou estar desempregado. Todos indicaram ter, no mínimo, alguma formação universitária e ter emprego. Embora isso possa parecer um achado trivial, contradiz a especulação de

longa duração de que o uso de psicodélicos torna as pessoas menos funcionais, menos produtivas e com menor probabilidade de sucesso numa sociedade altamente competitiva. Em termos simples, essa amostra de usuários de múltiplas drogas não confirma os estereótipos.

Melhores Experiências: 120 Respostas

Perguntamos que substância havia sido usado para a “melhor viagem”. Das 20 diferentes substâncias ou combinações citadas, as cinco mais comuns foram:

Substância	Número de respostas
LSD	42
Cogumelo/Psilocibina	24
Santo-daime	16
MDMA	9
DMT	6

Piores Experiências: 126 respostas

Embora muitos respondentes indicassem que suas experiências mais difíceis ou perturbadoras haviam sido também as mais benéficas, perguntamos que substância havia sido usada na pior viagem, qualquer que fosse a sua definição de *pior*. Das 22 substâncias ou combinações citadas, as cinco mais frequentemente mencionadas foram:

Substância	Número de respostas
LSD	47
Cogumelo/Psilocibina	32

Santo-daime	11
<i>Salvia divinorum</i>	9
DMT	6

Essas duas listas são quase idênticas, porém a *Salvia divinorum* quase não aparece nas “melhores viagens” (apenas uma pessoa a listou), e o MDMA aparece na lista das “piores viagens”. Em geral, as variáveis de set, ambiente, acompanhante e assim por diante são o que determinam se uma experiência é boa ou má, isso parece ser verdade com a maior parte com as substâncias mais citadas (LSD, cogumelos/psilocibina e santo-daime), mas não com a *Salvia divinorum* e o MDMA, que foram mais provavelmente ou a melhor ou a pior, mas não ambas.

Piores efeitos posteriores: 152 respostas

A maioria das pesquisas e a literatura popular sobre qualquer uma dessas substâncias se concentram na experiência em si ou em sentimentos logo após o fim da experiência. Em nossa pesquisa, pedimos aos respondentes que examinassem seus longos anos de experiências e mencionassem os piores efeitos posteriores que haviam notado. Dos 49 diferentes efeitos citados, os oito mais comumente mencionados foram:

Efeito posterior	Número de respostas
Cansado	28
Deprimido	26
Dor de cabeça	9
Ansiedade	7
Dores físicas e insônia	6 (cada)
Vômito e paranoia	5 (cada)

Examinando essa lista, é legítimo concluir que, ao menos nessa população, as substâncias usadas não parecem ser muito perigosas. Houve, entretanto, relatos individuais de efeitos posteriores mais graves, incluindo “colapso completo”, “quase morri de hipotermia” e “TEPT leve” bem como mais sérios, como “caí de uma escada e precisei de fisioterapia durante três meses” e, a minha favorita, “perdi o interesse nas aulas de matemática”.

Mesmo o maior defensor dos psicodélicos precisa ter em mente que essas substâncias, quando mal-usadas, ou mesmo usadas com cuidado, causaram danos mentais sérios e permanentes.

Na mesma conferência conversei com um rapaz aberto e de personalidade magnética, que estava buscando um terapeuta entendido em psicodélicos. Nove meses antes, ele tinha tido uma má viagem que o perturbou tanto que perdeu emprego e passou vários meses morando na rua e dormindo no carro, antes de começar a se recuperar. Embora estivesse muito melhor, sentia que ainda precisava de ajuda.

Isto posto, a amostra descreveu efeitos posteriores relativamente de pouca importância do uso de múltiplas drogas, muitas vezes, durante muitos anos.

Substâncias Usadas para Fins Específicos

O questionário submetido à amostra da conferência, diferentemente daquele da amostra de estudantes, perguntava aos respondentes as razões para usar cada substância. Alguns pareamentos específicos sugerem a variedade das questões que podem ser consideradas.

Pergunta: que substâncias você usou para exploração?

Substância	Número de respostas
LSD	128
Cogumelo/Psilocibin	125

a	
<i>Salvia divinorum</i>	62
DMT	60
Santo-daime	57
Mescalina	46
Peiote	24

Compare a lista acima com as seguintes respostas à pergunta sobre que drogas foram usadas por uma razão diferente.

Pergunta: que substâncias você usou para experiências espirituais/místicas

Substância	Número de respostas
Cogumelo/Psilocibin	105
a	
LSD	99
DMT	51
Santo-daime	48
Mescalina	37
<i>Salvia divinorum</i>	35
Peiote	27

LSD e cogumelos/psilocibina são os psicodélicos preferidos tanto para explorações quanto para experiências espirituais/místicas. Entretanto, poucas pessoas usaram psicodélicos para experiências espirituais e místicas.

Figura 16.6. Psicodélicos escolhidos para Exploração e para Experiências Espirituais/Místicas

O MDMA não aparece em nenhuma das listas porque poucos sujeitos o listaram tanto para exploração quanto para experiências espirituais/místicas.

É mais fácil visualizar esses resultados num histograma (Figura 16.6)

Aperfeiçoamento sexual como motivo para usar uma substância: 141 respostas

Esta foi uma pergunta sobre relação entre o uso de uma substância e o comportamento sexual. Está bem estabelecido na literatura clínica e enteogênica que essas substâncias não melhoram a experiência sexual, especialmente em doses nas quais há uma sensação de se destacar completamente do corpo. Entretanto, quando perguntamos à amostra se uma de suas razões para usar substâncias era para o aperfeiçoamento sexual, este achado não era esperado.

Substância	Número de respostas
Cogumelo/Psilocibina	56
LSD	40
MDMA	28
2-CB	5

Há inúmeras maneiras de se interpretar este achado. Um deles é supor que a literatura está errada e que ao menos em estudos feitos em ambientes com guias ou observadores, sua presença inibe relatos de comportamento sexual. Uma explicação alternativa pode ser que a pergunta indagou apenas a razão pela qual a substância foi usada, não se o prazer ou o desempenho sexual melhorou. Uma terceira possibilidade pode ser que isso seja uma questão de dose, e que um “*best-seller*” (por exemplo, 50 µg de LSD), que aumenta a percepção sensorial, aumente também a percepção sexual.

Como os trabalhos científicos dizem quase sempre no final do

que quer que eles estejam relatando, “são necessárias mais pesquisas”.

Razões para usar um determinado psicodélico

Perguntamos também sobre os motivos para usar um determinado psicodélico. Por exemplo, “por que você escolheu tomar santo-daime?”. (Respostas múltiplas foram muito frequentes; assim, o número total de motivos pode ser maior que o número de sujeitos da amostra.) Os cinco motivos mais escolhidos foram:

Motivo	Número de respostas
Experiência mística/espiritual	55
Autocura ou autoconhecimento	54
Exploração	52
Curiosidade	37
Solução de problemas	19

Pode-se ver que o santo-daime é usado por diversos motivos, e que nenhum motivo único predomina.

Conclusões

Como aconteceu com a amostra de estudantes, podemos tirar poucas conclusões gerais sobre a população da conferência.

- Eles tiveram acesso a muitas drogas psicodélicas diferentes.
- Eles as usaram por diversos motivos.
- Como efeitos posteriores ao uso, tiveram poucos efeitos graves, duradouros ou ruins.
- Seu padrão de uso difere pouco daquele da amostra de estudantes muito mais jovens.

Como se pode ver nas últimas tabelas, temos a oportunidade para garimpar esses dados a fim de responder outras questões

além das apresentadas acima. Há ainda muitas questões sem respostas que estas pesquisas nos permitirão explorar. Como foi notado anteriormente, estes resultados são os achados iniciais de apenas dois de quatro questionários. O restante dos dados está sendo analisado, e os resultados serão disponibilizados no devido tempo. Diversos outros pesquisadores indicaram o interesse nos dados à medida que eles surjam. Esses pesquisadores têm interesses distintos daqueles do grupo central da pesquisa, de forma que outros tipos de pesquisa serão publicados. No futuro toda a base de dados estará disponível *on-line* para outros pesquisadores. As duas amostras não são representativas dos 23 milhões de pessoas que, só nos Estados Unidos, usaram LSD, mas levantam questões provocadoras sobre a extensão do uso em populações mais amplas, que, esperamos, serão de interesse suficiente para as agências reguladoras e formuladoras de políticas públicas para financiar e expandir esse tipo de pesquisa.

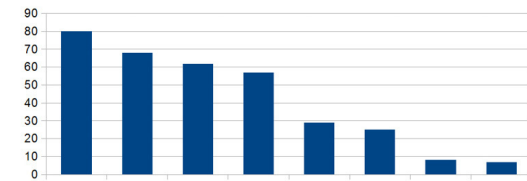
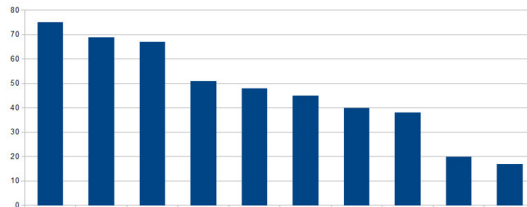
1* Entretanto, quando este livro estava sendo impresso, tive uma informação sobre a publicação recente de uma tese, “Psilocibina e Experiência Espiritual”, de Kevin Bunch, Psy.D. Ele entrevistou 504 indivíduos sobre o uso desse psicodélico. Uma das conclusões foi que 58% acharam suas experiências “entre as cinco mais importantes experiências espirituais de suas vidas” e 90% “declararam que havia afetado positivamente a maneira como viviam suas vidas”.

2** Sophia Korb fez todas as análises e tabelas relativas à amostra de estudantes. A pesquisa foi desenvolvida e apresentada originalmente em forma de cartaz por Alicia Danforth na Conferência sobre a Ciência da Consciência, em Santa Rosa, Califórnia, em outubro de 2009.

3*** A amostra de 108 estudantes incluía: 78 da Universidade Estadual de São Francisco, 21 da Universidade de Stanford, 6 da Universidade do Norte de Illinois (classe de Tom Roberts), 3 do Colégio DuPage, Glen Ellyn, Illinois, (classe de Bruce Sewick).

4**** Quem quiser saber mais sobre a *Salvia divinorum* consulte www.sagewisdom.org.

5* Todos os dados sobre a amostra da conferência foram analisados por Sophia Korb, que criou também as apresentações.



Diversão

Cogumelos/Psilocibina

Autocura

MDMA

Solução de problemas

LSD

Exploração

Experiência mística

Salvia divinorum

Curtir

música

DMT

Experiência espiritual

Mescalina

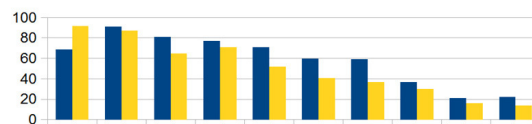
Curiosidade

Peiote

Aprimoramento sexual

Santo-daime

Pressão social



Autocura

Exploração

Curiosidade

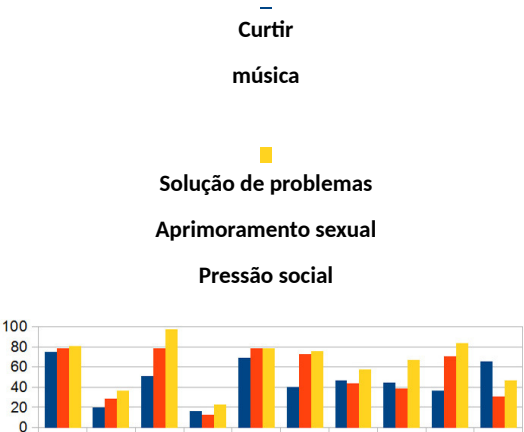
Diversão

Experiência espiritual

Experiência mística



Homens Mulheres

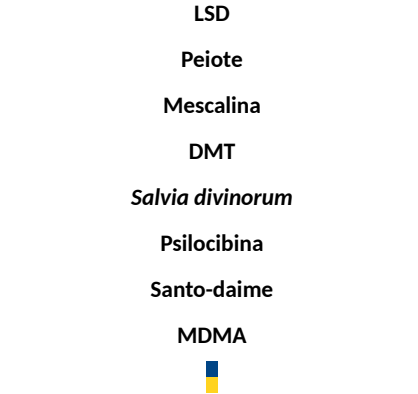


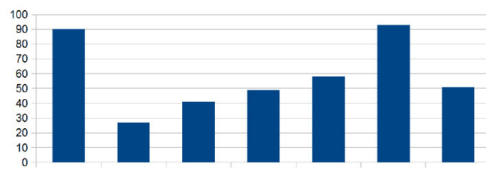
Amostra geral Foi guiado Guiado



Conferência

Estudantes





LSD

Peiote

Mescalina

DMT

Salvia divinorum

Psilocibina

Santo-daime

A

PIONEIRO POR ACASO

Meu Relato Pessoal

Em 1995, duas fundações clarividentes, a Fundação Fetzer e o Instituto para Ciências Noéticas, perceberam que muito do conhecimento e da experiência dos primeiros pesquisadores psicodélicos logo seriam perdidos. Aldous Huxley, Timothy Leary e Alan Watts, cujos livros e conferências abriram os olhos de uma geração inteira para as possibilidades inerentes dessas substâncias, haviam partido, bem como Richard Evans Schultes, descobridor de dúzias de plantas usadas por curandeiros indígenas, e Gordon Wasson, que havia redescoberto cogumelos com psilocibina no México. Nem mesmo os agentes da CIA, que tinham feito uma pesquisa desleixada e frequentemente terrível tentando usar psicodélicos como instrumentos de tortura ou de interrogatórios, estavam mais vivos.

A Fundação Fetzer ofereceu-se para hospedar quantos pesquisadores originais pudessem vir para um fim de semana de compartilhamento e reflexão. Antes da reunião, todavia, os anfitriões entrevistaram detidamente cada um dos participantes em potencial, por vídeo, pedindo-lhes para discutir seus papéis na pesquisa, para garantir que mesmo aqueles que não pudessem participar, ainda assim pudessem contribuir.

*Este capítulo é composto de partes da minha entrevista. É uma série de respostas a perguntas destinadas a eliciar lembranças de parte da minha história psicodélica. Uma versão mais longa pode ser encontrada no livro *Higher Wisdom: Eminent Elders Explore the Continuing Impact of Psychedelics*, editado por Roger Walsh e Charles Grob (ambos importantes pesquisadores independentes) e publicado pela SUNY Press, em 2005.*

Devo dizer que sou um pioneiro psicodélico por acaso.¹ Como mencionei anteriormente, eu era estudante de graduação em Harvard, e, por um breve período, tive como tutor um jovem e dinâmico professor chamado Richard Alpert. Tornamo-nos amigos e acabamos por alugar uma casa juntos para passar o verão em Stanford, onde trabalhei para ele num grande projeto de pesquisa.

Depois do meu último ano em Harvard, em 1960, fui viver na Europa. Na

primavera seguinte, Alpert apareceu em Paris com Timothy Leary a caminho de Copenhague para apresentar o primeiro artigo de trabalho deles com psilocibina. Ele estava em excelente forma e disse: “A coisa mais maravilhosa do mundo aconteceu, e quero compartilhar com você”. Eu respondi, como qualquer um faria: “Claro”. Então, ele enfiou a mão no bolso do seu paletó e tirou um frasquinho de comprimidos.

Minha reação foi: “Comprimidos? Drogas? Que esquisitice é essa?”.

Entretanto, naquela noite, tomei um pouco da psilocibina daquele frasquinho, sentado num café, numa rua importante em Paris. Depois de certo tempo fomos para o meu quarto de hotel, onde ele foi basicamente um acompanhante da minha sessão. Das experiências daquela noite vieram minhas primeiras percepções de que o universo era maior do que eu pensava, minha identidade menor do que eu pensava, e que havia algo a respeito da interação humana que eu não havia percebido. Definitivamente, foi uma experiência poderosa de ligação entre nós. Entretanto, aquela sessão não implicou nenhum afastamento dos níveis da realidade. Isso veio depois. Muitas experiências com psilocibina mais tarde, uma mais com Alpert e uma com meu irmão, voltei para os Estados Unidos. Eu recebera uma carta da minha sessão de alistamento militar dizendo basicamente: “Você gostaria de ir para o Vietnã conosco? Ou gostaria de considerar as alternativas legais existentes para você?”. Naquele tempo, a pós-graduação não me atraía, mas me pareceu o menor de dois males.

Iniciei meu trabalho de pós-graduação em Stanford naquele outono, sentindo-me desapontado com a psicologia porque, depois de ter usado psicodélicos, sabia que havia muito mais coisas. Eu não sabia o que era o “mais”, mas tinha certeza que o Departamento de Psicologia não o estava ensinando. Entretanto, escondido no fundo do catálogo da pós-graduação, encontrei um “curso especial” chamado “O Potencial Humano”, ministrado por Willis Harman, que era, apesar de tudo, um professor de engenharia elétrica. A pequena descrição dizia: “Qual é o ponto mais elevado e melhor a que os seres humanos podem aspirar?”. E sugeria várias leituras. Ao lê-lo, pensei, “Há algo de psicodélicos aqui. Este homem sabe alguma coisa do que eu sei”. Àquela altura, eu dividia o mundo em pessoas que sabiam o que eu sabia – o que não era muito, mas era mais do que eu havia sabido

dois meses antes – e os que não sabiam. (Se eu sabia *corretamente* estava completamente fora de questão para mim naquele tempo.)

Em todo caso, rumei para a sala de Willis Harman, uma sala típica de um professor adjunto de engenharia elétrica, num edifício tão desinteressante quanto um hospital, e disse: “Gostaria de fazer o seu curso especial”. Ele respondeu delicadamente: “Este semestre já está completo, mas eu vou repeti-lo. Talvez você se interesse numa data posterior”. Olhei para ele e disse “já tomei psilocibina três vezes”. Ele se levantou, atravessou a sala e fechou a porta. Então, nos sentamos para conversar seriamente.

Como acabei descobrindo, eu estava certo. Esse curso era sua forma de lidar com a questão. Como você ensina sobre psicodélicos de uma forma que não leva a ser descoberto nem despedido? Depois de conversar um pouco, decidimos que não apenas eu faria o curso, mas seria uma espécie de monitor, porque diferentemente de Harman, eu estava querendo ser aberto com o que estava acontecendo comigo e pensei que tinha muito menos a perder do que ele. O curso começava com a seguinte questão: “Qual é o melhor e mais elevado que um ser humano pode ser?”. Gradualmente, passamos da psicologia para a filosofia, daí para a mística e, finalmente, para a experiência pessoal.

Nessa mesma época, comecei a trabalhar com a Fundação Internacional para Estudos Avançados, em Menlo Park. Fundada por Myron Stolaroff, um executivo da área da eletrônica que havia abandonado aquele campo para dedicar-se à pesquisa psicodélica, essa fundação havia sido criada para trabalhar com psicodélicos. Harman estava envolvido, assim como outras poucas pessoas. Como não tinham nenhum psicólogo em sua equipe, ofereci-me para assumir esse papel. Isso era um pouco ridículo, porque eu havia iniciado minha pós-graduação fazia dois meses e eu não tinha estudado psicologia na graduação, mas eu estava a fim de ir fundo. Começamos a trabalhar no artigo “A Experiência Psicodélica”, que descreve os fundamentos das sessões de terapia com LSD.

Depois de trabalhar em classe e na Fundação por algumas semanas, Harman perguntou se eu gostaria de ter uma sessão com eles. Enfatado com minhas experiências com doses baixas de psilocibina/Dick Alpert/Tim Leary/proximidade humana, eu disse: “Seria ótimo!”. Compareci no dia 19 de outubro de 1961 na Fundação. Duas salas de estar conjugadas e alguns

pequenos escritórios sobre um salão de beleza, que dava para um estacionamento no qual havia um carvalho gigantesco. Deram-me a oportunidade de tomar LSD. Harman era um dos acompanhantes, e uma bela professora de engenharia era a outra.

O Dr. Charles Salet, médico consultor da pesquisa, fez o ato médico de dar-me o material e voltou para sua sala para continuar seu trabalho psicanalítico. Tomei o material, olhei em torno e perguntei para os meus acompanhantes: “Bem, e vocês não vão tomar nada?”, porque esse tinha sido o modelo com Alpert e Leary em minhas sessões prévias. (Acho que Harman tomou um pouco de anfetamina, apenas para me tranquilizar.) Coloquei minhas viseiras, deitei-me no sofá e ouvi música, o formato que eles haviam desenvolvido através do trabalho com Al Hubbard, hoje um padrão para quase todas as sessões no mundo. Durante as próximas horas, naquela sala, para minha grande surpresa, minha mentezinha se dissolveu. Minha sessão foi uma jornada psicodélica enteogênica clássica com alta dose. Descobri que meu desinteresse em coisas espirituais era tão válido quanto o desinteresse em sexo de uma criança de 10 anos, resultante de uma total falta de consciência do que o universo era feito.

Fui para um lugar de solidão absoluta – a profunda consciência de que você-tem-que atravessar-este-vale-sozinho, da separação do universo, e a percepção de que não há realmente nada em que se agarrar. Infelizmente, este estado está a um fio de cabelo do próximo lugar, no qual havia apenas uma coisa, eu era parte dela. Nesse ponto, ouvi o que poderia ser descrito como cantos de júbilo através dos céus. “Outro idiota acorda!”. Nenhum júbilo na percepção do que eu, Jim Fadiman, era, mas do que eu era parte. Que alívio! Entrei num espaço de sensação de que eu não era a parte de tudo – mas aquela *tudo* era parte de tudo, e claramente eu era parte disso. Subitamente, ficou óbvio que não há morte e que a forma cíclica fundamental do universo é melhor descrita em termos humanos como amor. Isso tudo era incrivelmente óbvio. E, por alguma razão particular, eu, Jim Fadiman, estava recebendo esse despertar para o meu verdadeiro eu.

A partir dali, examinei várias estruturas de minha vida. Todas eram, na melhor das hipóteses, divertidas. Impressionou-me que ser um estudante de pós-graduação para não ter que ir para guerra pareceu-me uma coisa

perfeitamente plausível, que tinha a ver com esta encarnação. Não era claro para mim se eu, Jim Fadiman, como uma personalidade individual, havia vivido antes. Mas isso tampouco era importante, por que o Jim Fadiman que estava naquela sala em 19 de outubro não era muito importante, era apenas como o recipiente no qual “eu” me encontrei.

Naquela noite, antes de ir para casa com Harman, fomos para o topo do Skyline, a crista de uma montanha em Stanford. Olhei em torno e tive uma sensação surpreendente de identificação com a Criação. Andei em torno dizendo coisas como “eu fiz um esplêndido com isto”. Este “eu” claramente não eu, não Jim Fadiman, mas o “eu” estava satisfeito com a Criação e satisfeito porque partes de mim estavam observando outras partes de mim. Agora, entoar cantos de louvor ao Senhor é uma noção do Antigo Testamento, e você pode se perguntar por que o Senhor estaria interessado nisso, uma vez que Ele escreveu as canções e, aliás, tudo o mais. Mas quando você está no modo de louvação, é gostoso congratular-se consigo mesmo pelos trabalhos bem feitos.

Continuei a ser parte da equipe com Harman, Stolaroff, Savage e outros, mas agora eu olhava o trabalho de um nível muito diferente de antes, porque *agora*, finalmente, entendia o que estava fazendo na Terra. Estávamos tentando descobrir se você pode facilitar a experiência enteogênica – se usar o psicodélico num ambiente solidário, não médico, com a dose suficiente. E se isso seria benéfico.

Havia ainda, com Hubbard, um “treinamento avançado”, como passou a ser chamado, em geral no Vale da Morte. Esse era o *set* e ambiente ao ar livre mais intenso que se podia imaginar, que permitia aberturas que não eram facilmente conseguidas em nenhuma outra situação.

Uma sessão típica implicava dirigir de Lone Pine e parar em algum ponto para tomar o psicodélico. Aí, íamos para diversos locais e passávamos um tempo ali, em geral “de olhos abertos”, lidando com o que era visível – ou visível nos planos invisíveis dali. Você tinha que enfrentar sua própria vida muito mais diretamente devido à aridez, à enorme beleza e à enorme esterilidade da paisagem. O treinamento avançado era uma forma importante de assegurar que você não seria aprisionado em seus sistemas de crenças pessoais.

Como parte do tempo estava fazendo uma pesquisa sancionada pelo

governo, eu também estava, como mencionei no capítulo 14, envolvido com o mundo do escritor Ken Kesey, porque Dorothy, minha esposa, tinha estado envolvida com o Kesey. Isto tornou-me uma das poucas pessoas que estava plenamente envolvida na pesquisa psicodélica totalmente lícita e que também saía com o grupo número um de foras da lei psicodélicos, exploradores que operavam sem restrições.

Quanto tempo você conseguiu trabalhar com psicodélicos em Stanford, e como isso terminou?

Levei dois anos para conseguir montar uma banca com pessoas que aceitassem ter seus nomes em minha dissertação, “Mudanças comportamentais após a terapia psicodélica (LSD)”, o título que achei que não me faria ser expulso de Stanford.

O governo federal havia, na época, autorizado um estudo sobre a questão da criatividade, para pesquisar se os psicodélicos facilitariam a resolução de problemas de natureza técnica. O doutor Oscar Janiger, de Los Angeles, e outros haviam trabalhado com artistas – mas nós adotamos um desafio diferente. Seria possível usar esses materiais para colocar pessoas para trabalharem problemas altamente técnicos? Uma dificuldade, sabíamos, era que se subíssemos muito a dose, nossos voluntários ficariam mais interessados em ver Deus e em abandonar suas identidades pessoais, o tempo e o espaço do que se concentrar em problemas relacionados ao trabalho.

Em 1965, começamos este estudo maravilhoso com cientistas pesquisadores seniores de diversas companhias. Dissemos a eles que os ajudaríamos em seus problemas tecnológicos mais urgentes, particularmente se eles estivessem realmente emperrados. Nosso critério de admissão ao estudo é que eles tinham que trazer no mínimo três problemas nos quais estivessem trabalhando há pelo menos três meses. Diversas patentes surgiram nesse estudo.

Mas tudo que é bom, acaba. Certa manhã, estávamos conduzindo nosso sétimo no grupo. Quatro pessoas estavam na primeira parte do experimento, a de relaxamento, quando recebemos uma carta que dizia mais ou menos isto: “Alô, este é o seu governo federal. Agora que os psicodélicos estão disponíveis, estamos preocupados porque as pessoas estão abusando deles e porque coisas muito ruins estão acontecendo na cultura dos jovens. Até onde sabemos, não podemos fazer nada sobre o

problema que nos preocupa. Mas podemos parar alguém, em algum lugar, o que fará nos sentirmos melhor. Portanto, decidimos nesta manhã interromper toda a pesquisa nos Estados Unidos. A sua, inclusive”. As palavras, obviamente, eram um pouco diferentes, mas a mensagem era clara: seu trabalho acabou.

Isso efetivamente encerrou nossa pesquisa.

Entretanto, publicamos aqueles resultados e há muitos notáveis felizes cientistas que estiveram envolvidos naqueles estudos. Um tornou-se vice-presidente da Hewlett-Packard, o outro recebeu os principais prêmios científicos do mundo dos computadores. A ironia era que nossos estudos eram uma forma totalmente aceitável de incluir os psicodélicos na cultura. No entanto, fomos solicitados não apenas a parar a pesquisa, mas também a negar o que quer que tivesse sido aprendido e manter a sociedade ignorante desse trabalho. Pediram-nos para fazer isso enquanto milhões de pessoas na cultura mais geral estavam conduzindo experimentos sem conhecimento, ajuda ou apoio.

Considerando que você tinha uma profunda experiência, o que fez a seguir?

Na verdade, àquela altura, dei um passo atrás. Senti mais a percepção do absurdo daquele momento do que afetado pessoalmente, porque eu estava num lugar no qual coisas não me afetavam muito pessoalmente; apenas aconteciam, e fiz o que tinha que fazer. Logo, dei um passo atrás e pensei: “Bem, o que mais pode ser feito?”. Naquele tempo, como milhões de pessoas usavam psicodélicos, outras imensas vias espirituais estavam começando a ser abertas. A maioria vinha de tradições pré-existentes e várias práticas incluíam meditação, jejum, busca de visões, rituais xamanísticos e o Caminho do Peiote, desenvolvido e usado primariamente por nativos norte-americanos. Como eu não podia mais usar o que parecia ser a melhor coisa, mais limpa e mais fácil de trabalhar comigo e com outras pessoas, busquei o que mais existia.

Quase recebi um emprego como conselheiro na Universidade Estadual de São Francisco, porque estavam desesperadamente precisando de alguém com experiência com psicodélicos e que pudesse trabalhar com os estudantes que tivessem problemas com isso. Entretanto, quando pensaram melhor, perceberam que se me contratassem, ou alguém como

eu, isso implicaria que havia alguma verdade ou legitimidade no que estava acontecendo. Portanto, ao invés de contratar alguém que realmente *sabia* o que estava acontecendo, retiraram sua proposta e decidiram não me contratar.

Isso me fez perceber que minha carreira estava num terreno instável, pois minha dissertação expôs-me como um “deles”, fosse quem fosse “eles”. Eu tinha feito isso em Stanford. Mas, assim que concluí, o grande terror de Stanford era que eles se tornassem, apoiando a pesquisa psicodélica, o que poderia ser chamado de a “Harvard do Oeste”, porque naquela altura, Leary e Alpert já tinham sido expulsos de Harvard por fazer pesquisa muito menos controversa do que a minha.

Uma das coisas nas quais trabalhei, tornou-se o *Journal of Transpersonal Psychology*. Também trabalhei para criar a Associação de Psicologia Transpessoal. Isto devia tornar-se um fórum no qual diferentes tradições religiosas intelectuais poderiam se reunir para falar, não sobre doutrina, mas sobre experiência. E isso permitiu a cooperação de uns com os outros de uma forma que não tinha sido previamente possível nem em círculos religiosos nem psicológicos.

Um modelo que já existia, conduzido pelo mesmo núcleo de pessoas, era o *Journal of Humanistic Psychology* e sua associação. Começamos a formar algo semelhante. Escrevemos aos membros do Conselho Editorial do *Journal of Humanistic Psychology* e dissemos: “Estamos em marcha. Há mais sobre a condição humana do que vivenciamos com nossa orientação humanística. Não temos certeza para onde estamos indo, mas eis algumas das coisas que vamos examinar... Gostariam de participar conosco?”.

Os editores partiram-se em dois grupos. Metade deles disse: “Tenho uma vaga ideia de onde estão e irei com vocês”, e a outra metade disse: “De jeito nenhum”. As principais respostas negativas, que me lembre, foram de Victor Frankl, que escreveu: “Isso é um absurdo total”, e de Rolo May que, por vários motivos, tornou-se um sério inimigo das implicações espirituais do trabalho e atuou ativamente contra ele.

Em muitos sentidos, o movimento humanístico era muito progressista para seu tempo. Por que você acha que a questão dos psicodélicos e o movimento transpessoal foram tão antitéticos em relação ao sistema de

crenças?

Tendo estado em ambos os lados, penso que se você cresceu com uma visão de mundo na qual existe apenas este mundo, você cresceu como um provinciano intelectual. As únicas experiências que você teve com a religião foram com pessoas que nunca tiveram nenhuma experiência *verdadeiramente* espiritual. O que você tem, talvez, seja uma religião formal, que lhe proporciona uma comunidade de belas pessoas que falam nas metáforas da religião porque é a melhor linhagem que têm. Entretanto, o que tudo isso acrescenta é uma visão muito empobrecida da espiritualidade.

Você, então, projeta nos outros, em pessoas, como eu era naquele tempo. Se falo sobre ser um agente divino de Deus, sou *claramente*, por exemplo, um esquizofrênico paranoide porque os esquizofrênicos paranoides também falam que são agentes divinos ou anjos de Deus. O que você encontra é um grupo de pessoas que lidam com o medo profundo de que toda a sua visão de mundo seja pequena. E, quando sua visão de mundo é pequena e você está numa posição de poder, não parece nem irrealista nem difícil dizer que as pessoas que parecem estar atacando-o devem estar erradas.

A Psicologia tem uma fantástica habilidade para tornar desacordo em perturbação, incapacidade ou patologia. No mundo científico, “medo” em geral é chamado de “ceticismo”. Pense desta forma: se você sabe só um pouquinho de biologia, parece altamente improvável que exista um ornitorrinco com bico de pato. Se você nunca viu uma girafa ou um elefante é fácil acreditar que eles não existem. Assim se alguém chega para você e diz: “Gostaria que conhecesse meu amigo elefante, que nos levará até à floresta onde há girafas”, não é surpreendente que você responda “é melhor você ir embora e certamente não o quero contratar. E, muito certamente, não quero publicar seus artigos”.

Você diria que isto também reflete o porquê de a cultura mais geral ter se tornado tão hostil aos psicodélicos e porque, depois de um entusiasmo inicial, houve uma onda de repressão que incluiu eliminar seu programa em Stanford?

Os psicodélicos eram uma onda de magnitude crescente, e o Vietnã foi

um muro de pedras. Quando os psicodélicos encontraram o Vietnã, e o país se partiu ao meio, a velha guarda, que havia criado e mantido o Vietnã, estava em guerra etc. e tal, ficou aterrorizada e corretamente ameaçada. Por quê? Porque as pessoas do psicodélico diziam: “Não estamos nem um pouco interessadas em suas instituições. Queremos fazer o que for necessário para derrubá-las. Queremos eliminar sua universidade, não acrescentar mais cursos. Queremos eliminar seus militares, não melhorar o treinamento. Queremos esvaziar suas igrejas, porque a verdadeira experiência religiosa não acontece atrás de paredes”.

Então, a velha guarda disse: “Não sei o que vocês estão querendo, mas sinto-me tão profundamente ameaçada, que vou paralisá-los o mais rápido que puder”. Como resultado, houve uma impressionante unidade das principais instituições empurrando de volta a onda psicodélica. O que eles disseram foi: “Nós controlamos as armas; nós controlamos as universidades, nós controlamos a medicina. E, em nome de Deus, estamos em guerra com essas pessoas que não se contentam em deixar-nos viver nossas vidas, mas estão determinados, através de nossas partes mais vulneráveis, nossas crianças, a nos tirar o amor e o respeito e o apoio de nossas instituições e de nós mesmos”. Desse ponto de vista, é difícil saber o que mais eles poderiam ter feito.

Nos últimos anos, parece haver um ressurgimento do interesse em psicodélicos. O que está acontecendo?

A cultura está pouco a pouco começando a admitir que os jovens ainda estão usando psicodélicos – ainda que o Governo Federal tenha há muito tempo interrompido a pesquisa, as revistas científicas tenham parado de aceitar artigos, os fundos para pesquisas tenham secado. Esses jovens, que são principalmente muito bem-educados, estão começando a admitir que décadas de desinformação não funcionaram tão bem quanto os desinformadores gostariam. É outra geração, alguns dos quais estão dizendo: “Honestamente, olhei para minha experiência e comparei com os pratos de desinformação com os quais me alimentaram, e minha própria experiência parece ser mais válida”.

Então, agora os psicodélicos estão saindo do armário novamente. Em que contexto, no futuro, eles poderiam se tornar mais aceitos pela sociedade em geral?

Você precisa examinar o uso do material psicodélico em dois contextos.

Um é o enteogênico e outro é o psicoterapêutico. O contexto enteogênico diz que religião é um ato privado e que a supressão governamental de eventos privados, internos, é um ato fundamentalmente contra a humanidade. Essa é a via enteogênica, a via à qual estou dedicado. Percebo agora que o governo não apenas parou minha pesquisa interrompendo o estudo de criatividade. O que ele realmente fez foi dizer: “Você não pode praticar sua religião ou vamos colocá-lo fisicamente na prisão”.

O outro contexto é o uso dos psicodélicos para ajudar as pessoas a viver melhor suas vidas, com menos neurose, menos psicose, menos fixações, menos perversões e assim por diante. Esse é um domínio muito diferente que deveria estar nas mãos das pessoas que, historicamente, ministram intervenções terapêuticas.

Pessoalmente, tornei-me mais radical. Nos Estados Unidos, por volta de 1830, as leis diziam que quem quisesse praticar qualquer tipo de cura ou Medicina, poderia. Se você prejudicasse alguém, você poderia ser processado, mas se você não prejudicasse ninguém, você não seria processado. Gostaria de ser livre para ajudar pessoas.

O que você diria para os jovens sobre psicodélicos?

Basicamente, minha conferência sobre *set*, ambiente, substância, acompanhante, sessão e situação, que é resumida da seguinte maneira: se você for usar psicodélicos, faça-o com alguém que você ama, alguém de sua preferência, alguém com quem você já esteve antes, e esteja consciente de que você pode descobrir que o mundo é melhor do que você jamais imaginou. Além disso, o que geralmente digo é que seria muito, muito melhor se você soubesse qual era a verdade antes de você trabalhar com os psicodélicos. Muitas pessoas que começam a usar psicodélicos hoje são jovens demais. O que aprendi com minha própria pesquisa é que os psicodélicos pegam sua experiência de vida e a fermentam, para que algo novo possa brotar. Se você não tem muito para compostar, não crescerá muito coisa. Sempre considerei os psicodélicos como instrumentos de aprendizagem. Mesmo no meio de uma experiência psicodélica, eu pensava: “O que será que vou fazer com isso?”. Num certo sentido, queria que acabasse logo para que eu pudesse começar a fase de digestão e de

assimilação, porque a experiência psicodélica em si não era o meu maior interesse.

O que você acha que teria sido sem os psicodélicos?

Sem psicodélicos, eu teria sido mais neurótico e mais chato. Tenho uma ideia decente de quem eu era como uma estudante de graduação em Harvard: bobo, esperto, inteligente, sarcástico, infantil e arrogante. Eca! Quer dizer, acho engraçado quem eu era, mas certamente não o convidaria para jantar. Meu mundo era muito pequeno, baseado em ter um grande vocabulário, um QI moderadamente alto e uma alma tão pequena que se provasse umas colheres de chá, provavelmente não sentiria nenhum sabor. Os psicodélicos são um recurso fundamental sobre os quais me baseei para tornar-me um ser humano.

Mudando um pouco de marcha, quem você pensa que deveria usar psicodélicos? Digamos, se você tivesse o poder de formular políticas públicas?

Tenho a forte convicção de que deveríamos retornar o uso enteogênico para o contexto de um relacionamento guiado, que tem sido o modelo em todas as culturas tradicionais que estudei. A ideia de que as pessoas deveriam sair e viajar com outros de sua própria idade, que não sabem nada mais que eles, tenham 50, 20 ou 12 anos, nunca funcionou bem em nenhuma cultura, e certamente não funciona bem na nossa. Assim, se eu fosse o czar da experiência espiritual e decretasse que as pessoas deveriam ser autorizadas a ter liberdade de religião dos Estados Unidos da América, eu começaria dizendo que liberdade de religião de um tipo enteogênico será praticada da mesma forma que alguém tem a liberdade de pilotar um avião privado. Você não começa voando sozinho. Primeiro, você sobe com alguém que sabe mais do que você. O piloto treinado está no comando, ele diz quando você está pronto para voar sozinho.

No longo prazo, você é otimista?

Se você examinar a história com olhos enteogênicos, perceberá que, dado que a verdade sempre está disponível, algumas pessoas acabam descobrindo-a de uma forma ou de outra, em cada geração. Nas últimas gerações, muitas pessoas tiveram oportunidade de descobrir isso e o fizeram.

Cada tradição espiritual de valor tem, em sua origem, alguém que fez um

avanço em relação à verdadeira realidade. Quando voltaram a ser em seus próprios corpos, se perguntaram: “Como vou compartilhar isto com alguém?”. De alguma forma eles descobriram um jeito de fazê-lo e no fim das contas tiveram muitas pessoas ao seu redor, algumas das quais disseram: “Eu farei o trabalho sujo. Eu conseguirei organizar a reunião. Eu trarei a comida. Eu cuidarei das coisas”.

Gradualmente, os cuidadores controlaram a situação – coisa que eles sempre fazem. O fundador original faleceu e os cuidadores começaram a facilitar as coisas para eles mesmos. É mais fácil trazer a comida se for todos os domingos; é mais fácil se todas as pessoas tiverem um certo lugar para se sentar; é mais fácil se as pessoas pagarem os cuidadores; e assim por diante. De forma que os burocratas sempre acabam comendo todo o alimento espiritual do fundador. Sem uma infusão contínua de alimento espiritual, você acaba com o que poderia ser chamado de uma religião “organizada”. O impulso espiritual – a necessidade de ser parte de todo o seu ser – não pode ser mais reprimido do que o impulso sexual. Mas sua expressão – e digo isto sem nenhuma má vontade – sempre, inevitavelmente, torna-se calcificada. A inflexibilidade leva a mais inflexibilidade.

Tenho olhado para a próxima geração psicodélica dizendo para nós: “Que bando de pentelhos velhos e cansados vocês são, com esta ou aquela revista científica, esta associação e a sua assim chamada pesquisa, quando Deus está todo ao seu redor!”. E quero dizer para eles: “Leve-me para fora do palácio. Você ganhou! Ponha abaixo as paredes. Retorne às coisas básicas. Quer dizer, eu gostaria que você não desse um tiro em mim, mas, por favor, pegue meu emprego!”.

Está começando a acontecer e adoro isso.

A



POSSIBILIDADES POSITIVAS PARA OS PSICODÉLICOS

Tempo de uma celebração provisória

Para aqueles de nós envolvidos com psicodélicos, esta é uma época de mudanças inesperadas, uma época de celebração provisória. Depois de décadas de inverno, o gelo começou a afinar. As tendências aquecedoras em direção à legalização, o crescente uso religioso, médico e psicoterapêutico, a exploração científica e aceitação cultural são encorajadoras.

Depois de tantos anos, por que agora? Talvez porque a geração que suprimiu a pesquisa, criminalizou o uso pessoal e colocou na cadeia os usuários, está deixando o poder. Esta nova geração é mais capaz de admitir a inevitabilidade da repressão legal e moderá-la. É muito mais fácil para aqueles que nunca votaram nas leis atuais reconhecer que algumas, aprovadas às pressas e com ignorância, não funcionam e são contraproducentes.

Embora a agenda da comunidade de pesquisa tenha se concentrado na restauração do uso terapêutico,¹ as mudanças mais notáveis têm sido na previsão legal do uso pessoal privado. A comunidade das nações parece estar sacudindo o medo induzido pelos excessos dos anos 1960, a resposta fóbica do governo norte-americano e a pressão dos Estados Unidos sobre outras nações para seguir sua direção. Como flores silvestres brotando nas fendas do concreto, outros países estão começando a estabelecer suas próprias políticas.

Por exemplo, Gilberto Gil, ministro da cultura do Brasil, falou da importância dos esforços brasileiros para reconhecer sua cultura através do programa do patrimônio nacional e caracterizado pelas

igrejas do santo-daime como parte da “diversidade religiosa que a democracia brasileira precisa respeitar”. Esta caracterização do uso sacramental do santo-daime como “religioso” permitiu ao Brasil deixar habilmente de lado suas obrigações devidas a tratados internacionais para restringir o uso de drogas.

Os Países Baixos há muito facilitaram a disponibilidade de acesso a alguns psicodélicos, mas não chegaram a uma legalização formal. Portugal descriminalizou todas as drogas em 2001 e deixou explícito que o tratamento estaria disponível para qualquer usuário de droga que dele necessitasse. Os negacionistas se irritaram achando que isso teria terríveis consequências, mas os resultados foram totalmente benéficos: menos dependência, menos perturbação social, menos criminalidade em geral, menor uso real, mais serviços de tratamento, e uma enorme economia na aplicação da lei.²

O México, em 2009, legalizou pequenas quantias de todas as drogas previamente ilícitas. Isso foi feito, em parte, para liberar recursos para tentar eliminar os cartéis criminosos de drogas. Como as drogas ilegais que causam dependência, incluindo a cocaína, a heroína e seus derivados, são produzidos primariamente para o mercado norte-americano, o foco estava em atividades transfronteiriças. A República Tcheca abrandou suas leis a ponto de ser legal a posse e o cultivo de muitas plantas psicodélicas. Também reduziu suas penalidades para posse de pequenas quantidades de substâncias manufaturadas como o MDMA.

As bases para essas reformas é o reconhecimento das seguintes realidades:

1. Os psicodélicos não causam dependência. Nunca causaram.
2. A maconha, diferentemente do tabaco e do álcool, não causa síndromes médicas físicas. Apenas no Estados Unidos, o tabaco

– legal, causador de dependência e regulamentado – contribui diretamente para a morte de 400.000 pessoas por ano, enquanto a maconha – ilegal, sem causar dependência e sem regulação (e talvez usada por mais norte-americanos que ainda fumam cigarros^{*}) – não mata ninguém.³ Drogas ilícitas são ímãs para o crime e para a violência. Foi verdade quando os Estados Unidos proibiram o álcool nos anos 1920; é igualmente verdade em relação a qualquer outra substância desejada e proibida. Esqueçemo-nos do enorme aumento do consumo de álcool e do crime que a Lei Seca trouxe. Simon Louvish escreveu, “*Times Square* – entre as ruas 34 e 52 – se gabava de ter 2.500 bares clandestinos, onde antes da Lei Seca havia apenas 300 bares legalizados. Em 1925, em todo o país havia cerca de 3 milhões de ‘botecos’, enquanto os cafés de antes da Lei Seca eram 177.000. Em outras palavras, uma nação de bebedores moderados tornou-se numa nação de alcoolistas obsessivos que pagavam criminosos para construir um imenso mercado negro que afetaria a economia da nação durante décadas”.⁴

Com a remoção das penalidades criminais para as drogas mais benignas, ou ao menos para as que não causam dependência, o uso pessoal real diminui – pelo menos nos Países Baixos e em Portugal, os dois únicos países dos quais temos dados. Outra estatística equivalente que temos indica que os estados com leis para o uso medicinal da maconha não tiveram um aumento na quantidade total de maconha fumada, como havia sido previsto por aqueles que tentavam impedir que essas leis entrassem em vigor.

Um segundo grupo de países não mudou suas leis, mas seus tribunais julgaram que a Constituição garante o direito a atividades privadas alteradoras da consciência. As supremas cortes do Brasil e da Argentina concluíram que o Estado não pode negar às pessoas

o direito do uso pessoal de qualquer substância, enquanto ela não levar a um comportamento socialmente inaceitável ou criminoso.

Um terceiro grupo de países, ainda incertos sobre que direção tomar, inclui os Estados Unidos. Nos Estados Unidos, as políticas que agruparam maconha, psicodélicos e drogas que causam dependência levaram a uma população carcerária exuberante, à proliferação de atividades internacionais criminosas altamente lucrativas, à distorção da economia nacional de países que produzem drogas ilícitas para o consumo norte-americano e um crescente desdém pelo fracasso do governo norte-americano em lidar com a situação. Estas políticas públicas também custam bilhões de dólares anualmente. Apesar da relutância de Washington em mudar, um estado depois do outro tem usado suas prerrogativas para permitir que as pessoas usem maconha como medicamento.

Até à administração Obama, o Governo Federal fez o que pôde para subverter essas leis e criminalizar todos os usuários. Uma indicação do aumento da demanda do uso medicinal da maconha foi que poucas semanas depois da decisão da administração de suspender o bloqueio federal do uso médico da maconha aprovado em diversas legislações estaduais, só em Los Angeles foram abertos 800 dispensários de maconha, número este maior que o de bancos e de escolas públicas da cidade. A tendência para a legalização está se acelerando à medida que se torna cada vez mais evidente que o uso de maconha não leva nem a violência nem a comportamentos criminosos. Que os últimos três presidentes tenham fumado maconha em algum momento de suas vidas não foi perdido nem pelo público em geral e nem pelos reformistas.

A maconha não é um psicodélico, mas é uma substância que altera a consciência, utilizada tradicionalmente para fins espirituais e terapêuticos. À medida que sua situação legal muda, outras

plantas e substâncias que alteram a mente têm menos probabilidade de permanecerem demonizadas.

Em 2010, diversos estados norte-americanos, principalmente a Califórnia, mas também Nevada e Flórida, iniciaram movimentos para permitir o direito de votar em iniciativas para descriminalizar ou legalizar a maconha. A Califórnia conseguiu colocar a “Proposta 19” em votação. Na Califórnia o argumento principal é que a produção da maconha, embora seja um dos setores econômicos mais importantes do estado, não tem nenhum tipo de taxaço e que sua proibição é cara e não teve nenhum sucesso.⁵ A ideia era tornar esse sumidouro de dinheiro jogado fora numa fonte de renda. A proposta de voto da Califórnia tornava legal a posse de até 15g, permitia o cultivo doméstico de até 2,5m², proibia a venda para menores e proibia fumar em público. Os aspectos específicos da regulação e da taxaço ficariam por conta das jurisdições locais.

A proposta foi derrotada por 54% a 46%. As iniciativas sobre o uso médico da maconha também foram derrotadas. A derrota, ao menos na Califórnia, deveu-se exclusivamente à demografia dos eleitores. Como no âmbito nacional, o número de eleitores jovens foi muito menor do que o daqueles que participaram em 2008. Quanto maior a idade do eleitor, menor a probabilidade de que ele ou ela votasse a favor da proposta.

Mais diretamente relacionados à liberdade religiosa e à liberdade de uso de psicodélicos, vários julgamentos em outros estados estabeleceram que grupos religiosos que usam o santo-daime como seu sacramento central podem praticar sua fé sem medo de prisão. Estes casos são um grande passo adiante para a restauração da liberdade de religião com relação a psicodélicos em outros ambientes.

Mesmo o absurdo da proibição do cultivo de cânhamo como se

fosse maconha (comparável a colocar qualquer bebida gaseificada na categoria de cerveja) tem sido olhado de forma diferente. Produtos de cânhamo importados, incluindo alguns para consumo humano, estão novamente disponíveis. Um estado, Washington, seguindo o exemplo do Canadá e de uma dúzia de outros países, permite que o cânhamo seja cultivado, colhido e vendido. Parece haver, se não um fim da falta de bom senso dos órgãos regulatórios, algumas fissuras nele.

Legalizar a maconha e torná-la passível de impostos reduziriam enormemente as necessidades orçamentárias e de pessoal dos órgãos de aplicação da lei – e sua influência. O retrocesso veio de agências de aplicação da lei, de prisões privadas e de grupos de agentes penitenciários, cujos lucros e mera existência dependem da estrita aplicação da lei e de longas sentenças (além dos interesses da indústria do álcool e do tabaco). Muitos departamento de polícia, por exemplo, dependem do confisco de bens em prisões ligadas a drogas como sua principal fonte de renda e vão combater qualquer ameaça de perdê-la. Por exemplo, em 2008 as autoridades de Los Angeles confiscaram bens no valor de 7.709.355,00 dólares, de São Francisco 938.012,00 dólares e de Sacramento, 1.633.282 dólares.⁶

Apenas agora, na fase preliminar de liberalização, estamos começando a ter dados científicos baseados em evidências disponíveis sobre os psicodélicos. Seria otimista demais esperar que uma legislação baseada em evidências se disseminasse no curto prazo, mas podemos esperar que mais países afrouxem algumas de suas restrições à medida que seu benefício se torna aparente de forma mais generalizada.

Uso Enteogênico

Embora as restrições legais tenham posto um fim na pesquisa convencional, fizeram pouco para impedir a contínua proliferação

do uso de psicodélicos em nossa cultura. É difícil dizer quantas áreas culturais foram afetadas particularmente pelos psicodélicos. Por exemplo, Jack Korfield, um famoso professor budista, diz: “É verdade que a maioria dos professores do budismo norte-americano usou psicodélicos, seja logo após iniciarem sua prática espiritual, ou antes disso”.⁷ Este uso, de fato, não é contrário aos votos budistas.⁸ Minha própria experiência diz que professores de muitas outras disciplinas espirituais também começaram suas jornadas depois de importantes experiências psicodélicas.

Desde 2006, uma equipe da Universidade Johns Hopkins iniciou uma série de estudos para determinar se os psicodélicos usados numa situação segura e sagrada levam os sujeitos a experiências espirituais.⁹ Não é surpreendente que a resposta tenha sido sim. Mais importante do que a própria pesquisa, é que ela superou uma barreira importante. O governo autorizou, pela primeira vez, uma pesquisa que faria perguntas espirituais, não médicas. Mais reveladora ainda foi a atenção que os meios de comunicação deram aos achados. Mais de 300 órgãos de comunicação publicaram algo a esse respeito, depois que os resultados foram publicados numa revista acadêmica revisada por pares. Surpreendentemente, um relato positivo apareceu até no *Wall Street Journal*. De maneira mais instrutiva, em termos de tendências, houve um curto artigo no *Scottish Sporting News*. A manchete era: “Cogus dão barato”. Os editores supuseram que seus leitores conheciam o termo de gíria para os cogumelos psicodélicos e não pareceu que seria preciso um longo artigo para dizer que a ciência havia descoberto o que seus leitores já sabiam.

De igual importância, uma grande quantidade de *websites* agora atendem à demanda por fácil acesso a informações básicas a respeito do uso seguro e sadio de psicodélicos. O site principal é

Erowid (www.erowid.org), que tem relatórios e informações, artigos técnicos, dicionários moleculares interativos, arte visionária, descrição de perigos e contraindicações, bem como milhares de relatos pessoais sobre dúzias de substâncias. Esse site tem em média 60.000 visitas por dia, número que cresce desde seu lançamento. Percorrê-lo deixa claro que embora 40 anos de informação inadequada tenha agido contra seu uso com sabedoria, um subterrâneo generalizado está prosperando sem impedimentos.* ²

Outro fenômeno recente é a crescente popularidade do santo-daime. Enquanto outros psicodélicos em geral são usados de maneira recreativa, o santo-daime é quase sempre tomado sob a direção de guias experimentados ou de xamãs. Nos anos 1960, um rito de passagem prototípico era visitar a Índia, estudar com um guru e praticar austeridade num *ashram*. Os psicoexploradores de hoje se dirigem para a floresta tropical da América do Sul para trabalhar com curandeiros e plantas medicinais tradicionais, das quais o santo-daime é a mais conhecida. Embora as viagens para a Índia fossem principalmente sobre autorrealização pessoal, a intenção daqueles que hoje buscam as imersões na América do Sul quase sempre incluem cura (física e mental), mas esses buscadores estão igualmente preocupados com a reparação da fenda entre a humanidade e outros reinos biológicos.

Dois debates persistem, remanescentes dos ingênuos anos 1960. Um é sobre a validade de experiências induzidas por plantas ou substâncias químicas versus experiências atingidas por meditação, oração, movimento ou jejum. A discussão arde e se inflama de vez em quando, mas nunca será resolvida.

O outro debate, esse entre os que menosprezam os psicodélicos sintéticos e aqueles que não, também persiste, sem esperança de

que um lado convença o outro. Perguntaram a Gordon Wasson, que descobriu o uso do cogumelo psicodélico no Novo Mundo, sobre a diferença entre os cogumelos e a psilocibina manufaturada pela Sandoz. Ele disse: “Não percebi nenhuma diferença. Penso que as pessoas que descobrem uma diferença estão procurando uma diferença e imaginam ver a diferença”.¹⁰ O importante é o efeito que usar a substância tem na vida e no bem-estar de uma pessoa, não nas sutilezas deste ou daquele produto.

Usos Médico e Terapêutico

A pesquisa médica e psicoterapêutica com psicodélicos está de volta! Embora um pesquisador chame esta época de idade de ouro da pesquisa psicodélica, seria mais realista dizer que é uma pontinha do nariz do camelo que entrou na tenda. Do lado de fora da tenda, uma grande comunidade de pesquisadores está ansiosa para começar o trabalho adiado por décadas. Em 2006 e 2008, conferências científicas em homenagem ao trabalho de Albert Hoffmann, que sintetizou o LSD e outros psicodélicos, reuniram mais de 2.000 pessoas de 37 países, na Basileia, Suíça. Duzentos jornalistas de todo mundo cobriram as apresentações. Mais recentemente, em abril de 2010, a conferência Ciência Psicodélica no Século XXI, organizada em San José, Califórnia, esgotou as inscrições com 1.200 participantes e teve uma repercussão ampla e favorável nos meios de comunicação. Estas são notáveis reviravoltas em relação a reuniões a respeito de substâncias que foram mantidas ilegais por muitos anos.

Embora parte da pesquisa atual seja repetição de trabalho feito antes da proibição, novas áreas de pesquisa revelam como os psicodélicos podem aliviar condições médicas que não responderam a tratamentos convencionais. É importante notar que não tem havido nenhum clamor para interromper esse trabalho. Ao abordar síndromes mais difíceis, os pesquisadores

contornaram tal oposição e, de fato, estão muito bem apoiados por seus colegas médicos. Um exemplo é o trabalho feito com cefaleia em salvas.¹¹ Os efeitos curativos do LSD para esta condição foram inicialmente reivindicados por usuários ilegais, cuja comunicação uns com os outros tornou-se pública,¹² e que agora estão sendo avaliados num estudo conduzido em Harvard. Resta ver se o que já está amplamente provado pode passar pela barreira do duplo-cego farmacêutico e chegar à publicação revisada por pares e, mais importante, pode se tornar disponível, não apenas para pesquisa, mas também para o uso na prática clínica cotidiana.

Outro estudo bem-sucedido usou psilocibina com pacientes em fase terminal de câncer que tinham altos níveis de ansiedade. Os resultados mostram que uma única sessão em ambiente seguro e solidário, que permite que ocorra a experiência sagrada, beneficia o paciente e seus familiares.¹³ Dois dias após a publicação desses resultados num periódico científico importante, houve mais de 400 menções na imprensa. O notável dessa cobertura foi que, como no estudo anterior da Johns Hopkins, esta cobertura relatou não apenas os resultados, mas o estudo também confirmou o que já era sabido. Não é insensato supor que essa extensa cobertura da imprensa se deve em parte ao fato de que muitos jornalistas e editores desses jornais usaram psicodélicos quando estavam na faculdade e, assim, são mais abertos a cobrir positivamente mesmo o menor dos novos estudos.

Um tratamento mais controverso, permitido outrora nos Estados Unidos, mas agora empurrado para outros países, usa a iboga, uma planta psicodélica africana, para romper o ciclo da dependência de heroína. Em vista dos pobres resultados dos tratamentos convencionais e do alto custo da dependência, tratada ou não, esta área deveria receber mais atenção e apoio no

futuro. De fato, vários dependentes recuperados acharam a iboga tão valiosa que agora tratam ilegalmente seus irmãos em ambientes de centros de cidades sem apoio médico.

O que falta ainda resumir é a pesquisa sobre a terapia com psicodélicos para superar a dependência do álcool, que era de longe a terapia mais pesquisada, testada e provada antes da era da proibição dos psicodélicos. Nada foi escrito sobre isso desde então, nem mesmo em círculos subterrâneos. Atualmente, essa é uma grande peça que falta no renascimento da atual pesquisa médica.¹⁴

Vários outros países, incluindo a Alemanha, a Suíça, a Jordânia e Israel, permitem ou apoiam projetos com psicodélicos, primariamente como MDMA, para ajudar pessoas a superar os efeitos crônicos e debilitantes do transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). Com centenas de milhares de veteranos das guerras do Iraque e do Afeganistão com TEPT, intensificou-se a demanda por um tratamento com taxa de eficácia superior à terapia atual. O fato de que veteranos da guerra do Vietnã, décadas depois do conflito ainda estejam em tratamento, torna mais provável que, no fim das contas, sejam oferecidos aos veteranos programas terapêuticos baseados no MDMA.

O primeiro estudo de pesquisa de terapia baseada no MDMA para veteranos com TEPT foi aprovado em 2010. Talvez, como foi o caso com a cefaleia em salvas, os primeiros relatórios vieram de veteranos que estão se medicando e ajudando outros, como já acontece com a maconha. Entretanto, enquanto o sistema hospitalar do Departamento de Assuntos de Veteranos dos EUA continuar com falta de verbas, de pessoal e superlotado, é improvável que logo se instituem novos protocolos de tratamento.

O extenso uso ilícito de psicodélicos para autoexploração, com ou sem guias treinados, continuará. Um levantamento com

estudantes de universidades descobriu que a razão mais citada para tomar psicodélicos era a autoexploração, não o uso espiritual nem o recreativo.¹⁵ Da mesma forma que a aceitação da maconha medicinal fez brotar os “dispensários”, onde os pacientes podem comprar seus medicamentos, podemos esperar a emergência de clínicas e de instituições especializadas em tratamento psicoterápico com distintos tipos de psicodélicos.*

Criatividade e Resolução de Problemas

O termo psicodélico já é de uso popular para descrever um certo tipo de música e de arte visual. Não há estigma aplicado a um artista que admite que os psicodélicos influenciaram a criação de uma canção, uma pintura ou uma produção teatral. Seu uso também é amplamente aceito no mundo técnico, embora aí ainda haja pouca discussão sobre o assunto.

Durante a revolução “dot.com”, muitas companhias foram criadas por pessoas jovens o suficiente para terem crescido usando os psicodélicos facilmente disponíveis. O uso de drogas para eles era casual e frequente. Que dois laureados com o Prêmio Nobel tenham admitido o impacto dos psicodélicos em seus avanços científicos sugere que o uso dessas substâncias na comunidade científica tem sido muito mais amplo do que é reconhecido.¹⁶

Paralelamente às milhares de pessoas que participaram das conferências científicas na Basileia e em San José, temos grupos muito maiores que se reúnem para os festivais anuais Boom, em Portugal e o *Burning Man Festival*,^s no deserto Black Rock, em Nevada. Embora nem todas as 50.000 pessoas que vão todos os anos ao *Burning Man* tenham tomado psicodélicos, a imensa maioria dos participantes já tomou.

No YouTube, mais de um milhão de pessoas já viram vídeos

individuais factuais e conceituais sobre psicodélicos. Em 2009, a televisão *National Geographic* conseguiu vender um espaço publicitário para um programa de uma noite toda sobre “drogas”. O programa começou com uma hora sobre metanfetamina. Uma segunda hora cobriu o mundo da plantação, cultivo, comercialização e uso da maconha. A hora final foi sobre o uso contemporâneo de psicodélicos e estudos primariamente biomédicos, mas incluiu o uso urbano de drogas e o uso de psicodélicos por artistas a fim de melhorar e expandir suas habilidades.* Tais programas indicam até onde chegamos desde os absurdos nos quais o *Reefer Madness*^{ss} era saudado como “informativo”.

Conclusões

A tendência geral é no sentido de uma maior abertura e uma maior disponibilidade de informação. Ainda não é fácil encontrar guias treinados para sessões espirituais e científicas, mas as forças do mercado estão favoráveis à criação de instituições para tal formação. De fato, mais de uma centena de guias ainda não legais e outras pessoas que trabalham em pesquisas autorizadas encontraram-se – não oficialmente – na conferência de San José. Concordaram em reunir informações e aprovaram o estabelecimento de um site wiki, www.entheoguide.net/wiki, administrado pela Guilda dos Guias. Os dois primeiros capítulos deste livro e a lista de controle (capítulo 19) já fazem parte desse website. A Guilda está planejando sua primeira conferência para 2011.

Mas, tanto a visão geral deste capítulo quanto este livro como um todo apoiam a esperança otimista de que o uso adequado dessas substâncias notáveis não será suplantado por sua popularização trivial, como foi o caso quando houve a proibição

dos psicodélicos. As forças contrárias a uma aceitação mais ampla incluem os suspeitos habituais: estupidez, medo, interesses pessoais e inércia. O sistema de aplicação da lei/prisão usado para implementar as leis sobre drogas já está em atividade. Na Califórnia, os sindicatos de agentes penitenciários faz vultosas doações para campanhas políticas e, indubitavelmente, gastará muito dinheiro, tempo e energia para lutar contra qualquer iniciativa a respeito da maconha. Alguns membros de religiões organizadas também estão na oposição. Em quase todas as instituições religiosas há quem aja como intermediários entre os crentes e o Divino. No passado, as experiências psicodélicas, que proporcionam a possibilidade de um contato direto, desviando-se dessa organizações, foram vistas como uma ameaça, e ainda podem ser hoje.¹⁷ Outros fundos para se opor a tal iniciativa têm vindo da indústria de bebidas e do tabaco, talvez preocupadas com um competidor em potencial do uso recreativo.

Uma oposição adicional pode vir do sistema bancário internacional. Se isso soar improvável, é apenas porque muitos de nós não conhece o volume das vendas de drogas ilícitas. Um estudo das Nações Unidas sobre a crise financeira de 2008 e 2009 concluiu que uma das poucas fontes de liquidez que persistiram nesse período foram os 232 bilhões de dólares (esse é o valor real) de lucro estimado desse setor.¹⁸ A maior parte desses lucros vieram de drogas como a heroína e a cocaína, mas a manutenção da turbidez e da confusão das leis é mais interessante do que leis focalizadas apenas em substâncias que causam dependência.

Por mais favoráveis que possam ser essas tendências (e o que mais você ler neste livro que ache bom, que o surpreenda ou que queira compartilhar com alguém), o que importa é como o entendimento de si mesmo e de seu lugar na ordem natural das coisas tenha se tornado mais claro ou mais rico ou de maior valor

devido a suas experiências, reais ou antecipadas, apoiadas em psicodélicos. Se esses entendimentos não estiverem integrados em sua vida, eles podem ser trivializados, ignorados ou mesmo “patologizados”. Justin Smith, provavelmente a mais famosa autoridade acadêmica em questões religiosas, diz que a questão não é “essas substâncias apoiam a experiência religiosa?”, mas, “seu uso leva a uma vida religiosa?”. O pesquisador de psicodélicos e budista praticante Rick Strassman diz “a experiência psicodélica isoladamente, mesmo se repetida, não é a base para se tornar uma pessoa melhor. Ao invés disso, entendimentos psicodélicos balaceados e postos em prática, com as devidas considerações éticas e morais, parecem ser a melhor maneira de se aproveitar o poder das drogas psicodélicas”.¹⁹ A rodada da proibição de substâncias altamente desejadas está começando a perder força. Como a primeira tentativa com o álcool, foi um fracasso em toda as dimensões que se pode avaliar. As palavras de Albert Einstein sobre a primeira proibição são, tristemente, válidas ainda hoje: “O prestígio do governo, sem a menor dúvida, diminuiu consideravelmente com a Lei Seca. Pois nada é mais destruidor do respeito pelo governo e pela lei do que aprovar uma lei que não pode ser aplicada. É um segredo conhecido de todos que o perigoso aumento da criminalidade neste país está ligada a isso”. Em muitas culturas, exploradores psicodélicos estão sendo convocados a encontrar algo útil para a sociedade, tal como aprender sobre as propriedades curativas de uma planta, relembrar um canto de cura ou recuperar uma pepita de sabedoria para ajudar as pessoas a viverem em maior harmonia consigo mesmas e com o mundo natural. O fato de que os psicodélicos tornam tais experiências mais disponíveis não diminuem esta responsabilidade.

Os psicodélicos impelem-nos a responder seriamente a pergunta

apresentada pela poetisa Mary Owen “O que você planeja fazer com sua selvagem e preciosa vida?”.²⁰

¹* Os resultados de uma pesquisa conduzida pelo Instituto Nacional de Abuso de Drogas em 2009 indicam que, para os alunos do terceiro ano do ensino médio, o uso de maconha no último mês foi 38,2% e o uso do tabaco no último mês foi 20,1%.

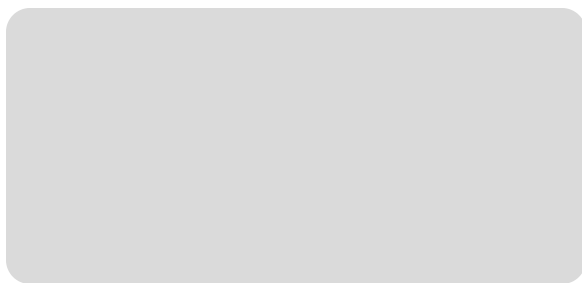
²* Visite também www.quantcast.com/erowid.org, um site analítico que descreve a demografia dos usuários de Erowid.

³* Em 2009, o Governo Federal permitiu que terapeutas que usam MDMA para seus pacientes tomem eles mesmos o MDMA para fins de treinamento. Isto derrubou outro muro invisível, que tratava o MDMA não como uma substância ilícita comparável a um medicamento, mas como uma substância cujo efeitos podem ser testados para oferecê-la efetivamente como parte de um tratamento.

⁴^s Festival do Homem Ardente. (N.T.)

⁵* Quando apareci em alguns segmentos deste programa de televisão, não tive controle sobre o conteúdo da narração. (Para falar a verdade, tentei influenciar ambos.)

⁶^{ss} Filme produzido em 1936 para exibição em escolas norte-americanas contra uso de maconha, que associava a droga com loucura e violência. (N.T.)

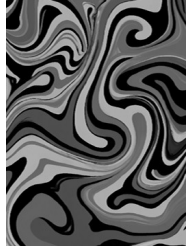


As substâncias químicas da transformação, da revelação, que abrem o circuito da luz, da visão e da comunicação, chamadas por nós de manifestadoras da mente, eram conhecidas pelos índios norte-americanos como medicamentos. Meios dados aos homens para conhecer e para curar, para ver e para dizer a verdade.

Harry Munn. Alucinógenos e xamanismo.

A





QUINTA PARTE

O NECESSÁRIO, O EXTRAORDINÁRIO e Alguns Dados Radicais

Introdução à Quinta Parte

Quando se escreve ficção, logo se aprende que os leitores não precisam saber muito sobre os personagens no início da história. Portanto, os escritores de ficção esperam. Eles preenchem as histórias de fundo mais tarde. Outra verdade que os escritores de ficção sabem é que todos os livros são mistérios; porém, se o “mistério” não deixar o leitor curioso a ponto de passar para a página seguinte, o livro não funciona.

Para os escritores de não-ficção, as tarefas de manter a atenção dos leitores e trazer as histórias de fundo são exatamente as mesmas. Esta seção final é uma história de fundo. Contém informações importantes para sua própria exploração pessoal. O capítulo 19 é uma lista de controle da informação contida nos dois primeiros capítulos sobre organizar ou participar de uma sessão enteogênica com alta dose, reafirmando os elementos básicos que precisam ser levados em conta. (Há uma evidência crescente, especialmente em procedimentos médicos complexos, que o uso obrigatório de listas de controle reduz erros e aumenta enormemente as taxas de sucesso. Por esse motivo, incluí aqui uma lista de controle.)

O capítulo 20 contém exemplos de viagens pessoais feitas sem LSD, mescalina ou psilocibina. As primeiras quatro sessões são relatos de pessoas que tomaram santo-daime com guias indígenas. Estas sessões são amostras de experiências que pessoas ocidentais tiveram com essa mistura de plantas. O último relato descreve o que ocorreu na última parte de um retiro no escuro de quatorze dias; é a descrição clássica de uma experiência mística. Todos esses relatos foram incluídos como lembretes de que há muitos métodos e práticas que podem abrir a percepção, e que métodos diferentes abrem diferentes portas.

O capítulo 21 explora comportamentos reais (descritos de maneira geral no capítulo 8) que se modificam e permanecem modificados como resultado de sessões terapêuticas com psicodélicos. O capítulo final

apresenta os resultados de um estudo muito inicial que perguntou a indivíduos que tinham tido uma única viagem com dose baixa de LSD ou mescalina o que achavam que havia sido importante em suas experiências. Talvez devido à longa calmaria da pesquisa, este único estudo de autorrelato ainda hoje é o melhor que temos.

Num bom romance, esperamos que as pontas soltas se liguem no final, que os mistérios sejam solucionados e o caráter dos personagens fique explicado à medida que os eventos completem seu ciclo. No mundo real não tem nada disso. Nada acaba; apenas se funde na coisa seguinte. Todo livro de não-ficção é apenas um instantâneo do que se sabe atualmente e o que permanece desconhecido. Parte do que sabemos hoje como um conhecimento definitivo pode revelar-se errado e grandes áreas podem ser reveladas como o novo desconhecido.

Esta revisão de estudos psicodélicos não é diferente. Alguns não se sustentarão e outros serão criticamente importantes. Cada um de nós precisa avaliar a informação pública e os relatórios de pesquisas científicas e, acima de tudo, testar tudo em relação à sua própria experiência pessoal.

19

VIAGENS ENTEOGÊNICAS

Uma Lista de Controle para Viajantes e Guias

Esta lista de controle destina-se a ajudar o viajante e o guia a criar a melhor oportunidade possível para um viajante ter uma sessão enteogênica intencional. A lista de controle propõe-se a suplementar as diretrizes descritas por extenso nos capítulos 1 e 2, não a substituí-las. É melhor familiarizar-se bem com a lista com antecedência de algumas semanas, mas também é útil revisá-la pouco antes da sessão, e mesmo durante ela. Eventuais atualizações e expansões da lista encontram-se em www.entheoguide.net.

Preparação Geral

Viajante e Guia

- Leia o capítulo 1: “O encontro com o Divino Interno”, e o capítulo 2: “A viagem enteogênica”.
- Fiquem à vontade um com o outro. Sintam que podem confiar um no outro.

Viajante

- Examine seus preconceitos pessoais sobre psicodélicos e experiências enteogênicas em geral.
- Examine e reflita sobre seu entendimento pessoal de experiências místicas, consciência cósmica, Deus, Deusa ou o Divino, em geral.
- Consiga um guia qualificado e apropriado para a sessão.
- Defina sua intenção claramente de forma a ser capaz de explicá-la ao seu guia.
- Idealmente, disponha de três dias para experiência: um dia para prepará-la, um dia para a sessão e um dia para integrar a sessão.

Guia

- Verifique se você tem qualificação e experiência suficientes para servir como guia. Se não tiver certeza, veja se pode ser supervisionado (com o conhecimento do viajante) por um mentor qualificado.
- Concorde em servir como guia do viajante.

Uma Semana Antes da Viagem

Viajante e Guia

- Certifiquem-se com antecedência de que têm o dia da viagem livre de qualquer compromisso de trabalho, familiares e amigos. Para as pessoas com quem vocês mantêm um contato regular ou pessoas que podem ligar para vocês e preocupar-se por não conseguirem encontrá-los, informem que ficarão ocupados naquele dia e naquela noite. Se usarem iPhone, BlackBerry ou qualquer outro serviço de comunicação instantânea com outras pessoas, assegurem-se de que aquelas pessoas sabem que durante algum tempo ficarão desconectados, mas que tudo estará bem com vocês.

Set

Viajante e Guia

- Preparem-se razoavelmente bem para a sessão.
- Entendam bem a distribuição geral do tempo e os tipos de modificações prováveis das visões internas e externas esperadas durante a sessão.
- Mantenham uma disposição mental geral positiva com relação à sessão.
- Sintam-se à vontade e confiantes um no outro.

Viajante

- Trate de passar parte do dia anterior à sessão calmo, em concentração.
- Conecte-se com seus pensamentos e sentimentos e mantenha expectativas positivas.
- Fique à vontade com o guia, física e emocionalmente.
- Não tenha pensamentos incomuns nem muito fortes, suicidas, sombrios ou perturbadores de qualquer outra forma e não procure mergulhar profundamente no sofrimento ou na natureza do mal.
- Prepare-se para passar por *experiências altamente incomuns*, incluindo: vivência de realidades ou períodos históricos diferentes; estar em outro corpo de qualquer um dos sexos; tornar-se um animal, uma planta ou o microorganismo; vivenciar seu próprio nascimento; encontrar o seu Divino interior em várias formas possíveis, incluindo deuses e deusas, seres divinos ou luz transcendente.

Guia

- Tenha a intenção de estar presente para o viajante, de todo o coração e efetivamente.
- Prepare-se emocional e espiritualmente para a sessão.

- Prepare-se para manejar o que quer que aconteça durante a sessão, interna ou externamente.
- Prepare-se para lidar com qualquer medo que surgir no viajante (ou em você), com tato e presença.
- Permaneça neutro e sem fazer julgamentos sobre as questões, os relacionamentos ou a história pessoal do viajante.
- Entenda que há um número infinito de formas para o viajante encontrar-se com o Divino.
- Assegure-se de que o viajante não tem pensamentos suicidas, sombrios ou perturbadores de outras formas e não pretende mergulhar profundamente no sofrimento nem na natureza do mal.
- Prepare-se para cancelar ou adiar a sessão por uma razão específica ou baseado na sua intuição.

Ambiente

Viajante e Guia

- Assegurem-se de ter um espaço fechado confortável privado e seguro para usar durante toda a sessão.
- Assegurem-se de ter suportes confortáveis – sofás, camas, tapetes – onde o viajante possa se deitar, sentar ou apoiar.
- Disponham de almofadas e cobertores macios.
- Equipamento musical: disponham de fones de ouvido ou de alto-falantes, de acordo com as preferências do viajante.
- Disponham de viseiras, máscaras e toalhas ou lenços dobrados para o viajante ouvir música de olhos fechados.
- Disponha de flores e velas, se for desejado.
- Tenham água disponível para o viajante e para o guia.
- Tenham acesso a banheiros adequados.
- Desliguem ou silenciem todo equipamento eletrônico (incluindo telefones).
- Minimizem a probabilidade de outras interrupções externas.
- Disponham de material artístico, jornais e outras ferramentas criativas para o uso do viajante, se for desejado. Tenham também fotografias de familiares, um espelho, objetos artísticos, flores e outros objetos naturais ou artificiais bonitos.
- Façam um acordo prévio sobre se haverá um espaço externo seguro e

acessível para a última parte da sessão.

Viajante

- Vista-se adequada e confortavelmente e tenha roupa quente adicional disponível.
- Converse previamente com o guia sobre a música e, se for desejado, forneça-lhe solicitações e seleções musicais específicas.

Guia

- Sinta-se à vontade a respeito do espaço e do ambiente geral.
- Providencie alguma comida e bebida e outras necessidades para toda a duração da sessão.
- Converse com o viajante sobre a música.
- Disponha de música adequada para cada fase específica da sessão.

Substância

Viajante e Guia

- Combinem qual é o enteogênico desejado e a dose.
- Obtenham o enteogênico de uma fonte confiável.

Viajante

- Entenda os efeitos gerais prováveis do enteogênico na dose escolhida.
- Prepare-se para ficar quieto e deitado durante os primeiros 20 a 60 minutos enquanto o enteogênico começa a fazer efeito.

Guia

- Tenha uma forma adequada de medir e ministrar a dose correta.
- Se, depois da primeira hora, o viajante estiver se movimentando, ou por algum motivo parecer estar subdosado, administre uma dose de reforço.
- Se, depois de duas horas, com ou sem dose de reforço, o viajante não estiver profundamente interiorizado, NÃO CONTINUE a pressionar para uma sessão de nível enteogênico.

Sessão

Viajante e Guia

- Esteja preparado, positivo e pronto de maneira geral para toda a duração da sessão.
- Se o viajante ou o guia tiver algum pressentimento ou sérias dúvidas sobre o prosseguimento da sessão pouco antes de ela ter início, cancelem ou adiem.
- Estabeleçam um espaço intencional e sagrado enquanto o enteogênico

é ministrado.

- Estabeleçam um acordo para manter a conversa no mínimo necessário.
- Tenham um acompanhante adequado disponível para cuidar do viajante ao final da sessão e depois dela.

Viajante

- Coma pouco ou nada antes da sessão.
- Sinta-se fisicamente bem (ou suficientemente bem) para prosseguir com a sessão.
- Esteja preparado para receber orientações e assistência do guia durante a sessão.
- Esteja preparado para se deitar, ouvir música, observar a sua respiração e prestar atenção em qualquer sensação corporal.
- Esteja preparado para deixar de lado expectativas sobre a sessão, bem como sobre preocupações pessoais e sobre relacionamentos, problemas pessoais e hábitos.
- Esteja preparado para deixar que aconteça cada vivência, sensação ou evento visual à medida que ocorram.
- Prepare-se para deixar de lado sua identidade pessoal e deixar seus limites físicos se dissolverem.
- Esteja preparado para vivenciar e aprofundar sua percepção de outras dimensões da realidade.
- Disponha-se a pedir ajuda, assistência ou retroalimentação do guia sempre que desejar e confie nas orientações do guia.
- Esteja preparado para reintegrar-se ao final da sessão.

Guia

- Esteja preparado para prestar ao viajante assistência e direção específicas necessárias, tais como um leve toque e sugestão para respirar profundamente.
- Esteja preparado para ajudar o viajante para ir e chegar ao banheiro.
- Esteja preparado para segurar a mão do viajante e manter algum outro contato solidário e não verbal.
- Se precisar se ausentar da sala por alguns minutos para ir ao banheiro ou por algum outro motivo, lembre-se de informar o viajante antes de sair e quando voltar.
- Esteja preparado para acompanhar o fluxo geral da sessão, para confiar nos instintos do viajante e para acomodar os desejos que ele expressar,

sempre que for possível e que forem razoáveis.

- Garanta que você não usará substâncias que alteram a consciência antes ou durante a sessão.
- Esteja preparado para vivenciar e lidar adequadamente com qualquer “contato elevado”.
- Recuse-se a participar de qualquer tipo de atividade sexual, mesmo que solicitado.
- Valide o que o viajante vir ou vivenciar reformulando ou resumindo o que está acontecendo em linguagem simples.
- Esteja preparado para convidar o viajante a ir mais fundo com frases do tipo: “Sim. Isso é bom. Gostaria de conhecer mais?”.
- Esteja preparado para mostrar ao viajante fotografias pessoais, se for solicitado.
- Esteja preparado para fazer gravações ou tomar notas, se o viajante pedir.

Depois da Sessão e Acompanhante

Viajante e Guia

- O acompanhante que pega o viajante depois da sessão, idealmente um amigo ou parente com experiência psicodélica, deve ser identificado previamente e chegar no horário combinado.
- O acompanhante sabe que seu trabalho é apoiar o viajante durante o período de reintegração posterior à sessão.
- Em consulta com o acompanhante, faz-se um plano para um período de reintegração inicial posterior à sessão, e para apoiar a volta do viajante para sua casa.
- Em consulta com o acompanhante, deve se estabelecer um plano para oferecer ao viajante uma refeição leve após a sessão.

Viajante

- Esteja preparado para passar o dia depois da sessão integrando percepções e vivências.
- Não tome nenhuma decisão importante na vida – além de interromper imediatamente comportamentos tóxicos – durante ao menos algumas semanas depois da sessão.
- Disponha de um apoio adequado de amigos, do acompanhante e do guia, para depois da sessão, se for necessário.

- Disponha-se a esperar ao menos seis meses antes de outra seção enteogênica.

Guia

- Certifique-se de que o viajante está em condições adequadas para ser entregue ao acompanhante.
- Certifique-se de que o viajante tem um sistema de apoio adequado em termos de família, amigos, colegas de trabalho, grupos de apoio religiosos, terapeutas e mestres espirituais.
- Esteja preparado para encontrar-se com o viajante ao menos uma vez logo após a sessão para ajudar a finalizar o processo de reintegração.

Acompanhante

- Esteja preparado para apenas ouvir e não sugerir, interromper, nem interpretar nada.
- Não se incomode com longos silêncios, pois o viajante ainda pode estar fazendo um trabalho interno.
- Prepare-se para ajudar o viajante a ir para cama, dormir ou descansar.
- Esteja preparado para não deixar o viajante sozinho durante a noite, mas ele pode ficar com amigos ou familiares.

A



ALÉM DO LSD – MUITO ALÉM

Sessões com Santo-Daime e um Retiro no Escuro

MICHAEL WIESE, “ANATOLE” e LINDSEY VONA

O LSD e outros psicodélicos correlatos possibilitam uma variedade ampla de vivências. Os relatos neste capítulo mostram como pessoas têm usado outras formas para explorar um número significativo de vivências. Cada um desses relatos começou como uma carta a amigos. Cada um deles descreve uma viagem transformadora. Nenhum de seus autores tinha experiências prévias com outros psicodélicos. Os dois primeiros são sobre o santo-daime tomado sob a direção de um xamã; o terceiro é sobre o efeito de um tempo prolongado passado na escuridão total, sem tomar nenhuma substância.

Santo-daime

Michael Wiese

Michael Wiese é um respeitado produtor de documentários, antigo executivo de televisão e de cinema e proprietário e editor de Michael Wiese Productions (www.MWP.com), o mais importante editor de livros sobre criação e produção de filmes e vídeos. Depois de suas duas experiências com santo-daime, escreveu um relato para um círculo de amigos. Ele foi um pouco reduzido para ser incluído aqui como “parte um”.^{*} Um ano depois, escreveu outro relato sobre uma sessão subsequente, incluída aqui como “parte dois”.

Desde então, Wiese fez um filme (O Xamã e o Santo-daime: Viagens a Reinos Sagrados[§]), e está publicando um livro de entrevistas relacionados ao seu trabalho.¹ Ele vive com sua família em Cornwall, Inglaterra.

Parte Um

A segunda viagem

O Xamã ajeita seu chocalho. Ele assobia, sem fôlego. Sua voz sedutora passa através de mim com belas e estranhas *icaros* (canções) que criam aberturas em meu cérebro. Lembro-me de focalizar-me em minha

intenção. Estou aqui para aprender. Para ir mais fundo, inspiro e expiro lentamente. Sinto o remédio arenoso e espesso do Santo-Daime^s ondular através de minha barriga, meu fígado e meus rins e disparar como um jato por minha coluna até meu cérebro. Ele está presente. É hora de perguntar. Penso: “Mostre-me o Divino Amor”.

Pálidas, de início, com escassa saturação de cor, surgem imagens geométricas.

Iluminam-se e tornam-se algo. Vejo uma gaze amarelo-pêssego. Sinto que há algo por trás dela. Lentamente, o Santo puxa o véu e surge uma sala amarelo-claro. Percebo que é um berçário. A curiosidade faz eu me aproximar. Tento focalizar-me nessa visão surpreendente.

Olhando de perto, vejo um quarto em forma de útero, seguro e reconfortante. Que estranho. Porque Ele me mostraria um berçário?

E, como qualquer berçário, que exibe as primeiras letras A-B-C do alfabeto ou um móvel fantasioso para o recém-chegado, este também tem elementos pré-escolares. Por toda parte, neste quarto, está o apoio e o amor de todos os ancestrais desta criança, indo até a pré-história.

À medida que me movo pelo quarto, começo a ver que quem projetou este berçário havia preparado os entalhes mais fantásticos e elaborados para o ser que chegará em breve – vastos demais para caber na visão, com exceção de pequenos trechos. Eis o sagrado! Total e completa admiração! Os entalhes são perfeitos e se estendem até onde a vista alcança. Como se um rei tivesse ordenado a 10.000 artesãos que entalhassem durante 10.000 anos. É como se gerações dos mais talentosos artesãos de todo o Universo tivessem sido informados que uma Divina Criança estivesse para chegar e que preparassem o quarto. E eles o fizeram. Isso é o que vejo.

Esses intrincados entalhes – muito mais avançados que aqueles do Taj Mahal ou que qualquer coisa da Cidade Proibida – são escrituras sagradas em sânscrito, egípcio, hebraico, árabe e muitos outros textos que eu não reconheço. As paredes estão preenchidas com o conhecimento que uma criança vai absorver em sua vida. Tento capturar tudo e lembrar-me, porque é o lugar mais extraordinário em que já estive – um palácio celestial.

Entro no quarto e posso sentir a presença da respiração de duas imensas cobras boas que envolvem e protegem o quarto. Não posso vê-las, mas

posso sentir seu calor, seu zumbido elétrico profundo. Penso comigo mesmo: “Oh, cobras imensas, gigantes”. Receio ficar aterrorizado se as vir. Mas, à medida que respiro novamente percebo que não há razão para ter medo. As Cobras Gigantes estão aqui para proteger a Criança. “Mas, quem é a Criança?”, pergunto.

“Este quarto é para você. Você é Criança”.

Estou subjugado, chocado, atônito. Não há palavras para descrever o que sinto! Sou merecedor do amor do Grande Santo Daime! Ele derramou sua criatividade mais magnífica para preparar e criar este quarto para mim!

Tento absorver tudo. Noto que o quarto expandiu para longe, posso ver todo o perfil de uma cidade construída com a mesma magnífica habilidade e intenção. Este é apenas um quarto dentre milhares, milhões! Nada foi poupado em Sua generosidade para com a Criança.

Uma segunda onda de percepção, mais profunda, cobre-me. Todos os humanos são Divinas Crianças. Ele provê por todos nós. Já estamos vivendo em um Paraíso!

Horas depois, quando a visão havia se esvanecido e olhei ao redor, a capina verdejante onde estávamos sentados, o lago com seus gansos e quatro gansinhos, a floresta ao fundo – vi cada folha como uma obra-prima idêntica aos pormenores entalhados no quarto. O Santo Daime havia derramado amor e criatividade ao fornecer alimento e beleza para toda a vida humana. Vivemos num paraíso exótico e deveríamos cair de joelhos em gratidão por nossa sagrada Terra e nosso Universo.

A primeira viagem

Este berçário fui uma das muitas visões. Escrevi sobre essa primeiro porque foi a mais exótica, delicada e linda das visões. O Santo Daime também pode provocar visões muito sombrias e aterrorizantes.

A primeira viagem foi repleta de tanta energia que não consegui manter meu equilíbrio. Eu sentia a força de um maremoto passando por cima de mim, e isso durou horas. Começou com uma bela paisagem de joias e um cobertor eletrônico tecido de cobras ondulantes com cores espalhafatosas, laranja e verde. Não há nada sutil no gosto artístico do Santo Daime! Os pormenores eram incríveis, e havia coisas demais a serem vistas.

Assim que vi a paisagem, fiquei maravilhado com sua beleza. Nisso, mudou a relação entre mim e a visão. Sujeito e objeto fundiram-se. A

dualidade desapareceu. Eu *era* a visão. Eu *era* a teia de energia e joias e cobras que estava vendo.

Foi aí que começou o escaneamento. Era como se a planta medicinal tivesse muitas entidades trabalhando para ela. E, embora eu não pudesse ver, meu corpo estava sendo escaneado e fatiado e picado em cubinhos em todas as direções como se através de um ralador gigante de queijo. Posteriormente, entendi que o que eu descrevi poderia ser interpretado como uma abdução por alienígenas.

Não era assustador, mas era avassalador. Obviamente, eu esperava que ele soubesse o que estava fazendo. Meu DNA, todo o meu sistema operacional, estavam sendo reprogramados – e rapidamente. Milhões de *terabytes* de informação estavam num vai e vem através de todas as células.

Respirei profundamente, tentando permanecer centrado. Percebi que poderia fazer perguntas à planta e obter respostas imediatas, verbal, visual ou telepaticamente. Mas a energia era tanta que, durante muito tempo, tudo que pude fazer foi surfar a onda, impossível tentar manter uma conversa mestre/aluno. Houve uma quantidade imensa de coisas das quais não me lembro.

Algum tempo depois, vi outras imagens de entidades orgânicas coloridas de verde e cor de carne. De início, a luz era linda, porém, quando olhei mais profundamente nas sombras, havia um mal real que era aterrorizante, e tentei não olhar. Errado. A lição era que o bom e o mau são parte da mesma coisa e, queira ou não, eles existem no mundo da dualidade como um pacote. Tentei aceitar isso e continuar respirando através desse entendimento, e embora eu não gostasse do que estava aprendendo, vi que era verdade.

Algum tempo depois, entrei num inferno negro, sombrio e esfumaçado – mundos de metais e sons eletrônicos rascantes. Ergueu-se uma substância esfumaçada como uma daquelas cobras negras que as crianças acendem no Halloween. Pode ser que eu estivesse vendo minhas toxinas sendo liberadas em nível celular.

Ao meu redor, através da noite, havia sons dos outros trinta participantes que estavam vomitando as tripas. As pessoas estavam rosnando e berrando como animais enquanto corriam para seus baldes.

Tentei dar-lhes amor e compaixão e, como havíamos sido instruídos, não me envolver em seus dramas porque eu tinha os meus próprios para cuidar – essa era minha responsabilidade. Sem permanecer focado na própria respiração e intenção (o que se quer aprender), é muito fácil ficar desorientado.

O tempo todo, a energia derramava-se para dentro de mim e através de mim como uma mangueira de incêndio me golpeando, de tal forma que senti que toda a minha energia se esgotaria, eu ficaria verdadeiramente aniquilado. Tentei sentar-me na posição de meio lótus e inspirar e expirar lentamente. Eu tinha náuseas e vomitei diversas vezes nas quatro ou cinco horas seguintes. Mas não saía nada porque eu tinha comido muito pouco antes, de forma que, provavelmente, eu estava sendo purgado das toxinas dos meus órgãos.

Assim que me inclinava sobre o balde, pérolas brilhantes coloridas – como miçangas – saíam de minha boca. A torrente de energia continuava a martelar-me. Ocasionalmente, havia uma interrupção que durava uma respiração e logo tudo recomeçava. Não havia como resistir a essa força, que é a mesma força da Criação e da Destruição combinadas. Tudo nasce e morre constantemente. Esta força faz tudo existir e recicla tudo na morte. Eu estava conectado diretamente à corrente de alimentação principal do Universo. Todo Poderoso não o descreve. É Além de Maciço! E continuava brotando em mim constantemente. Eu sou uma parte dele; tudo é parte dele. Nossa existência depende dele.

Eu estava numa Fita de Möbius morrendo e nascendo de novo e de novo e de novo e de novo e de novo... Era doloroso e assustador e estonteante e, como um préstito carnavalesco fora de controle, por mais que eu implorasse, o operador não me largava. Um pesadelo. Eu estava certo de que não conseguiria. Eu não tinha mais nada. Ainda assim, lutei para agarrar-me à minha última gota de energia, mas diante do Santo Daime – o mais poderoso – *a resistência é fútil*.

Ao final da cerimônia, voltei trôpego para o meu quarto. Muito intoxicado, trêmulo e confuso, desabei zonzos na cama. Mas as visões continuaram, e fui martelado por mais sete horas. Percebi que tinha sido uma bobagem ter comido tão pouco antes da sessão, porque eu não dispunha mais de combustível nem de reservas. Sentia-me desidratado,

porém fraco e nauseado demais para alcançar a garrafa que estava a poucos centímetros da cama. Foi preciso um esforço enorme para alcançá-la e sugar algumas gotas. Senti que se não cuidasse de voltar à vida, morreria antes do amanhecer. Queria que alguém me levasse ao xamã para ele encerrar a viagem, e embora eu pudesse ouvir outras pessoas ali por perto, estava fraco demais, quase morto, para chamá-las. Às sete da manhã, as visões terminaram. A viagem havia durado doze brutais horas, curta no tempo da Terra – uma eternidade no tempo vivencial.

Passei o dia todo muito fraco, e jurei para todos muitas e muitas vezes: “Nunca, nunca, nunca mais farei isso”.

A certa altura, fiquei muito paranoide ao perceber que todo o meu DNA havia sido reprogramado. Senti como se meu disco duro tivesse sido apagado e um novo sistema operacional fora instalado por alienígenas. Achei que tudo era uma vasta conspiração – meus amigos que me haviam apresentado ao xamã, a literatura que era apenas propaganda – e agora minha vida prévia havia sido aniquilada, e eu era um *deles*.

No domingo haveria outra sessão. Disse a meus amigos e ao xamã o que havia acontecido e que eu não o repetiria, que eu não tinha forças. Estava num espaço-mente de fraqueza, sentindo-me pequeno e incapaz. Mostraram-me que eu havia sobrevivido, de verdade, e que o guerreiro que morava em mim havia retornado para casa. Eu estava realmente modificado. Tive diversos entendimentos, que explodiram minhas crenças e hábitos antigos e meus pensamentos negativos. Os tesouros, de fato, valiam a luta horrenda. Era como ir para o Submundo, Passar pelo Sacrifício Supremo, pela Ressurreição, e Retornar com o Elixir. O paradigma mítico de Joseph Campbell/Cristopher Vogler é tão poderoso porque expressa a coisa real.

Mas, sobrevivi, de forma que devo ter a força. No entanto, era uma viagem aterrorizante e a coisa mais difícil que eu já tinha feito em minha vida. Apenas um idiota a repetiria. Minha teoria é que, como eu havia feito uma dieta de vegetais crus durante duas ou três semanas antes de tomar a planta medicinal, o Santo Daime agiu intensa e rapidamente, ainda mais de estômago vazio. (Isso explica porque saiu pouca coisa durante a purgação.) Embora eu fosse uma das últimas pessoas durante a cerimônia a tomar o remédio, eu fui o primeiro a começar a viagem.

O xamã sugeriu que eu tomasse uma dose menor, se quisesse repetir. Mas eu não queria repetir! Nunca! Eu já tinha o suficiente para processar durante toda a minha vida.

Porém, à medida que recuperei minhas forças e fiz uma refeição de verdade pela primeira vez em semanas, minha confiança restabeleceu-se. Era um grande privilégio poder dar ainda que fosse uma olhadela neste Universo multidimensional povoado por deuses, demônios, fadas, espíritos, ancestrais e animais mitológicos. Tudo o que está escrito no mito e na lenda é real, e essas criaturas eram apenas um fragmento dos habitantes que compartilham o Universo numa dimensão paralela. Percebi que minha consciência comum está adormecida, inconsciente, presa em padrões habituais de dependência. O Santo Daime explode o topo disso e, com um amor cósmico difícil, leva-o num trem expresso até à verdadeira natureza da realidade. Ele pede que você “melhore seu jogo”, mereça seu direito de progenitura, e torne-se tudo o que você é em sua natureza sagrada e divina. Não é isso o que todos buscamos?

Eu sabia que precisava enfrentar o desafio e tomar o remédio de cura novamente. Então, como tudo é uma questão de “set e ambiente” e da preparação de seu próprio estado mental antes da viagem, fiz o melhor que pude para abandonar minha imagem autogerada de fraqueza e simplesmente topei.

Percebi que no mínimo – como cineasta – escolhi o meio certo. Palavras não podem descrever o que aconteceu. A língua não traduz essa experiência. Sei que isto parece insano, mas eu não o sou. Antes, eu nunca havia usado termos como Divina Criança ou Grande Santo Daime, mas parecem-me adequados para descrever essa experiência.

Durante os quatro dias que passei com o xamã e os outros participantes, houve um incrível sentimento de amor e aceitação. Normalmente, minha mente é cheia de julgamentos – julgo tudo de alguma forma, separando-me dos demais. O principal ensinamento é que todos somos parte da mesma coisa. Nossos corpos não terminam em nossa pele; eles se estendem através do cosmos. Nós não vivemos na Terra; somos a Terra. Não somos separados e sofreremos até perceber isso, que é quando a verdadeira cura tem início.

Parte dois

A terceira viagem

Como resultado de nosso desejo de entender mais sobre as dimensões que o Santo Daime abria para nós, minha esposa e eu fomos convidados para nos reunirmos com o mesmo xamã, Dom José Campos, no Peru.

Logo depois de nossa chegada, o xamã conduziu uma cerimônia privada para nos preparar para o processo de entrevista. Como meu corpo precisa de muito pouco da planta medicinal para entrar em outras dimensões, tomei uma pequena dose por precaução. Minha intenção era trabalhar em algumas questões de saúde, de forma que 90% de minha viagem estava focalizada na cura.

Depois de uns 40 minutos, comecei a ter visões. Vastos corredores celestiais – que eu havia reconhecido como o Salões da Cura – apareciam em tons suaves de azul e violeta. Colunas erguiam-se até as nuvens nos céus. Embora eu não visse nenhum “deus” nem encontrasse quaisquer entidades, certamente esse era o seu domínio.

Por volta de metade da cerimônia de *icaros* cantados por Dom José e canções adicionais pelo cantor e guitarrista Artur Mena Salas (artista peruano com discos gravados) invocou-se uma tempestade tropical com raios e trovões. Uma lufada de vento soprou pelo espaço circular, que pareceu um bando de espíritos passando. Então, os deuses começaram a atuar. Caiu um raio, seguido pelo ribombar de trovões, cada vez mais próximos. A energia era fenomenal. Uma chuva torrencial sacudiu as árvores em torno de nós.

No auge da tempestade, tive a visão de estar entrando numa adega profunda. Pratiquei um pouco de respiração profunda para erguer e remover caixas negras, uma de cada vez. Eram muito pesadas, embora eu tivesse descoberto que através da respiração eu podia erguê-las do subsolo para o térreo. Percebi que podia fazer trabalhar mais ainda se eu sincronizasse essa subida com os trovões e sua liberação de energia. Senti como se a tempestade estivesse ajudando a me limpar.

Depois do que me pareceu horas erguendo caixas, fiquei contente que tinha só uma ou duas para mover. Mas, aí, descobri uma caverna secreta por baixo do piso, lotada com mais caixas pretas! Entendi que isso era um conteúdo de que eu não necessitava mais e podia finalmente me livrar

dele. Não tinha o menor desejo de abrir uma caixa para ver o que havia dentro. Não tinha mais valor para mim. Eu apenas queria livrar-me disso e agora era minha oportunidade. Então, respiração após respiração, como a cena da vassoura n’O *Aprendiz de Feiticeiro*, ergui caixas até ficar exausto e não haver mais nenhuma.

A certa altura da cerimônia, perguntei ao professor da planta se eu poderia ver Budas e bodisatvas e por um momento tive certeza de que eles apareceriam, mas aí recebi a mensagem de que, sim, eu os veria, mas não agora porque ainda não estava pronto. Muito justo.

Todos já haviam retornado à consciência normal uma ou duas horas antes de mim. (Tenho que tentar com doses ainda menores!) Várias vezes, quando abri meus olhos, o xamã estava espargindo água perfumada, tentando reavivar-me, e perguntando: “Voltou?”. Disse que não, fechei meus olhos e voltei ao trabalho. A certa altura, sentindo que já tinha tido o suficiente, ele deu-me um limão com sal. Em 10 minutos, voltei e pude caminhar naturalmente.

Lá pelo fim da viagem, vi umas tramas como um tecido verde elétrico como cobras, que se desdobravam em minha direção de maneira muito sedutora. Apreensivo com a possibilidade de ser aniquilado por aquela batedeira Cuisinart cósmica cor de esmeralda, abria meus olhos para pará-la, fechava-os, e todo o processo recomeçava. Eu precisava entregar-me às visões e deixar que elas me possuíssem. A visão era simultaneamente minha visão, meu corpo e tudo que há no Universo e além: uma mistura de energia, espaço e consciência. Por mais difícil que fosse, a principal mensagem do remédio da planta era simplesmente: “Deixe ir”, junte-se à consciência. Não há aniquilação; não há início; não há fim.

“Anatole”

“Anatole” é um talentoso professor de ioga que mora em Charleston, Carolina do Sul. Ele trabalha com muito sucesso numa companhia startup de alta tecnologia. Escreveu vários livros que tornam a tecnologia mais acessível ao público em geral. Seu relato ilustra a maneira pela qual o Santo Daime, chamado de “Aya”⁺ neste relato, “ensina”. Como qualquer professor, Aya às vezes acha necessário repetir uma lição até ela ser entendida. Esta foi sua primeira experiência.

Um relato bem curtinho. Não quero escrever muito. Esta foi uma das experiências mais notáveis da minha vida. Uma das coisas que o xamã parece fazer é agir como um guia, um guia experiente e altamente treinado. Após uma breve visão de luzes e de linhas interconectadas, minha mente saltou para um esgotamento e tornei-me muito, muito lúcido e criativo. Imediatamente resolvi um par de problemas pessoais de longa data. Vi lúcido e claramente as soluções de problemas anteriormente intratáveis. As soluções eram fáceis, simples e claras. (Implementá-las vai exigir muito trabalho, mas vejo claramente as soluções.)

Recebi muitos ensinamentos, quase todos verbais. Os mais importantes foram repetidos insistentemente, muitas vezes, para que eu não os esquecesse.

A certa altura, perguntei a Aya como curar um problema de saúde. Recebi três respostas:

RESPOSTA 1: “Tem certeza que quer realmente saber? Eis o que significa curar”. Seguiu-se uma explicação.

“Sim”.

RESPOSTA 2: “Tem certeza, tem mesmo certeza? Eis o que significa”. A explicação foi repetida.

“Sim”.

RESPOSTA 3: Ele [o processo de cura] provavelmente vai matá-lo [se você não for suficientemente forte]. Portanto, eis o que você pode fazer como uma alternativa... Seguiu-se um ensinamento pormenorizado.

O xamã impressionou-me tremendamente. Impressionou-me como o equivalente – em nossa cultura – de um médico ou um profissional médico mundialmente famoso, altamente educado e um profissional talentoso em seu campo. A complexidade e a sutileza [da tecnologia, psicologia, aprendizado] desta [disciplina, campo, área] deixou-me maravilhado.

A coisa mais surpreendente do enteogênico é como ele é “prático”. Entendo porque é chamado de uma medicina.

Cheguei com uma intenção muito forte e perguntas claramente focadas. O ambiente era magnífico e sério. Disse que a dose era pequena. Estou revisando os “ensinamentos” e vendo se eles se mantêm sob o escrutínio de minha consciência “diária”. Até agora, parecem ser válidos e muito acurados.

Retiro no Escuro Total

Lindsey Vona

Lindsay Vona é uma compositora artista gráfica e poeta talentosa que mora no norte da Califórnia. Com sua permissão, incluímos o trecho de seu relato sobre experiências que lembram descrições místicas clássicas e relatos de viagens enteogênicas. Uma diferença importante parece ser que enquanto o pico das experiências ajudadas pelos psicodélicos duram, na melhor das hipóteses, poucas horas, Vona parece ter passado dias no estado unitário. Assim como acontece com uso adequado de psicodélicos, o set e o ambiente foram variáveis importantes para deixar que Vona entrasse, por si própria, neste estado de consciência e posteriormente começasse a integrar a nova visão de sua identidade em sua vida. Vona passou duas semanas em escuridão no Centro de Retiro em Escuridão Sierra Obscura. Em seu blog (www.sierraobscura.wordpress.com e clique em “overview”) o centro é descrito como “um ambiente ótimo no qual os indivíduos entram em escuridão perpétua, com todas suas necessidades básicas atendidas, em apoio da autorrealização”. O tempo ideal declarado para esses retiros é de quatorze dias, com dois dias depois do retiro no centro para a integração.

Relato de um Retiro no Escuro

Esta é uma descrição pormenorizada do meu retiro no escuro total durante quatorze dias no Centro de Retiro no Escuro Sierra Obscura. Recentemente, recebi alguns pedidos de amigos da comunidade para compartilhar minha experiência, de forma que decidi revelar tudo e oferecer um retrato cômico de minha viagem através do abismo para a autorrealização.

Durante meu retiro, eu tinha meu quarto individual e acesso a dois banheiros completos e a um espaço comum grande e confortável tudo totalmente “escurecido”. A comida e as bebidas orgânicas eram entregues através de um corredor e uma série de portas que garantiam que não haveria nenhum vazamento de luz, em horas variáveis do dia e da noite. As caixas de comida eram deixadas numa mesa no espaço comum com um número de madeira associado ao número do quarto.

Vona descreveu os primeiros oito dias, que incluíram muitos outros tipos

de vivências, minuciosamente. Seu relato da segunda parte de seu retiro e seu retorno à sua vida normal estão incluídos aqui. Para seu relato completo, e mais sobre seu trabalho, visite www.lindseyvona.com.

Por volta do nono dia, senti como se estivesse sendo provocada no limite da morte do ego; era muito diferente do santo-daime. O que eu visualizava em minhas meditações começou a diminuir, e minha mente basicamente parou por longos períodos de tempo. Eu estava inundada por um nada negro e pela passagem ocasional de pensamentos enquanto jazia esperando pelas próximas fases das mudanças internas.

Em algum momento entre o nono e o décimo-primeiro dia foi quando tive minha mais profunda abertura para a autorrealização. Não me lembro de quanto tempo durou, mas esta é uma descrição honesta do que eu me lembro. Em certo momento de minha meditação, minha cabeça se abriu e foi inundada por luz. Observei e senti esta calma felicidade e alegria assumir e notei que meu corpo se tornou vibração pura. Eu não podia mais sentir nem me relacionar comigo mesma como um ser físico, nem como Lindsey, de nenhuma forma, e ainda sim era eu mesma, mas sentia muito mais real do que chamamos vida desperta.

Estava absorvida por esta luz, e esta luz tornou-se a totalidade do espaço ao meu redor até que me tornei apenas este vazio gigante, radiante, cheio de luz. Eu era real e estava novamente em casa e maior do que um trilhão dos nossos sóis. De alguma forma de ver além dos olhos físicos, olhei para baixo e vi os pontos que eram a Terra e o Sol e o sistema solar e pensei em Lindsey. Nada daquilo era real. Eu era a única coisa real. A coisa material que uma vez eu identificara como, e pensara que fosse, eu mesma e meu mundo estavam percebidos como uma ilusão plena e total, nem mesmo merecedora de uma definição.

Palavras como *espiritual* e *Lindsey* e *Terra* brilharam diante de minha percepção da paz perfeita, e foram percebidas como inconsequentes, como se nunca tivesse existido e que fossem apenas belas imagens/ideias que haviam vindo e ido e se dissolvido novamente em meu atual ser de pura luz. Dei um zoom para baixo até a Terra e vi Lindsey. Não fazia sentido. Eu era uma bola de luz gigantesca, maior-do-que-todo-o-conceito-de-universo, radiante, cintilante, infinita, emitindo uma perpétua e perfeita compaixão sem causa. Afirmo este paradoxo sentada num espaço e tempo

físicos, sem a menor certeza de como relacionar isso com vocês, realmente.

A natureza da realidade não é o que parece. Mesmo minhas experiências de perceber o *maya*, e perceber o vazio e o estado de ser tal, através de toda minha “vida como Lindsey”, como uma buscadora espiritual, não poderia se aproximar desta absorção na perfeição da autolembrança da total... uhm... ahn... além das palavras e da descrição, aniquilação na luz-verdade.

Durante esta absorção pela luz, percebi também que eu era capaz de me sentar no tapete no quarto como uma entidade perfeitamente vibracional, não como “Lindsey”, mas como meu ser verdadeiro, uma vibração da natureza perfeita de Buda. Minha melhor metáfora é que nós estamos vivendo, vibrando, como pinturas Tanka não-físicas. Já estamos aperfeiçoados e além mesmo de conceitos de iluminação ou de autorrealização, e perfeitamente realizados. Apenas nos esquecemos, e com razão, porque estes mecanismos mente-corpo-desejo não são nós, embora sejam. Esta vida é uma sombra de uma grande memória provavelmente já esquecida pela luz inteligente interminável.

Eu era capaz de transitar facilmente entre minha percepção de mim como esta grande luz interminável e minha percepção como este eu não-físico vibrante, Buda perfeitamente percebido, que sentia eterno. Penso que esse estado de percepção durou vários dias enquanto estava no escuro. Todo o medo da morte foi completamente aniquilado nesta percepção. Toda relação com o sofrimento ou com o sofrimento de outros, nesta ocasião, não era nem mesmo uma possibilidade risível. A identificação era fútil. Eu estava feliz em morrer naquela luz para sempre. Parte de mim queria morrer. Parte de mim queria muito não querer voltar para este quarto, este corpo-coisa como Lindsey. Não faz sentido e, no entanto, aconteceu e estou aqui. Não pensei em meus pais, nem se eles sentiriam minha falta, se eu me deixasse ser completamente absorvida na verdade do que sou, porque sabia que, no final das contas, eles são exatamente a mesma coisa e que, seja nesta “história de uma vida”, seja no momento da “morte”, vamos nos lembrar bem de tudo, porque já somos isso. Suponho que não posso realmente saber o que é verdade para vocês ou para “qualquer outro”, exceto que vocês são eu, e que esta vida

não é absolutamente o que parece.

A ideia de corporeidade ainda é apenas um conceito e atualmente nós temos ciências muito sofisticadas que descrevem esse processo de liberação através de todos esses centros de energia corporal, e é engraçado que você possa voltar a si mesma através deste mapa chamado corpo, mas no fim das contas é uma falsa identificação. Que piada!

É bem um pensamento-sonho irradiando-se de uma emanção eterna, que também é você, bem agora, além da casca de sua identidade mundana. A própria Terra é um sonho e está sonhando. Estamos todos adormecidos nela, exatamente agora. Embora eu tenha tido essa percepção, exatamente agora, durante a maior parte do tempo eu estou dormindo porque o plano físico denso é o vínculo, o desejo e, no fim das contas, eu sou uma vibração oscilando de forma entre vibração-imagem e a perfeita luz eterna, e a identificação com o físico, que não é realmente físico, embora pareça tão real.

Esta percepção aniquilou completamente minha necessidade de “trabalhar em mim mesma” da forma como eu havia feito durante os momentos abissais prévios do retiro.

Eu não precisava mais me sentir feliz, ter qualquer vivência particular ou ter uma identidade que eu havia esculpido suficientemente para obter o que eu queria desta “vida” de vocês ou de alguém ou de qualquer “mundo”. Tudo isso estava estragado, e eu estava livre de todo medo ou noção de morte e ainda sou... neste momento. É engraçado. Exatamente agora estou tão excitada pela vida quanto pela morte, mas isso só é parcialmente verdadeiro, porque estou bem aqui e a vida e a morte são apenas conceitos. É um paradoxo.

Em meio a essa percepção, quando eu voltava para casca da ilusão de meu doce ser, ocorreu-me que aperfeiçoar o amor humano vai ser legal, que estou feliz em revelar a profundidade do amor para vocês, nesta vida, e excitada com os desafios pela frente, na esperança de que possa manter essas percepções o bastante em minha consciência, para viver com mais graça na verdade da luz que estamos compartilhando aqui.

Poucos momentos abissais depois disso, Danielle desceu, conversamos, e ela acendeu uma vela perto da minha cama.

Era a primeira vez, em 14 dias, que via a aparição física da luz, vi a verdadeira natureza da realidade, dessa vez com olhos humanos. Pude

olhar para ela por poucos segundos apenas, e então comecei a tremer e a chorar e precisei que a vela fosse apagada por um momento, enquanto eu integrava o que havia visto.

Então, subi para estar com Pascal e com a equipe do Sierra Obscura perto da lareira, com a lousa branca de minha consciência livre de todos os conceitos. Eu vi luz dançando em toda parte e no mundo não nascido irradiando-se e aperfeiçoando-se ao vivo. Surgiu um pensamento em minha mente, eu vi como seu lampejo na tela do conhecimento literalmente curvou a realidade ao meu redor; um pensamento projetado é uma lente distorcida que condiciona esta mente-mundo. Sentada como fonte, vendo todos em sua Deus-identidade à luz de velas, chorei e notei silenciosamente o quão facilmente as energias psíquicas das mentes ao meu redor dançavam e brincavam juntas, refratando-se fora da tela. Mais tarde, naquela mesma noite, chamei Rigzin, que eu sabia havia estado orando por nós durante todo o retiro, querendo compartilhar a profundidade de minha gratidão por aquele lugar puro com ela e com toda equipe que nos atendeu durante duas semanas.

Na manhã seguinte, de óculos escuros, Danielle levou-me para um passeio por uma estrada perlongada por lindas árvores a caminho do centro da cidade de Nevada. A luz era tão fascinante, e era difícil conversar realmente; eu apenas queria olhar para tudo.

À medida que vi este “mundo” novamente, mal pude conter meu riso diante do quanto ele parecia irreal, mas tentei segurá-lo no restaurante. O retiro foi, de longe, o investimento mais profundamente importante que fiz nesta coisa doce e onírica que chamo agora, humilde e temporariamente, eu mesma. Estou lentamente voltando para minha “vida” e integrando. Embora tenha estado sobretudo silenciosa durante esses últimos dias, posso sentir o mundo condicionado de conceitos e desejos dançando novamente, embora sem tanto poder sobre mim quanto teve no passado. Estou excitada porque meu corpo/mente agora acorda naturalmente cedo e quer meditar imediatamente. Entendo que muitos seres desse planeta, incluindo possivelmente vocês, morrerão neste perfeito estado de autopercepção. Afinal de contas, ele é o que nós somos.

Não posso realmente ter certeza de como minha vida vai transcorrer daqui em diante. Tudo que sei com certeza é que sou perfeita luz de Deus temporariamente sonhando Lindsey e o Mundo e nada disso aconteceu ou

é verdadeiramente real. Sob esta casca de pensamentos, preferências, condições, imagens, vínculos e desejos egoístas, que surgem temporariamente, sou uma vibração de pura compaixão, que está sendo si mesma, já liberada, nunca nascida, nunca morta, atravessando o grande vazio que sustenta cada um de nós, deuses ou humanos, como diz minha professora Maniko, mais perfeitamente que qualquer elemento vivo. Estou repleta de vazio e de alegria silenciosa e gratidão por ter tido a oportunidade de receber isso sozinha no escuro, com conforto, com tantos seres, físicos e não físicos, me apoiando.

¹*O www.wasiwaska.org/research.htm é um excelente site de literatura sobre a pesquisa com o santo-daime.

²§No original: *The Shaman and Ayahuasca: Journeys to Sacred Realms*. (N.T.)

³§*Mother Ayahuasca*, no original. Neste relato, a fim de manter o caráter de santidade, eliminei o hífen e transformei o substantivo comum em nome próprio. (N.T.)

⁴+De *ayahuasca*. Vide N.T., anterior.

A

MUDANÇAS COMPORTAMENTAIS

POSTERIORES À TERAPIA PSICODÉLICA

Resultados persistentes de sessões isoladas com dose alta

Sessenta e sete participantes (44 homens e 23 mulheres) receberam LSD, mescalina ou uma combinação dos dois para uma sessão psicodélica guiada. Antes e depois dessa sessão, haviam se reunido com o terapeuta como parte de um curso de terapia ou de exploração pessoal. (Outros aspectos desse estudo foram discutidos em pormenores no capítulo oito.) As sessões foram conduzidas pela equipe (eu, inclusive) da Fundação Internacional para Estudos Avançados em Menlo Park, em 1962 e 1963, segundo as linhas das sessões descritas na íntegra nos capítulos 1 e 2.

Entre seis e nove meses depois, foi perguntado aos participantes o que havia mudado em suas vidas. Suas respostas foram registradas da seguinte forma.

Mais: envolvimento com este comportamento mais intensamente ou mais frequentemente do que antes da terapia.

Menos: envolvimento com este comportamento menos intensamente ou menos frequentemente do que antes da terapia.

Igual: Envolvimento com este comportamento com a mesma frequência de antes ou nenhum.

Comentários mais extensos foram escritos pelos participantes durante a entrevista. As perguntas (332) foram agrupadas em 18 categorias. O nível de significância para cada item foi calculado usando o teste do sinal.*

O estudo original que mostra os escores totais para cada

pergunta, bem como comentários adicionais dos participantes e análises mais extensas está disponível *on-line*.^{*}

O material seguinte é uma breve discussão da maioria dos itens altamente significativos em cada uma das dezoito categorias, com uma breve explicação sobre a provável direção e a extensão de mudanças específicas e alguns comentários representativos para clarificar e ampliar as respostas. Foi incluída uma tabela (21.1) na página para mostrar todos os dados de cada categoria. Os achados foram agrupados em seis áreas:

- Hábitos pessoais
- Trabalho e relações interpessoais
- Atividades culturais e criativas
- Atividades envolvendo familiares
- Atividades subjetivas
- Funcionamento físico e saúde

Hábitos pessoais

A hipótese era que os participantes se tornariam mais voltados para si mesmos e passariam menos tempo fazendo coisas apenas para agradar ou impressionar os outros. Esperava-se que se tornariam menos ansiosos com a organização de suas coisas pessoais.

Mais de 50% da amostra relatou modificações na sua organização pessoal. Comentários do tipo “antes eu era organizado porque temia o que os outros iriam achar” e “não me parece mais tão importante” são representativos dos que se tornaram menos organizados. Os que haviam se tornado mais organizados fizeram comentários como “as coisas parecem se encaixar mais facilmente” e “comprei um aspirador de pó”.

Um número significativo de homens melhorou de aspecto ($p < 0,01$)^{***}, passou a usar cores mais vivas ($p < 0,01$) e melhorou seu estilo ($p = 0,01$). Tanto os homens ($p < 0,01$) quanto as mulheres

($p=0,01$) relataram maior interesse em decorar a casa, com comentários do tipo “agora compro flores para a casa, o que não fazia há anos” e “ir a um baile com a roupa que tenho, uma luz especial para o banheiro, cortar um tapete grande em dois... fazer coisas com mais prazer”.

Previam-se que mudanças em hábitos incluiriam um aumento do prazer com o aspecto social de comer e cozinhar, além do prazer em comer. Esperava-se que os problemas com a bebida melhorassem.

As mudanças mais comuns foram um aumento da apreciação de cozinhar coisas mais refinadas ($p<0,01$), um aumento do interesse em cozinhar ($p=0,05$) e, em menor grau, um interesse em comidas incomuns ($p=0,10$). Houve relatos individuais de menor interesse em doces e menos compulsão para comer, com comentários como “não morro mais por batatas-fritas”, “agora não preciso mais de barra de chocolate” e “eu era um comedor compulsivo quando ficava infeliz. Mas, agora parei”. Um participante relatou “acabou minha alergia a melão”. (Como mencionado no capítulo 4, o Dr. Andrew Weil escreveu sobre a superação de uma grave alergia a gatos durante uma sessão psicodélica. Sua proposta de avaliar a terapia psicodélica para alívio da alergia ainda não foi testada.)

Metade da amostra (48%) relatou mudanças em seu padrão de ingestão de bebida alcoólica. Os que passaram a beber menos disseram “parei completamente. Antes, eu tomava três doses ou mais antes do jantar”, “eu achava que beber diminuía a tensão; agora, não me engano mais”, “agora, bebo porque gosto. Antes, bebia para ficar bêbado”, e “não me interessa mais por vinho depois do LSD. Era bêbado de sarjeta. Bebi até tomar o LSD”. (Nota: Três anos depois, este último participante ainda não voltara a beber.)

Os que passaram a beber mais disseram, “antes não bebia, de jeito nenhum; tinha medo de perder o controle”, e “sou capaz de

tomar um aperitivo antes do jantar... A mãe ainda acha que beber socialmente leva ao alcoolismo”. Duas vezes mais sujeitos relataram que passaram a beber menos do que os que passaram a beber mais. A maioria daqueles que passaram a beber mais, homens, principalmente, passaram da abstinência a um beber social moderado.

Trabalho e relações interpessoais

Uma vez que um dos objetivos em fazer terapia psicodélica é obter informações sobre si mesmo e sobre seus relacionamentos, esperávamos modificações no valor colocado no trabalho e no grau de cooperação com outras pessoas e o interesse nelas.

Bem mais do que dois terços da amostra relatou mudanças importantes em seu padrão de trabalho. O próprio emprego ficou mais fácil ($p < 0,01$), trabalhou mais ($p < 0,01$), com mais energia ($p < 0,01$) e mais iniciativa ($p < 0,01$). No geral, o interesse no trabalho aumentou um pouco ($p = 0,10$). Entretanto, algumas pessoas relataram menor interesse, o que refletia uma mudança de prioridades. Entre os comentários havia: “Na semana passada, pedi demissão. Nem discuti com chefe”, “Estou mais inclinado a estudar e ler do que melhorar financeiramente” e “Antes, eu tinha uma compulsão de atingir alguma posição importante, ser um vice-presidente... Esse sentimento passou”.

Para a maioria, a cooperação aumentou ($p < 0,01$), assim como a tomada de decisões ($p < 0,01$) e a confiança nas próprias decisões. Porém, alguns sujeitos acharam mais difícil tomar decisões ($p < 0,01$) e alguns passaram a procrastinar mais ($p < 0,01$). O respeito pelos colegas de trabalho ($p < 0,01$) e a disposição para ouvi-los ($p < 0,01$) aumentaram. Ouvir mais os superiores aumentou significativamente ($p < 0,01$).

Quanto às relações interpessoais, 87% da amostra relatou estar

mais próxima dos outros ($p < 0,01$). Alguns sujeitos relataram ter mais amigos no trabalho ($p < 0,01$) e fora do trabalho ($p < 0,01$), sentir-se mais próximo e à vontade com eles ($p < 0,01$), menos ansiosos ($p < 0,01$) e menos distantes ($p < 0,01$). Passaram mais tempo conversando com outros ($p < 0,01$), participando de atividades ($p < 0,01$), passaram a falar mais francamente ($p < 0,01$) e com mais tato ($p < 0,01$), e aumentaram o interesse por conversar com outros ($p < 0,01$), e de estar com outros ($p < 0,01$). Passaram a gostar mais de festas ($p < 0,01$), de animais estimação ($p < 0,01$) e de passar mais tempo na natureza ($p < 0,01$) e a ter uma disposição mais positiva em relação à natureza em geral ($p < 0,01$), flores em particular ($p < 0,01$).

Em toda a amostra, a terapia psicodélica claramente teve um efeito positivo generalizado no trabalho e na proximidade social.

Atividades Culturais e Criativas

Como as experiências psicodélicas quase sempre melhoram a percepção da música, esperava-se o maior interesse em música. Qualquer aumento na leitura provavelmente seria em Psicologia, consciência ou espiritualidade. Essas expectativas foram confirmadas. Mais tempo passou a ser usado para ouvir música ($p < 0,01$). Alguns sujeitos compraram um equipamento de áudio de melhor qualidade ($p < 0,01$) e passaram a ouvir mais música clássica ($p < 0,01$). Mais de 70% dos sujeitos passaram a ler mais ($p < 0,01$), especialmente sobre religião ($p < 0,01$), ética ($p < 0,01$), misticismo ($p < 0,01$), Filosofia ($p < 0,01$) e Psicologia ($p < 0,01$). Passaram a assistir menos televisão ($p < 0,01$). Embora isso possa refletir um viés do entrevistador, assistir menos televisão foi considerado mais saudável.

Dado que os participantes haviam sido encorajados a explorar

sua orientação espiritual e seu passado religioso, esperavam-se mudanças consideráveis nos comportamentos relacionados a isso. Muitas mudanças foram altamente significativas; a mais frequente – relatada por mais de dois terços dos participantes – foi maior tolerância ($p < 0,01$) e maior crença no poder superior ($p < 0,01$). Houve pouca mudança em termos de frequência de ida à igreja. Entretanto foram lidos mais livros religiosos ($p < 0,01$), houve maior interesse em serviços religiosos ($p < 0,01$) e falar sobre assuntos religiosos ($p < 0,01$). Houve maior interesse em música religiosa ($p < 0,01$). Os sujeitos passaram a orar mais frequentemente ($p < 0,01$). Alguns comentários: “Aproximei-me de Deus e do conceito de sobrenatural. Os ensinamentos de Cristo agora são muito definitivos”, “Mais crença agora do que nunca, mas também tenho algumas incertezas”, “Mudança radical. Agora eu sinto” e “Creio num espírito unitário. Deus está ali; Deus está aqui”.

Embora o uso de psicodélicos ainda repercuta em todo o mundo artístico, a única mudança significativa de atividades criativas foi a maior apreciação de um instrumento musical ($p < 0,01$). Algumas pessoas relataram menor interesse em atividades criativas anteriores. Alguns comentários: “Fotografo menos, agora. Não acho tão importante registrar as coisas” e “Escrever é uma válvula de escape. Acho que muito do meu amor estava reprimido e me libera da tristeza, da frustração e de desejos”. Houve mudanças na pintura ($p < 0,01$). Alguns participantes disseram: “Completamente novo. Literalmente, aprendi a segurar o pincel”, “Tornei-me mais colorista. Menos interesse no desenho puro. A harmonia das cores é mais importante” e “Do naturalismo à abstração (mandala) como um dispositivo para a focalização”.

Pode ser que as mudanças relatadas, replicadas em outros estudos, sejam manifestações de um aumento do bem-estar. Um estudo de 1964 de Savage e colaboradores¹ relatou uma diminuição da ansiedade em 68% de 49 pacientes, seis a 12 meses depois da terapia psicodélica. Um estudo sobre terapia psicodélica de 1964, de Downing e Wygant,² relatou que 80% dos sujeitos passou a sentir maior segurança pessoal.

Atividades que Envolviam Pessoas da Família

Parte da pesquisa explorou a capacidade de respostas emocionais em diversas relações íntimas: primeiro em geral, depois na família e no casamento, e finalmente no comportamento sexual. Em vista de achados anteriores, era de se esperar uma maior abertura e capacidade de respostas emocionais.

Tabela 21.1. Porcentagem, nível de significância e direção de mudanças de respostas emocionais - Entrevistas de mudanças comportamentais. (Total = 67; 44 homens, 23 mulheres)³

Item	Porcentagem m de mudança	Porcentagem do nível de significância			Direção da mudança
		Total	Homens	Mulheres	
Nível geral de reatividade	88	<0,01	<0,01	<0,01	+
Respostas agressivas					
Verbal	84	ns	ns	ns	*
Sarcasmo	67	<0,01	<0,01	<0,01	-
Física	31	ns	ns	ns	*
Por escrito	19	ns	ns	ns	*

Item	Porcentage m de mudança	Porcentagem do nível de significância			Direção da mudança
		Total	Homens	Mulheres	
Comportamento amoroso					
Verbal	88	<0,01	<0,01	<0,01	+
Físico	78	<0,01	<0,01	<0,01	+
Por escrito	31	<0,01	ns	<0,10	+
Comportamento amistoso					
Verbal	84	<0,01	<0,01	<0,01	+
Físico	69	<0,01	<0,01	<0,01	+
Por escrito	30	<0,01	<0,05	<0,10	+
Amizades					
Renovou	37	<0,01	<0,01	ns	+
Deixou de lado	36	<0,10	ns	ns	+
Novas	57	<0,01	<0,01	<0,01	+
Por escrito	34	ns	ns	ns	*
Aceita pedidos (submisso)	69	<0,10	<0,05	ns	+
Lidera ou controla (dominante)					
No trabalho	57	<0,05	<0,10	ns	+
Em casa	54	<0,10	ns	<0,10	+
Em grupos sociais	49	ns	ns	<0,10	+
Autoconfiança					

Item	Porcentagem m de mudança	Porcentagem do nível de significância			Direção da mudança
		Total	Homens	Mulheres	
Em crenças	87	<0,01	<0,01	<0,01	+
Em tomada de decisões	85	<0,01	<0,01	<0,01	+
Em ações	87	<0,01	<0,01	<0,10	+
Reage de forma diferente ao errar					
Sim ou Não	61	<0,10	ns	ns	+ (Sim)
Conselhos					
Dá	58	ns	ns	ns	*
Pede	54	ns	ns	ns	*
Aceita	49	<0,01	<0,01	ns	+
Em discussões					
Dogmático	66	<0,01	<0,01	<0,10	-
Excitável	70	<0,01	<0,01	ns	*
Flexível	76	<0,01	<0,01	<0,01	-
Teimoso	57	<0,01	<0,01	<0,10	-
Outro comportamentos					
Canta	36	<0,01	<0,01	<0,01	+
Assobia	25	<0,01	<0,01	<0,05	+

Legenda: + = mais, ou mais frequentemente; - = menos, ou menos frequentemente; * = inadequado para análise estatística; ns = não significativo

A tabela 21.1 é uma ilustração de como cada grupo de

resultados foi apresentado no relatório integral do estudo. Foi selecionada porque registra mudanças significativas em uma grande porcentagem da amostra. As amostras mais generalizadas foram capacidade de resposta aumentada ($p < 0,01$), maior expressividade do amor físico ($p < 0,01$) e verbal ($p < 0,01$), e maior simpatia ($p < 0,01$). Os participantes passaram a ter maior confiança em suas crenças ($p < 0,01$), decisões ($p < 0,01$) e ações ($p < 0,01$). Tornaram-se mais ou menos agressivos, porém menos sarcásticos ($p < 0,01$). Os homens ficaram mais receptivos a conselhos ($p < 0,01$). Em discussões, tanto os homens quanto as mulheres tornaram-se menos dogmáticos ($p < 0,01$), excitáveis ($p < 0,01$) e teimosos ($p < 0,01$), bem como mais flexíveis ($p < 0,01$). Passaram a cantar ($p < 0,01$) e assobiar ($p < 0,01$) mais, provavelmente em consequência de se sentirem bem mais frequentemente.

A autoconfiança aumentou para quase todos ($p < 0,01$). Exceto para quatro pessoas que relataram diminuições, parece que os sujeitos ficaram mais dispostos a sentir seus sentimentos, mais capazes de ficar bravos e com maior probabilidade para amar. Mais livres para ser agressivos, ficaram também mais abertos aos afetos. Em resumo, parece que se tornaram mais sociáveis e mais cheios de vida.

A expansividade emocional, a abertura aumentada e as amizades indicados na tabela 21.1 não se manifestaram tão plenamente no relacionamento com pessoas da família. Houve menos modificações nessas relações do que era esperado. Esses adultos não se deram melhor com seus pais ($p = 0,01$). Houve mudanças significativas na partilha de ideias ($p < 0,01$), no tempo passado juntos com pessoas da família ($p < 0,01$) e na boa relação

com os irmãos ($p < 0,01$). Mais participantes mudaram o comportamento com relação a seus filhos. Mais tempo foi passado ensinando ($p < 0,01$), brincando ($p < 0,01$), lendo ($p < 0,01$), conversando ($p < 0,01$) e cuidando deles ($p < 0,01$). No geral, o relacionamento entre pais e filhos melhorou ($p < 0,01$).

As mudanças individuais com um membro específico da família às vezes foram consideráveis. Um participante falando de seu pai disse: “Foi a primeira vez em que conseguimos conversar”. Outro disse “com o LSD entendi algumas coisas sobre o meu filho mais velho e agora estamos nos dando melhor”.

Casamento (Apenas Sujeitos Casados)

Casamento, o relacionamento mais duradouro e íntimo, é também um dos mais frágeis. Com frequência, os cônjuges ficaram preocupados quando seus parceiros lhes disseram que iriam fazer terapia psicodélica. Não tínhamos certeza se os casamentos ficariam fortalecidos ou destroçados pelos entendimentos obtidos durante a terapia.

A questão que mostrou a maior mudança de todos os itens da entrevista (92%) foi a questão sobre satisfação conjugal. Com exceção de duas pessoas, todas as outras acharam que o casamento se tornou mais satisfatório. E, daqueles outros dois, um acrescentou: “Mas, estou menos satisfeito porque vejo que há mais possibilidades para melhorar”. Além da esmagadora maioria de aumento da satisfação ($p < 0,01$), a comunicação melhorou ($p < 0,01$), bem como o desejo de agradar o cônjuge ($p < 0,01$). As brigas passaram a durar menos ($p < 0,01$) e os problemas foram discutidos mais cedo ($p < 0,01$). Mais atividades e interesses foram compartilhados ($p < 0,01$). Os cônjuges de metade da amostra que era casada (58%) já haviam feito terapia psicodélica, o que provavelmente foi um fator que contribuiu para essas mudanças.

positivas generalizadas.

Padrões Sexuais

Diante do maior grau de satisfação conjugal era de se esperar um aumento igual da satisfação sexual. A maior parte das mudanças relatadas não foi altamente significativa, embora estivessem na direção prevista. Para as mulheres, o sexo foi visto como mais importante ($p = 0,05$) e mais importante para a relação ($p < 0,01$); para os homens, foi menos ($p = 0,05$). Ambos os sexos relataram que a excitação sexual aumentou ($p < 0,01$) bem como uma satisfação significativamente aumentada com o ato sexual ($p < 0,01$), o que incluiu mais variações ($p < 0,01$). Os homens relataram melhoria no desempenho ($p < 0,01$) e redução da masturbação ($p < 0,01$), que se tornou menos satisfatória ($p = 0,05$). Ambos os sexos relataram beijos e bolinações mais frequentes e satisfatórias ($p < 0,01$). Embora o número absoluto de sujeitos cujo comportamento sexual mudou não fosse tão elevado quanto em outras áreas, comentários individuais ilustram a importância das mudanças. Alguns, que achavam que a sexualidade era mais importante, disseram: “Mudou muito, e para melhor. Agora, é um feliz instinto natural”, “Pela primeira vez em minha vida estou tendo sensações sexuais”, e “Nunca imaginei quanto prazer era possível no sexo”. Alguns, que achavam a sexualidade menos importante, disseram: “Antes do LSD, para mim, o sexo era importante como um problema. Agora, não é”, “Antes do LSD, era bonito, mas era uma bagunça. Agora, percebo que não é tão importante” e “Antes achava que era uma obrigação. Agora, é prazer”.

Embora o interesse em sexo possa ter diminuído, a maioria dos comentários foi sobre ter menos ansiedade e mais prazer. Embora o número de mulheres que relataram ter mais orgasmos não seja

estatisticamente significativo, os maridos de sete das nove mulheres que relataram isso haviam feito terapia psicodélica. Resistimos a especular sobre esse achado.

Dois sujeitos relataram que haviam abandonado o comportamento sexual. Ambos explicaram que era devido a seu acelerado desenvolvimento espiritual. Entretanto, para os entrevistadores, nenhum deles pareceu estar funcionando ao nível dessas explicações. Em vez disso, parecia que estavam usando a terapia para reforçar estruturas defensivas em lugar de enfrentar dificuldades reais em seu ajustamento sexual. No geral, houve uma clara evidência de que a abertura emocional, relatada com muita frequência e que ocorre durante uma terapia psicodélica bem conduzida, foi real para esse grupo, e que a abertura persistiu. Ela pode ser notada nos relacionamentos mais formais até os mais íntimos.

Atividades Subjetivas

A lista de atividades subjetivas inclui:

- Valores materiais
- Atividades introspectivas
- Medos
- Sonhos

Valores Materiais

Há muita literatura popular e mesmo pseudo-profissional dos anos 1960 sobre a frequência com que os psicodélicos solapam a ambição, geralmente citando o brado aliciante de Leary de “Ligue-se, sintonize e caia fora”. Entretanto, no grupo deste estudo, a renda dos homens efetivamente aumentou ($p < 0,01$). Entre os homens ($p < 0,01$), houve significativamente menos preocupação com a posição social, com o respeito de colegas de trabalho ($p = 0,05$), respeito de outros em geral ($p = 0,05$) e mais interesse em conseguir um novo emprego ($p < 0,01$). A ambição das mulheres

aumentou ($p = 0,05$), mas com menor interesse em renda, por si só, buscando outras satisfação relacionadas ao emprego.

Essa população pode estar menos interessada em materialismo, mas está mais interessada em produtividade e num trabalho satisfatório.

Atividades Introspectivas

A terapia psicodélica destaca tanto o valor da introspecção que seria surpreendente se não houvesse mudanças significativas nessas atividades. Os participantes passaram mais tempo em introspecção ($p < 0,01$), autoanálise ($p < 0,01$) e meditação ($p < 0,01$). Daqueles que passaram a participar de outros grupos, os homens gravitaram em torno de terapia ($p < 0,01$), enquanto as mulheres passaram a fazer parte de grupos religiosos ($p = 0,10$).

Medos

No geral, em todas as categorias os medos diminuíram mais do que aumentaram. Houve 23 relatos de aumento de medos e 156 relatos de diminuição ($p < 0,01$). Como o regime terapêutico não se concentrou em medos, nem tentou interpretá-los quando se manifestaram, esse resultado foi intrigante. Como o autoconceito e a autopercepção apresentaram aumentos dramáticos, era de se prever que medos específicos, fobias, principalmente, diminuíssem. De fato, medo de insetos ($p < 0,01$), de animais ($p < 0,01$), de ficar sozinho no escuro ($p < 0,01$) e de cobras ($p < 0,01$) diminuíram. Medos de alturas, de lugares fechados e de cair não mudaram, mas pode ser que fossem raros na amostra. Para algumas pessoas, as reduções em seus medo foi importante. Um participante declarou: “Menos medo de alturas. O medo ainda existe, mas agora posso controlá-lo”. Na terapia psicodélica, os indivíduos em geral percebem sua identidade além de seus corpos físicos. Talvez isso explique por que o medo da morte foi o medo

mais frequentemente citado como tendo diminuído ($p < 0,01$).

Sonhos

Quando as pessoas se tornam mais introspectivas e mais interessadas em seus próprios processos internos, sua vida onírica pode se tornar mais rica ou elas podem perceber e se lembrar mais facilmente de seus sonhos.

Seja qual for a causa, na população desse estudo todos os aspectos de seus sonhos mostraram aumentos significativos, exceto a duração. Várias facetas do aumento da atividade onírica aumentada são ilustradas pelos seguintes comentários representativos.

Frequência ($p < 0,01$): “Muito mais. Nenhum sonho durante muitos anos antes da sessão do LSD”, “Antes do LSD não tinha nenhum sonho. Agora eu sonho”.

Duração: “Parece que dura mais agora, acontece mais”; “Rápido e direto. Costumava ser enrolado, ia e voltava”.

Quantidade de cor ($p < 0,01$): “Colorido, agora. Antes, sem cor”, “Nunca tinha sonhado colorido antes do LSD”.

Além disso, os sonhos foram mais intensos ($p < 0,01$), mais significativos ($p < 0,01$), lembrados mais frequentemente ($p < 0,01$) e mais agradáveis ($p < 0,01$). Para alguns, os sonhos foram menos perturbadores. Os comentários incluíram: “Não fico mais com medo”, “Sonhos, em vez de pesadelos” e “Menos sofrimento, menos pesadelos”.

Em suma, os sujeitos relataram uma vida onírica mais rica, mais significativa e menos perturbadora.

Funcionamento Físico e Saúde

Funcionamento Físico

A equipe da terapia previa que a saúde física melhorasse, junto com a saúde mental.

Apenas cerca de um quarto da amostra relatou mudanças em sua atividade física. Entretanto as atividades que mudaram para mais, incluíram caminhar ($p < 0,01$), fazer trilha ($p < 0,05$), participação em esportes ($p < 0,01$), dançar ($p < 0,10$), andar de bicicleta ($p < 0,10$) e jardinagem ($p < 0,01$). Quando a terapia psicodélica afetou as atividades físicas, isso aconteceu numa direção saudável. A única atividade que diminuiu foi caçar ($p < 0,01$), uma mudança provavelmente mais filosófica do que física.

Saúde

A maioria dos sujeitos estava num estado de saúde moderadamente bom antes de entrar no programa, e a maioria das mudanças relatadas foi para melhor. Da amostra, 76% ficou melhor depois de fazer exercícios e menores porcentagens passaram a sentir menos fadiga em geral ($p < 0,01$), menos dores de cabeça ($p < 0,01$) e menos tédio ($p < 0,01$). Os participantes relataram melhoria da visão e da audição ($p < 0,10$), do olfato ($p < 0,01$), do paladar e ($p < 0,01$) do tato ($p < 0,01$). Alguns passaram a dormir menos ($p < 0,10$), a usar menos medicamentos ($p < 0,05$) e a ter menos dores ou queixas em geral ($p < 0,01$). Os comentários incluíram: “Não tomo mais tranquilizantes” e “Eu tinha uma dor na perna. O raio X mostrou artrite; quando eu me incomodava doía mais. Desde o LSD a dor desapareceu completamente”. Alguns sujeitos relataram novas queixas, muitas das quais parecem ser de origem psicossomática.

O aumento da atividade física e a melhoria da saúde parecem ser mais uma consequência indireta do estabelecimento de um equilíbrio psicológico prático do que o efeito direto da terapia psicodélica em si.

Conclusões

Desta apresentação de resultados longa e um pouco exaustiva,

pode-se ver que as mudanças no grupo de 67 pessoas foram diversas, extensas, positivas e duradouras. Pode-se concluir que esse protocolo terapêutico de curta duração, ao menos com uma população moderadamente saudável, foi benéfico. É lamentável que essa terapia não esteja ainda legalmente disponível para a população geral.

1* O teste do sinal é simplesmente uma forma de determinar se a diferença entre aqueles que respondem **Mais** (+) ou **Menos** (-) é uma diferença real e não apenas devida ao acaso.

2* O estudo foi conduzido sob os auspícios da Fundação Internacional para Estudos Avançados em Menlo Park, Califórnia, sob a Licença de Pesquisa de Novo Medicamento, da Administração Nacional de Alimentos e Medicamentos (FDA). Esta pesquisa foi conduzida durante a vigência de minha bolsa pré-doutoral #5F1 MH-16.900, do Instituto Nacional de Saúde Mental dos Estados Unidos.

3*** Uma breve explanação para leitores que não tenham ideia de como a estatística é usada em Psicologia: qualquer medida é avaliada em relação à probabilidade que o mesmo resultado aconteça por acaso. O p significa a probabilidade. O número depois do p mede a distância entre o resultado atual e que isso tenha acontecido por acaso. Em Psicologia, se os dados acontecerem por acaso uma em cada dez vezes (escrito como $p = 0,10$), podem ser chamados de tendência ou inclinação. Se por acaso acontecer cinco vezes em cada cem ($p = 0,01$), pule de alegria e agradeça aos deuses porque isso é muito significativo. Não há muitos resultados em psicologia melhores que isso. Nesta pesquisa, entretanto, os dados foram com frequência muito, muito melhores que ($p = 0,01$): às vezes uma em 1.000 ($p = 0,001$), uma em 10.000 ($p = 0,0001$), ou maior ainda. Não há quase nenhuma outra pesquisa de qualquer tipo de psicoterapia que tenha resultados tão robustos. Para manter os dados acima da crítica como improváveis ou impossíveis, registrei todos os resultados mais

provavelmente reais acima da probabilidade de um em 10.000 como ($p < 0,01$). Nas páginas seguintes há muitos desses casos porque, em quase todas as categorias, os achados foram robustos.

A

QUESTIONÁRIO SOBRE EXPERIÊNCIAS PSICODÉLICAS

WILLIS HARMAN, PH.D.

JAMES FADIMAN, PH.D.

Desde o início, os relatos sobre a efetividade ou os perigos da experiência psicodélica basearam-se em relatos individuais como a fonte primária de dados, suplementado por opiniões baseadas em graus variáveis de conhecimento, de nenhum (o mais comum) até um considerável conhecimento baseado na experiência (raro). O que faltava era um exame direto dos autorrelatos de um grande número de pessoas que haviam tomado psicodélicos em condições semelhantes, e que estavam a uma distância suficiente da experiência para poder avaliá-la de maneira realista.

O questionário seguinte foi aplicado para obter respostas a algumas questões básicas. Ele não oferece nenhuma interpretação dos resultados. Como praticamente todos os itens relatados dariam um teste estatisticamente significativo (termo que significa que é improvável que os mesmos resultados seriam obtidos por acaso), medidas estatísticas não foram empregadas aqui. Devido à calmaria protraída da pesquisa legal, não temos relatos similares de terapeutas psicodélicos atuais. Entretanto, falei com um terapeuta não legal, que indicou, em vista de sua experiência com mais de mil clientes, que esses resultados estão na mesma linha de nossas próprias percepções. À medida que os estudos legais aumentam, no futuro podemos esperar uma replicação desse tipo de pesquisa com questionário.

Estudo da Experiência Psicodélica com Questionário

A seguir um breve resumo do relatório^{*} sobre os resultados de

um questionário distribuído aos primeiros 113 clientes da Fundação Internacional para Estudos Avançados em Menlo Park, Califórnia, e para 40 sujeitos experimentais voluntários que tinham tido sessões individuais com LSD no mesmo local em condições similares. Desses, 93 pacientes (82%) e 26 voluntários (65%) devolveram os questionários devidamente preenchidos.

O tratamento dos pacientes neste relatório foi similar ao tratamento descrito nos capítulos 1 e 2.¹ A preparação durou aproximadamente um mês antes da sessão com eles. As doses foram moderadamente altas (200-400 microgramas de LSD, com 200 a 400mg adicionais de mescalina, quando necessário). Os grupos de sujeitos voluntários não eram estritamente comparáveis, pois além dos fatores de seleção para os dois grupos, o grupo de não pacientes em geral recebeu melhor preparação e doses mais baixas.

O questionário foi baseado num modelo usado no estudo similar.² Consistia em 75 afirmações com as quais o sujeito era solicitado a avaliar o seu grau de concordância: 0 (não), 1 (um pouco), 2 (bastante), 3 (muito). Perguntas adicionais solicitavam informações subjetivas sobre aspectos particulares da experiência (por exemplo, impressão da preparação e do clima, percepções mais significativas).

Resumo dos resultados

Num resumo geral, o resultado mais significativo talvez seja a porcentagem de respondentes que disseram “bastante” ou “muito” para os benefícios persistentes (83%). A taxa de melhoria declarada sobe de 76% em um a três meses após a única sessão com LSD para 85% depois de doze meses após a sessão.

Os benefícios mais comumente relatados incluíram um aumento da capacidade para amar (78%), para lidar com hostilidade (69%), para se comunicar (69%), e para entender sobre si mesmo e os

demais (88%); outras mudanças incluíram melhoria do relacionamento interpessoal (72%), redução da ansiedade (66%), aumento da autoestima (71%), e uma nova forma de olhar o mundo (83%). De interesse particular é uma alta correlação de 0,91 entre “maior consciência de um poder superior, ou realidade última” e “benefício permanente”.

Com relação a respostas negativas, nenhum dos voluntários e apenas um paciente sentiram que tinham sido prejudicados mentalmente. (Depois de um ano da sessão, este único paciente havia mudado sua opinião negativa.) Imediatamente após a sessão com LSD, 24% acharam que o devaneio e a introspecção “interferiam em terminar as coisas que tinham que fazer”; esse número caiu para 11% depois de um ano. Problemas com o relacionamento conjugal, ausentes previamente, foram relatados por 27% dos voluntários e 16% dos pacientes.

Nas tabelas seguintes, os itens marcados com um * são as porcentagens baseadas no número de sujeitos que responderam à pergunta, porque alguns itens, como casamento ou trabalho, não eram aplicáveis a todos.

I. Diferenças por sexo

Uma questão era se haveria diferenças significativas em resposta ao LSD de acordo com o sexo. Os números abaixo são porcentagens do grupo total de clientes cuja primeira sessão com LSD tinha ocorrido no mínimo três meses antes do preenchimento do questionário e que marcaram cada afirmação com “concordo muito com a afirmação” ou “concordo bastante com afirmação” (3 ou 2, de acordo com as instruções do questionário). Apresentam-se três porcentagens para cada item, em colunas indicadas por **H** (homens), **M** (mulheres) e **T** (total). Há muitas diferenças, algumas estatisticamente significativas, mas nenhuma que parecesse ter importância clínica. Nenhuma pesquisa posterior examinou ou encontrou diferenças importantes sobre como homens e mulheres respondem a psicodélicos específicos.

Tabela 22.1. Examinando retrospectivamente sua experiência com LSD, como ela lhe parece hoje?

	H	M	T
Uma experiência muito agradável	7	8	8
	5	5	2
Uma experiência muito desagradável	3	2	3
	8	9	4
Uma experiência muito confusa	2	4	3
	7	1	4
Algo que quero tentar de novo	8	9	8
	2	4	8
Uma experiência de desconforto físico e de doença	9	2	1
		4	5
Uma experiência de grande beleza	8	7	8
	2	9	1
Maior conhecimento da realidade	8	9	9
	8	4	1
Sinto que foi um benefício duradouro para mim	8	8	8
	5	5	5
Deu-me um maior entendimento de mim mesmo e dos outros	8	8	8
	2	8	5
A maior coisa que já me aconteceu	8	7	7
	2	4	8
Uma experiência transcendente, além de minha compreensão habitual	8	8	8
	5	2	4
Uma experiência religiosa	8	8	8
	2	8	5
Uma lembrança agradável, nada mais	0	0	0
Uma experiência de insanidade	2	2	2

	4 0 2
Prejudicou-me mentalmente	3 0 1
Uma experiência muito desapontadora	3 0 1

Tabela 22.2. Como ficou após sua experiência com LSD, ou o que ela lhe deixou?

	H	M	T
Uma nova maneira de ver o mundo	8	8	8
	8	2	5
Uma sensação de futilidade e vazio	1	7	9
	1		
Um melhor entendimento da importância e do significado das relações humanas	8	8	8
	5	5	5
Um novo entendimentos da beleza e da arte	5	6	6
	9	8	3
Um novo entendimentos da música	6	7	6
	8	1	9
Um maior conhecimento de Deus, ou Poder Superior ou Realidade Final	9	9	9
	1	1	1
Um sentido de maior consideração pelo bem-estar e pelo conforto dos demais	7	7	7
	7	9	8
Uma sensação assustadora de que posso enlouquecer ou perder o controle a qualquer momento	9	9	9
Uma sensação de que “perdi o bonde” ou que, de alguma maneira, falhei em tirar da experiência tudo o que havia de potencial nela	3	2	3
	5	9	2
Mudanças benéficas notadas pela pessoa mais próxima de mim	6	6	6
	2	8	5
Melhoria na habilidade para me comunicar com os outros	7	7	7

	1 1 1
Maior tolerância com opiniões, preferências, hábitos e atitudes diferentes das minhas	7 7 7 1 7 4
Entendimento aprofundado dos outros	7 8 8 7 5 1
Maior sensibilidade com os sentimentos dos outros, mesmo quando não expressados	6 7 6 8 1 8
Maior confiança em meus próprios valores e julgamentos, menos dependência da opinião alheia	6 8 7 5 8 7
Maior interesse em conceitos universais (por exemplo, o significado da vida, meu lugar em relação ao restante da vida)	8 9 8 5 1 8
Maior tendência a ver assuntos como telepatia, reencarnação, espiritualismo, ver o futuro (clarividência ou sonhos) como possibilidades dignas de exame	7 8 7 4 3 8
Introdução de problemas de relacionamento inexistentes previamente	2 3 3 6 8 2
*Melhoria do relacionamento com esposa ou esposo	6 7 6 6 0 7
*Problemas de relacionamento conjugal inexistentes previamente	2 1 2 1 8 0

II. Efeito do tempo

Estávamos interessados em saber se os efeitos da sessão de LSD tendiam a se dissipar e se as respostas difeririam dependendo do tempo depois da sessão. São apresentadas as porcentagens dos participantes que responderam em quatro períodos: **A** (menos de três meses após a sessão com LSD; $n = 21$), **B** (3-6 meses; $n = 26$), **C** (6-12 meses; $n = 19$) e **D** (mais de 12 meses; $n = 27$).

Tabela 22.3. Como ficou após sua experiência com LSD, ou o que ela lhe deixou?

	A	B	C	D
Uma nova maneira de ver o mundo	7	8	7	9
	5	8	2	2
Um melhor entendimento da importância e do significado das relações humanas	8	8	7	8
	0	1	8	8
Um maior conhecimento de Deus, ou Poder Superior ou Realidade Final	6	9	8	9
	0	2	9	2
Mais tendência a sentimentos de depressão	5	8	1	1
			7	2
Oscilações mais intensas entre “altos” e “baixos”	2	2	5	2
	0	3	0	9
Sentimentos de felicidade mais frequente e persistentes	5	8	7	8
	5	1	2	3
Mais habilidade para lidar de maneira criativa com a hostilidade e superá-la	5	7	7	7
	5	3	2	5
Mais habilidade para amar, em geral	7	8	8	7
	5	1	3	5
Diminuição da ansiedade, em geral	5	6	7	7
	5	5	2	1
Mais habilidade para relaxar e ser eu mesmo	6	7	6	7
	0	7	7	5
Autoestima aumentada, autoavaliação mais elevada	6	6	7	7
	0	9	8	9
Sentimentos frequentes ou persistentes que podem ser descritos como assombro diante do milagre de Ser	5	6	7	8
	5	5	2	3

Tabela 22.4. Que mudanças de atitude e de comportamento acha que ocorreram como resultado direto de sua experiência com o LSD?

	A	B	C	D
*Melhoria geral no relacionamento com as pessoas com as	7	7	9	6

quais trabalho e convivo	4	3	5	3
*Melhoria no relacionamento com superiores no trabalho	2	6	6	5
	0	4	7	3
*Melhoria no relacionamento com subordinados no trabalho	4	5	7	7
	0	0	3	4
Parece que tenho mais energia	4	3	6	5
	0	8	1	4
Maior facilidade para tomar decisões	5	6	7	7
	0	2	1	2
Tenho mais devaneios e introspecção, o que interfere em fazer as coisas	2	1	1	4
	0	5	7	
*Aumento de minha efetividade no trabalho	3	4	5	6
	5	8	0	4
*Maior insatisfação com meu trabalho atual	1	2	2	2
	5	1	4	3
*Acho que valorizo mais meu patrão	3	6	5	7
	7	2	8	1
Nova liberdade de padrões de hábitos antigos	4	5	5	5
	0	8	0	8

III. Eventos ou entendimentos notáveis

Vale a pena resumir brevemente as respostas à questão “Qual foi o evento ou entendimento que teve durante a experiência com LSD que considera ter tido o maior significado para você (se é que isso ocorreu)?”. (Estão indicados os números reais de pessoas que responderam, não sua porcentagem.)

Tabela 22.5. Eventos ou entendimentos notáveis.

Respostas	Número de Respondentes

Vivenciar uma realidade subjacente, um senso de unidade com toda a vida, de unidade e propósito, de amor, da presença de um Poder Superior	53
A descoberta de que tenho os recursos necessários para resolver meus problemas, que as respostas podem vir de dentro; obter uma compreensão mais profunda da minha própria dinâmica pessoal	20
Conseguir entender o significado do perdão e da aceitação	9
Entendimento de meus relacionamentos com outras pessoas	7
Ver a simplicidade essencial da vida, o milagre de apenas Ser, que não há nada a temer	6
Percepção do quanto minha própria visão era restrita	2
Vivenciar a música de uma nova maneira	2
Percepção da vastidão do espaço interior, que ainda há muito a explorar	5
Diversos	5
Nenhum entendimento em particular	10

[1](#)*Este capítulo é uma versão editada de um relatório mais longo com o mesmo título, que nunca foi publicado, porém citado por outros na literatura.

A ÚLTIMAS PALAVRAS

Quando você publica um livro, seu editor se torna o seu apoiador e crítico mais bem informado. Minha editora, Anne Dillon, disse que os leitores deste livro precisavam de algumas palavras finais para reunir tudo.

Concordei com ela, em parte porque este livro inclui usos muito diferentes dos psicodélicos e também porque eu tinha algumas

pontas soltas que precisavam ser discutidas. Descrevi as tendências positivas da pesquisa, o uso pessoal e a redução das restrições legais. Em um número crescente de países continuam as tendências para estabelecer clínicas de trocas de agulhas para usuários de heroína, mais estados estão aprovando o uso médico compassivo da maconha, e publica-se mais pesquisa sobre as diversas propriedades curativas dessa erva. Os plantadores de maconha de Oakland, Califórnia, organizaram-se numa associação e se filiaram ao *Teamsters*^s, que é a forma de estar mais integrado à sociedade em geral.

Algo do que você leu neste livro já foi apresentado por mim em conferências, em *podcasts* e distribuído em alguns *websites*, aos quais dei diversas respostas, algumas das quais gratificantes, outras emocionalmente perturbadoras. O que mais me incomoda são histórias de pessoas prejudicadas pelo uso errado dos psicodélicos, como esta: “Quando eu tinha 17 anos, fui a uma festa com meu melhor amigo. Ele deixou sua bebida de lado e foi ao banheiro. Nisso, alguém despejou uma grande dose de LSD em sua bebida. Para encurtar a história, ele está num hospital psiquiátrico até hoje. Agora eu tenho 48 anos. Ele era um excelente estudante, muito popular, e uma das melhores pessoas que Deus pôs neste planeta”.

Num mundo mais perfeito, esse trágico desfecho poderia ter sido evitado se tivesse havido pessoas com experiência disponíveis para interceder. Agora, ao menos, em concertos, festivais, e como melhor exemplificado no *Burning Man*, há indivíduos bem treinados, com ou sem diplomas, para ajudar pessoas que tomaram psicodélicos e, em consequência, ficaram desorientadas. A maioria desses indivíduos desorientados emerge da experiência não sem nenhum dano, mas, também, mais saudáveis e mais prudentes do que antes da crise.

O fato de que nós, como nação, tenhamos tornado altamente improvável que pessoas possam obter esse tipo de treinamento

como parte de um curso formal de Psicologia, Medicina ou Enfermagem não ajuda ninguém. Tornei-me parte de um movimento para alertar jovens e adultos de que “dosar” alguém — dar-lhe a dose de um psicodélico (ou de qualquer droga) sem o conhecimento deles — é tão repugnante quanto o estupro ou a agressão física.

Com frequência, pessoas me pedem para guiar uma sessão psicodélica ou colocá-los em contato com o guia. Como autor e pesquisador, devo respeitar — e respeito — a lei; assim, não estou em condições de prestar tal serviço. Espero que isso mude e que logo eu seja capaz de atender a esses pedidos, mas esse dia ainda não chegou. Entretanto, há algum tempo existe um subterrâneo silencioso de guias, cada um trabalhando ativamente com clientes. Se as barreiras caírem, a Guilda dos Guias estará pronta para se deslocar para a superfície e continuar seu trabalho. Clandestina por necessidade, recentemente ela começou a formar redes; este é um bom sinal.

Também me perguntam sobre pesquisa psicodélica que alguém deveria estar fazendo com relação a, por exemplo, lúpus, esclerose múltipla, gagueira ou alergias. Espero que tais estudos se tornem parte de uma segunda onda de pesquisas, porque há relatos individuais de que cada uma dessas condições pode ser muito melhorada após uma experiência psicodélica.

Os questionários que estamos conduzindo atualmente tomaram nova direção, no sentido de que estabelecemos linhas de base sobre o uso, tais como trazer à luz o fato de que as pessoas que estão interessadas nos psicodélicos têm usado muitas substâncias diferentes numa grande variedade de ambientes. Isso já é sabido.

O segundo nível de perguntas que estamos fazendo inclui as seguintes questões:

Saúde: Há mudanças estáveis no longo prazo relativas a condições físicas prévias? Se, ao tomar uma dose alta numa experiência segura e

controlada, você perceber que a sua identidade não se limita à sua personalidade, nem mesmo ao seu corpo, isto afeta sua saúde geral e, se sim, de que formas?

Identidade/orientação sexual: As experiências psicodélicas mudaram sua orientação sexual ou seu ponto de vista sobre a sua orientação? **Más viagens:** a maioria dos relatos de uso indica que as más viagens não são comuns, embora também não sejam incomuns. Estamos pedindo às pessoas que descrevam a anatomia de tais viagens: causa, conteúdo, impacto, entendimentos e efeitos posteriores. Já sabemos que uma viagem ruim raramente impede uma pessoa de ter experiências psicodélicas adicionais, embora tipicamente não tenho muitas mais.

Outra equipe está reunindo relatos sobre o uso de doses subperceptivas. Comunidades de usuários estão relatando suas experiências, acrescentando-as aos relatos do capítulo 15. A opinião do líder dessa comunidade (um membro da Guilda dos Guias) parece acertada: “De acordo com nossa experiência, se algum dia o mundo moderno aceitar estes tratamentos talvez seja uma boa ideia começar com uma dose mais controlável, em comparação com a experiência de explodir a mente do tipo Morte/Renascimento (dose total ou mais) que tem sido a norma nos últimos 40 anos”.

Minha tarefa é recolher, compilar, analisar e publicar esses relatos.

Um novo projeto para mim é montar, com David Lukoff e Alicia Danforth, um curso intitulado Psicodélicos: Teoria, Pesquisa e Aplicações Clínicas, no Instituto de Psicologia Transpessoal, em Palo Alto, Califórnia. Será o primeiro curso clínico em nível de pós-graduação dessa natureza no país. Já temos pedidos de outras escolas norte-americanas e de pessoas do Canadá e da Inglaterra para ministrá-lo *on-line*.

Esse interesse indica que o período da ignorância institucionalmente induzida está dando lugar a uma educação com mais bom senso. Se milhões de pessoas já tomaram psicodélicos, é

razoável que psicoterapeutas e guias espirituais conheçam o suficiente sobre essas substâncias e suas vicissitudes para ajudar os clientes que vêm trabalhar com eles. Não está claro se esses projetos serão estimulados ou suprimidos novamente, uma vez que algumas instituições permanecem fóbicas em relação aos psicodélicos. Considere a seguinte observação de Stanislav Grof, baseada em pesquisas: “Uma das mais notáveis consequências das várias formas de experiências transpessoais é a emergência espontânea e o desenvolvimento de um interesse genuinamente humanitário e ecológico e a necessidade de tomar parte em atividades dirigidas à coexistência pacífica e ao bem-estar da humanidade... Como resultado dessas experiências, os indivíduos tendem a desenvolver sentimentos de que são cidadãos planetários e membros da família humana antes de pertencer a um país em particular ou a um grupo racial, social, ideológico, político ou religioso específico”.

A questão que tem atormentado aqueles de nós envolvidos nesse trabalho desde a época em que o LSD era a droga psiquiátrica mais amplamente pesquisada no mundo tem sido entender quais medos profundos guiaram aqueles que colocaram a pesquisa fora da lei. Ironicamente, pode ser o que Grof descreve.

Nos anos 1960, muitas pessoas envolvidas com a autodescoberta através dos psicodélicos e outros métodos passaram, em certa medida, pelo que o perito em entendimento da mitologia mundial, Joseph Campbell, chama de “destribalização”. Este termo designa o afrouxamento de vínculos que indivíduos tinham com grupos com os quais se identificavam, seja um sindicato, uma escola, um time esportivo, uma profissão, uma nação ou uma religião. À medida que alguém se destribaliza de dogmas e códigos de conduta, esse comportamento assertivo ameaça o próprio grupo. Tanto católicos laicos que praticam o controle da natalidade quanto judeus que se casam com pessoas de fora de sua fé destribalizam-se parcialmente, assim como indivíduos que desistem de suas carreiras profissionais para

viver em comunidades rurais ou em *ashrams*.

As pessoas que usaram psicodélicos têm maior probabilidade de se destribalizar e, depois de fazê-lo, criar novas instituições. O movimento pacifista, o movimento pelos direitos civis, a liberação feminina, o movimento ecológico, as comunidades, a revolução sexual e até mesmo a agricultura orgânica foram alimentados e fortalecidos por aqueles que tomaram psicodélicos. A retaliação contra todos esses movimentos era inevitável. O que não foi previsto era que a retaliação atingiria não apenas o que as pessoas faziam, mas, também, o uso privado, pessoal de psicodélicos e, finalmente, suprimindo o trabalho de acadêmicos e de pesquisadores dessa área que não estavam fazendo nenhuma onda contracultural.*

Talvez seja por isso que os pesquisadores atuais caminham na pontinha dos pés, com tanta cautela, publicando apenas em revistas científicas respeitáveis e, na medida do possível, não sacudindo nenhum barco cultural.

Normalmente, um autor conclui notas pessoais como esta com um “Compre meu livro”. Mas, se você está lendo este, você ou seu bibliotecário ou seu amigo já fez isso. Meu pedido, então, é que você compartilhe o que aprendeu com as pessoas a seu redor. Vamos apoiar a pesquisa legal da maneira que pudermos e apoiarmo-nos uns aos outros. Não se esqueça de que mesmo os mais incomodados com os psicodélicos, que a eles se opõem, querem, da mesma forma que nós, um mundo melhor para todos.

James Fadiman, Ph.D.
jfadiman@gmail.com

^{1s} Espécie de central sindical fundada nos EUA em 1903 e que reúne a maior variedade e diversidade de sindicatos, ONGs e outras organizações.

N.T.

[2](#)*Quando Timothy Leary ainda estava em Harvard, reuniu-se com a equipe da fundação de pesquisas da Costa Oeste, com quem eu trabalhava. Dissemos que estávamos preocupados que sua insistência na liberação do uso dessas substâncias poderia prejudicar a todos nós. Sua resposta foi: “Se eu vencer e os psicodélicos se tornarem amplamente disponíveis, vocês também vencerão. Se eu perder e o uso for restringido, vocês, pesquisadores, ainda permanecerão em pé”. Não foi o que aconteceu.

NOTAS

Aos leitores que consultarem estas notas finais.

Todas as citações e referências deste livro estão tão acuradas quanto consegui torná-las, mas, como estamos na era da informação fluida e flexível, a algumas delas podem faltar uma porção do que citações mais antigas teriam. Toda URL funcionou no dia em a incluí no manuscrito. Dito isto, algumas das referências a determinadas fontes não existem mais, livros podem estar fora de catálogo, e a presença *on-line* de alguns periódicos pode estar ultrapassada. Em todos esses casos, se aquilo que você está procurando não for encontrado me escreva, por favor, no e-mail jfadiman@gmail.com.

Visão Geral – Por que este livro?

1. Do National Drug Intelligence Center, 2001: “Informações do Inquérito Nacional Domiciliar sobre Abuso de Drogas indicam que estima-se que 20,2 milhões de residentes nos Estados Unidos, com 21 ou mais anos, usaram LSD ao menos uma vez na vida”. Do Inquérito Nacional Domiciliar sobre Uso de Drogas e Saúde, 2008: “Em 2006, aproximadamente 23,3 milhões de pessoas, com 21 ou mais anos, usaram LSD na vida, e 666 mil usaram no ano passado”.
2. Ver o plano sugerido por Tom Roberts em Michael J. Winkelman e Thomas B. Roberts, eds., *Psychedelic Medicine: New Evidence for Hallucinogenic Substances as Treatments*, vol. 1 (Westport, Conn.: Praeger Publishers, 2007), 288–95.
3. Terence McKenna, *The Archaic Revival* (San Francisco: Harper San

Francisco, 1991). Por exemplo, capítulo 10, página 142, começa com: “Proponho-me a mostrar que a interação humano/cogumelo não é uma relação simbólica estática, mas dinâmica através da qual ao menos uma das partes foi inicializada em níveis culturais muito, muito mais elevados”.

4. Stephen Harold Buhner, *The Lost Languages of Plants* (White River Junction, Vt.: Chelsea Green Publishing, 2002), 229. Buhner escreve: “Temos facilitado o desaparecimento de espécies vegetais da saúde no ecossistema e em nossos corpos e do sentido de quem somos”. Ver também J. P. Harpignies, ed., *Visionary Plant Consciousness: The Shamanistic Teachings of the Plant World* (Rochester, Vt.: Park Street Press, 2007).
5. Michael J. Winkelman e Thomas B. Roberts, eds., *Psychedelic Medicine: New Evidence for Hallucinogenic Substances as Treatments*, 2 vols. (Westport, Conn.: Praeger Publishers, 2007).
6. Jeremy Narby, “Shamans and Scientists” in: *Hallucinogens*, ed. Charles Grob (New York: Tarcher/Putnam, 2002), 159–63. Um estudo científico com o santo-daime diretamente é uma rara exceção. Três cientistas, de três disciplinas científicas diferentes, participaram de uma sessão com santo-daime, guiadas por um xamã. Havia sido orientados a “pedir ao santo-daime” sugestões e informações, e o fizeram. Cada um deles recebeu conselhos e sugestões diretamente relacionados à sua pesquisa, que julgaram úteis e imprevisíveis.

Capítulo 1. O encontro com a Divindade Interna

1. J. Norman Sherwood, Myron J. Stolaroff e Willis W. Harman, “The Psychedelic Experience – A New Concept in Psychotherapy,” *Journal of Neuropsychiatry* 3 (1962): 370–75.
2. William James, *The Varieties of Religious Experience*, 1902. Muitas outras edições.
3. Albert Hofmann. *LSD: My Problem Child* (Sarasota, Fla.: MAPS,

2005).

4. Rick Strassman, "Preparation for the Journey" in: *Inner Paths to Outer Space*, Rick Strassman, Slawek Wojtowicz, Luis Eduardo Luis e Ede Frecska (Rochester, Vt.: Park Street Press, 2008), 268–98. A primeira sessão deste capítulo é uma discussão mais extensa sobre a necessidade de uma preparação substancial para qualquer viagem psicodélica. Strassman revisa o que um viajante pode fazer no longo prazo, qual é sua intenção e qual é o trabalho no curto prazo que vai tornar a viagem mais segura e mais significativa. Este livro é uma leitura altamente recomendada para viajantes e quase sempre exigida para os guias.
5. Frederick R. Dannaway, "Strange Fires, Weird Smokes and Psychoactive Combustibles: Entheogens and Incense in Ancient Traditions", *Journal of Psychoactive Drugs*, vol. 42 (4) (December 2010): 485–97.
6. Cada guia tem suas favoritas também, como o seguinte comentário deixa claro: "Algumas das melhores, parecem ser o *Requiem* de Brahms, o *Adagio para cordas*, de Barber, a *Terceira Sinfonia*, de Górecki, o movimento lento do *Concerto para violino*, de Brahms, etc. O desafio para cada guia é diferenciar entre o "muito bom" e o "excelente". (Comunicação pessoal)
7. Torsten Passie, John H. Halpern, Dirk O. Strichtenoeth, Hinderk M. Emrich, e Annelie Hintzen, "The Pharmacology of Lysergic Acid Diethylamide: A Review", *CNS Neurosciences & Therapeutics* 14 (2008): 295–314. Sua conclusão, após revisar quase 10.000 artigos científicos e citar 199 referências, foi: "A farmacologia do LSD é complexa e seus mecanismos de ação ainda não foram completamente entendidos" (p. 295).
1. Roland R. Griffiths, William A. Richards, Una D. McCann, e Robert Jesse. "Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance", *Psychopharmacology* 187, 3 (2006): 268–83. Também

em *Psychedelic Medicine: New Evidence for Hallucinogenic Substances as Treatments*, vol. 2, eds. Michael J. Winkelman e Thomas B. Roberts (Westport, Conn.: Praeger Publishers, 2007), 230. Para uma discussão mais longa e completa, ver Peter Stafford, *Psychedelics Encyclopedia*, rev. ed. (Los Angeles: Tarcher Inc., 1983), 271–73.

Capítulo 3. Qualidades da Experiência Transcendente

1. Trechos de Alan Watts, “Psychedelics and the Religious Experience”, *California Law Review* 56, no. 1 (January 1968): 74–85.
2. O hinduísmo considera o universo não como um artefato, mas como um imenso drama no qual Um Ator (*paramatman* ou *brahman*) desempenha todos os papéis, que são suas máscaras ou personas. A sensação de ser apenas este um particular, Anônimo, é o resultado da absorção total do Ator ao desempenhar este e qualquer outro papel. Para exposições mais extensas, ver: S. Radhakrishnan, *The Hindu View of Life* (1927); and H. Zimmer, *Philosophies of India* (1951), 355–463. Uma versão popular deste conceito encontra-se em Alan Watts, *The Book – On the Taboo Against Knowing Who You Are* (1966).

1. *Isaiah* 45:6–7.
2. *Chandogya Upanishad* 6.15.3.

Capítulo 4. Experiências Dos Pioneiros Psicodélicos

1. Albert Hofmann, entrevista ao *High Times*; e *LSD: My Problem Child* (Santa Cruz, Calif.: MAPS, 2005), 48–51.
2. Aldous Huxley, *Moksha: Aldous Huxley’s Classic Writings on Psychedelics and the Visionary Experience*, eds. Michael Horowitz e Cynthia Palmer (Rochester, Vt.: Park Street Press, 1999).

3. Keith Thompson, "Stormy Search for the Self", *Yoga Journal* (July/August 1990): 54-61, 94.
1. Alexander Shulgin e Ann Shulgin, *PiHKAL: A Chemical Love Story* (Berkeley: Transform Press, 1995), 16-17.
2. Timothy Leary, *High Priest* (New York: New American Library, 1968), 283, 255-56.
3. Ram Dass e Ralph Metzner, *Birth of a Psychedelic Culture*, com Gary Bravo (Santa Fe, N. Mex.: Synergetic Press, 2010), 25.
4. Ram Dass, "Walking the Path: Psychedelics and Beyond", in *Higher Wisdom: Eminent Elders Explore the Continuing Impact of Psychedelics*, eds. Roger Walsh e Charles Grob (Albany: State University of New York Press, 2005), 209-11.
5. Ram Dass e Ralph Metzner, *Birth of a Psychedelic Culture*, com Gary Bravo (Santa Fe, N. Mex.: Synergetic Press, 2010), 25.
6. "Empirical Metaphysics", por Huston Smith, in *Cleaning the Doors of Perception* (New York: Tarcher, 2000), 10-13.
7. Rabbi Zalman Schachter-Shalomi, "Transcending Religious Boundaries", in: *Higher Wisdom: Eminent Elders Explore the Continuing Impact of Psychedelics*, eds. Roger Walsh e Charles Grob (Albany: State University of New York Press, 2005), 195-206.
8. Charles Tart, "Initial Integrations of Some Psychedelic Understandings into Every Day Life", in *Psychedelic Reflections*, eds. Lester Grinspoon e James B. Bakalar (New York: Human Sciences Press, 1983), 223-33.
9. Frances Vaughan, "Transpersonal Counseling: Some Observations Regarding Entheogens", in *Psychoactive Sacramentals: Essays on Entheogens and Religion*, ed. Thomas Roberts (San Francisco: Council on Spiritual Practices, 2001), 191
10. Frances Vaughan, "Perception and Knowledge: Reflections on Psychological and Spiritual Learning in the Psychedelic Experience" in *Psychedelic Reflections*, eds. Lester Grinspoon and James B. Bakalar (New York: Human Sciences Press, 1983), 109.

1. Rich English, "The Dried Piper", *Drunkard Magazine*, www.drunkard.com/issues/01-05/0105-dry-piper.html.
2. Peter Coyote, "Smiling with Dr. Hofmann and the Dead: Reflections on the Counterculture and Wisdom", *The Sixties* 1, no. 2 (2008), 271–78.

Introdução à Segunda Parte

1. Gary Fisher, "Treating the Untreatable", in *Higher Wisdom: Eminent Elders Explore the Continuing Impact of Psychedelics*, eds. Roger Walsh e Charles Grob (Albany: State University of New York Press, 2005), 103–18.
1. John H. Halpern, "Hallucinogens in the Treatment of Alcoholism and Other Addictions", in: *Psychedelic Medicine: New Evidence for Hallucinogenic Substances as Treatments*, vol. 2, eds. Michael J. Winkelman e Thomas B. Roberts (Westport, Conn.: Praeger Publishers, 2007), 1–14.
2. Comunicação pessoal com o autor.
3. Rick Strassman, "Adverse Reactions to Psychedelic Drugs: A Review of the Literature", *Journal of Nervous and Mental Diseases* 172 (1984): 577–95.
4. Quase todos os estudos atuais estão revisados em: Michael J. Winkelman e Thomas B. Roberts, eds., *Psychedelic Medicine: New Evidence for Hallucinogenic Substances as Treatments*, 2 vols. (Westport, Conn.: Praeger Publishers, 2007). Uma revisão muito mais pormenorizada destes achados encontra-se no capítulo 21 deste volume.
5. Jeremy Narby e Francis Huxley, eds., *Shamans Through Time: 500 Years on the Path to Knowledge* (New York: Jeremy Tarcher/Penguin, 2004).
7. Robert Tindall descreveu diversos ambientes terapêuticos xamanísticos em: *The Jaguar That Roams the Mind* (Rochester, Vt.: Park Street Press, 2008). Veja também algumas experiências pessoais

em: Daniel Pinchbeck, *Breaking Open the Head: A Psychedelic Journey into the Heart of Contemporary Shamanism* (New York: Broadway Books, 2002). Para possíveis ambientes contemporâneos veja o plano sugerido por Roberts para a criação de centros de treinamento e cura em: Michael J. Winkelman e Thomas B. Roberts, eds., *Psychedelic Medicine: New Evidence for Hallucinogenic Substances as Treatments*, vol. 1 (Westport, Conn.: Praeger Publishers, 2007), 288–95.

Capítulo 5. Usos Terapêuticos de Psicodélicos

1. Willis W. Harman, “The Issue of the Consciousness-Expanding Drugs”, *Main Currents in Modern Thought* 20, no. 1 (September–October 1963): 5–14. Harman não descreve as crenças insalubres desafiadas por aqueles que tiveram experiência psicodélica, mas eles teriam incluído a complacência presunçosa com a capacidade final das ciências materiais para resolver todo os problemas, agregada à crescente retaliação contra a impopular Guerra do Vietnã. Esses pontos de vista *anti-establishment* fazem parte da reação governamental hiperexagerada com relação a toda a pesquisa psicodélica.
2. Peter T. Furst, “Ancient Altered States”, in *Higher Wisdom: Eminent Elders Explore the Continuing Impact of Psychedelics*, eds. Roger Walsh e Charles Grob (Albany: State University of New York Press, 2005), 150–57. “Em 5000 A.C. eles já estavam usando peiote, que havia sido comercializado até aquela área, proveniente ou do baixo Rio Grande ou do norte do México”.
3. Paul H. Hoch, “Remarks on LSD and Mescaline”, *Journal of Nervous and Mental Diseases* 125 (1957): 442–44. Entretanto, Hoch deu LSD, mas seus pacientes não gostaram. Ele teria dito, em outro lugar: “Na verdade, em minha experiência, nenhum paciente pede de novo [LSD]”.
4. Sanford M. Unger, “Mescaline, LSD, Psilocybin, and Personality

Change: A Review”, *Psychiatry: Journal for the Study of Interpersonal Processes* 26, no. 2 (1963): 111–25. Na página 117, Unger descreve como distintos terapeutas conseguem obter resultados alinhados às suas teorias da consciência. Ele diz: “De fato, num relato divertido e um pouco confuso descreveu que seu grupo que usou LSD inculcava dois freudianos e dois junguianos, nos quais os pacientes dos primeiros relataram lembranças da infância e os dos segundos tiveram vivências ‘transcendentais’. Além disso, para os pacientes junguianos, o estado transcendental está associado a resultados terapêuticos espetaculares, ao passo que, para os freudianos, quando tal estado ocorreu ‘por acidente’, nenhuma consequência espetacular foi observada”.

5. Uma exceção é: Mitchael W. Johnson, William A. Richards, e Ronald R. Griffiths, “Human Hallucinogen Research: Guidelines for Safety”, *Journal of Psychopharmacology* 22 (2008): 1–18. Exaustivo em pormenores, descreve como estão sendo conduzidos os estudos na Johns Hopkins. Se você já sabe como conduzir sessões, poderá aproveitar as partes úteis, porém a ofuscação médica necessária e a linguagem hiperacadêmica tornam o uso desse artigo como instrumento de treinamento uma proposta assustadora. Ver também: Myron Stolaroff, *The Secret Chief Revealed* (Santa Cruz, Calif.: MAPS, 2007) para um exame mais aprofundado de como um terapeuta conduziu centenas de sessões com todos os tipos de substâncias.
6. Alicia Danforth, Sophia Korb e James Fadiman, “Psychedelics and Students: Motives, Methods, Meltdowns, and Mind-Manifesting Miracles” (apresentado na Science of Consciousness Conference, Santa Rosa, Calif., October 21–23, 2009).
7. De uma sessão de terapia escrita sete meses após a experiência na Fundação Internacional para Estudos Avançados, em Menlo Park, California.
8. Gary Fisher, “The Psycholytic Treatment of a Childhood Schizophrenic Girl”, *International Journal of Social Psychiatry*, 16, 2 (1970): 112–30. “A justificativa para o uso de agentes psicodélicos com crianças

psicóticas era que essas drogas têm a capacidade de ativar ou de energizar quimicamente várias áreas do cérebro em grau extremo, o que resulta numa vivência vívida nas áreas da percepção, da emoção, da memória e dos sentimentos. Vivências e sentimentos comumente negados pela consciência recebem proporcionalmente mais energia, o que a faz entrar num estado de consciência que é menos fortemente dominado pelas defesas e valores habituais que a pessoa já desenvolveu. Sem as estruturas e as censuras defensivas habituais e complicadas, o indivíduo é capaz de revivenciar a si mesmo de uma maneira menos distorcida e a reavaliar o valor de seu eu essencial”.

1. Uma lista completa, que inclui um excelente vídeo, é mantida atualizada pela Associação Multidisciplinar para Estudos Psicodélicos, disponível em www.maps.org/responding_to_difficult_psychedellic_experiences.html.
2. Por exemplo, Peter Webster, filósofo e historiador, numa comunicação pessoal com o autor, sugeriu: “A ideia de que o efeito primário das próprias drogas psicodélicas (excluindo-se ‘ruído’) possa ser simplesmente o de aumentar o ganho ou a eficiência do ‘módulo de detecção de significância’ do cérebro, de cujo centro anatômico o *locus caeruleus* é a chave, se entrelaça muito mais com a responsabilidade pessoal, ao invés de farmacológica, pelos ‘efeitos’ da vivência psicodélica”.
3. O *website* www.clusterbusters.com fornece informações sobre tratamentos anteoogênicos e naturais para doenças neurovasculares e dores de cabeça, desde cefaleia em salvas até enxaquecas. “A pesquisa inicial foi muito bem-sucedida, até ser interrompida, quando essas substâncias foram retiradas do mercado e removidas dos laboratórios de pesquisa. Este tratamento dá esperança não apenas para o tratamento de ciclos atuais, mas, na realidade, interrompe o ciclo e impede o aparecimento de novos ciclos. O

tratamento de cefaleia em salvas com alucinógenos continuou vivo devido a poucos médicos, pesquisadores e, mais importante, pacientes em busca de um tratamento melhor do que o disponível atualmente no mercado. Muitas pessoas que sofriam de cefaleia em salvas obtiveram resultados notáveis e, embora as salvas tivessem sido o foco principal, a ‘pesquisa’ inicial e a atual mostram resultados igualmente efetivos para as cefaleias vasculares a elas relacionadas”.

1. T. J. Haley and S. Ruyschmann, “Brain Concentrations of LSD-25 (Delysid) after Intracerebral or Intravenous Administration in Conscious Animals”, *Experienta* 13 (1957): 199–200. Também: Max Rinkel, “Pharmodynamics of LSD and Mescaline”, *Journal of Nervous and Mental Diseases* 125 (1957): 424–26.
2. Michael C. Mithoefer, Mark T. Wagner, Ann T. Mithoefer, Ilsa Jerome, e Rick Doblin, “The Safety and Efficacy of $\pm$ 3,4-methylenedioxymethamphet- amine-assisted Psychotherapy in Subjects with Chronic, Treatment-resistant Posttraumatic Stress Disorder: the First Randomized Controlled Pilot Study”, *Journal of Psychopharmacology*. Publicado on-line Julho 19, 2010.
3. Edward Tick, *War and the Soul: Healing Our Nation’s Veterans from Post- traumatic Stress Disorder* (Wheaton, Ill.: Quest Books, 2005).
4. Michael C. Mithoefer, Mark T. Wagner, Ann T. Mithoefer, Ilsa Jerome e Rick Doblin, “The Safety and Efficacy of $\pm$ 3,4-methylenedioxymethamphet- amine-assisted Psychotherapy in Subjects with Chronic, Treatment-resistant Posttraumatic Stress Disorder: the First Randomized Controlled Pilot Study”, *Journal of Psychopharmacology*. Publicado on-line Julho 19, 2010.
1. C. S. Grob, et al., “A Pilot Study of Psilocybin Treatment in Advanced- Stage Cancer Patients with Anxiety”, *Archives of General Psychiatry* 68 (1) (2011): 71–78.
2. Citado de: P. G. Stafford and B. H. Golightly, *LSD—The Problem Solving Psychedelic* (New York: Award Books, 1967), chap. 4, “Everyday Problems”. Esgotado, mas o livro todo está disponível em www.scribd.com/doc/12692270/LSD-The-ProblemSolving-

Psychedelic. Muitos exemplos específicos de sujeitos de diversos estudos.

3. Em comunicação pessoal comigo, Mike Dink, o especialista em registros de áudio, disse que sua gagueira havia desaparecido após uma única sessão. Paul Stemets, o mundialmente famoso micólogo, também se curou de uma grave gagueira com uma única sessão psicodélica autoadministrada aos 15 anos de idade. Esta é uma área que se pode pesquisar com muita facilidade.
4. Sanford Unger, "Apparent Results of Referrals of Alcoholics for LSD Therapy", *Report of the Bureau Saskatchewan Department of Public Health*, Regina, Saskatchewan, Canada, 1962: 5.
5. Mostrou-se ao diretor de pesquisa sobre alcoolismo dos Institutos Nacionais de Saúde (NIH) dos Estados Unidos os resultados de diversos hospitais do Canadá que apresentavam cerca de 50% de taxa de sucesso no tratamento de alcoolistas crônicos. Ele disse que não acreditava nos resultados. Quando lhe perguntaram em que pesquisa com psicodélicos ele acreditaria, sua resposta foi: "Nenhuma". (Relatado ao autor por alguém que estava presente nessa reunião.)
1. Uma lista dos estudos feitos com LSD em crianças com autismo está disponível em www.neurodiversity.com/lsd.html.
2. Robert E. Mogar e Robert W. Aldrich, "The Use of Psychedelics with Autistic Schizophrenic Children", *Behavioral Neuropsychiatry* 1 (1964): 44-51. Este artigo foi publicado também em *Psychedelic Review* 10 (1969): 10-15 e pode ser encontrado em www.erowid.org (pesquise em "Mogar").
3. Pode haver um interesse renovado, se não uma nova pesquisa. Ver Jeff Sigafoos, Vanessa A. Green, Chaturi Edrisinha, e Gulio E. Lancioni, "Flashback to the 1960s: LSD in the Treatment of Autism," *Developmental Neuro-rehabilitation* 10, no. 1 (2007), 75-81. Also at www.scribd.com/doc/37658219/7-75. Para uma revisão de resultados realmente impressionantes, Fisher descreve diversos casos seus. Gary Fisher, "Treating the Untreatable", in *Higher Wisdom: Eminent Elders Explore the*

Continuing Impact of Psychedelics, eds. Roger Walsh e Charles Grob (Albany: State University of New York Press, 2005), 102–17.

1. Ver Charles Tart, *The End of Materialism* (Oakland, Calif.: Noetic Books and New Harbinger, 2009). Este livro contém uma fina apresentação de dados inatacáveis sobre a realidade dos fenômenos “paranormais” básicos e uma análise muito equilibrada dos porquês dessas áreas permanecerem fora da visão do mundo científico atual.
2. John Markoff, *What the Dormouse Said: How the 60's Counterculture Shaped the Personal Computer Industry* (New York: Viking Penguin, 2005).
3. Myron Stolaroff, *The Secret Chief Revealed* (Santa Cruz, Calif.: MAPS, 2007). Este livro apresenta uma série de entrevistas com Leo Zeff, que treinou centenas de trabalhadores da saúde mental e conduziu sessões para milhares de indivíduos em diversos ambientes e com uma ampla variedade de materiais.

Capítulo 6. Coisas que podem dar errado

1. Neal Goldsmith, trechos do apêndice 2 em *Psychedelic Healing: The Promise of Entheogens for Psychotherapy and Spiritual Development* (Rochester, Vt.: Healing Arts Press, 2011), 182–204. Para mais informações, ver www.neal-goldsmith.com.

Capítulo 7. Mitos e Preconceitos

1. Publicado originalmente como “Strychnine and Other Enduring Myths: Expert and User Folklore Surrounding LSD”, por David Presti e Jerome Beck in *Psychoactive Sacramentals*, ed. Thomas Roberts (San Francisco: Council for Spiritual Practices, 2001), 125–37.
2. Albert Hofmann, *LSD: My Problem Child* (Santa Cruz, Calif.: MAPS, 2005).
3. J. G. Hardman, et al., *Goodman & Gilman's The Pharmacological*

- Basis of Therapeutics*, 9th ed. (New York: McGraw-Hill, 1996), 1689–90.
4. P. Weasel, “Trans-high Market Quotations”. *High Times* (May 1993): 72.
 5. J. E. Beck, “Drug Use Trends and Knowledge among Students Enrolled in a Required Health Course at the University of Oregon, Winter 1980” (tese honorária inédita, University of Oregon, Eugene: 1980).
 6. American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 4th ed. (Washington, D.C.: American Psychiatric Association Press, 1994), 231.
 7. A. J. Giannini, “Inward the Mind’s I: Description, Diagnosis, and Treatment of Acute and Delayed LSD Hallucinations”, *Psychiatric Annals* 24 (1994): 134–36.
-
1. R. N. Pechnick and J. T. Ungerleider, “Hallucinogens”, in *Substance Abuse: A Comprehensive Textbook*, eds. J. H. Lowinson, et al. (Baltimore: Williams and Wilkins, 1997), 230–38.
 2. C. R. Carroll, *Drugs in Modern Society* (Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown, 1989).
 3. G. Hanson e P. J. Venturelli, *Drugs and Society* (Boston: Jones and Bartlett, 1995).
 4. C. Kuhn, et al., *Buzzed: The Straight Facts about the Most Used and Abused Drugs* (New York: Norton, 1998).
 5. Department of Justice, *Street Terms: Drugs and the Drug Trade* (Rockville, Md.: 1994).
 6. “Street Names for Common Drugs”, *Journal of Emergency Medicine*, Julho 1988: 46–47.
 7. Albert Hofmann, *LSD: My Problem Child* (Santa Cruz, Calif.: MAPS, 2005), 71–72.
 8. J.Ott, *Pharmacotheon: Entheogenic Drugs, Their Plant Sources and History*, foreword by Albert Hofmann (Kennewick, Wash.: Natural Products Company, 1993), 134–35.

9. Lester Grinspoon e James B. Bakalar, eds. *Psychedelic Drugs Reconsidered* (New York: Basic Books, 1979; repr. New York: Lindesmith Center, 1997), 76.
10. J. K. Brown e M. H. Malone, "Status of Drug Quality in the Street-Drug Market", *Pacific Information Service on Street Drugs* 3, no. 1 (1973): 1-8.
11. E. M. Brecher, *Licit and Illicit Drugs* (Boston: Little, Brown and Company, 1972), 376.
12. M. A. Lee e B. Shlain, *Acid Dreams: The CIA, LSD, and the Sixties Rebellion* (New York: Grove Press, 1985), 188.
13. Alexander Shulgin e Ann Shulgin, *TiHKAL: The Continuation* (Berkeley, Calif.: Transform Press, 1997). 21. Jan Harold Brunvand, *The Choking Doberman and Other "New" Urban Legends* (New York: Norton, 1984). 22. Drug Enforcement Administration, "LSD: A Situation Report," Washington, D.C.: 1991.
14. M. M. Cohen, M. J. Marinello, and N. Back, "Chromosomal Damage in Human Leukocytes Induced by Lysergic Acid Diethylamide", *Science* 155 (1967): 1417-19.
15. M. M. Cohen, K. Hirshhorn, e W. A. Frosch, "In Vivo and In Vitro Chromosomal Damage Induced by LSD-25", *The New England Journal of Medicine* 227 (1967): 1043-49.
16. Editorial, "Radiomimetic Properties of LSD", *The New England Journal of Medicine* 227 (1967): 1090-91.
17. N. I. Dishotsky, et al., "LSD and Genetic Damage", *Science* 172 (1971): 431-40.
18. E. Goode, *Drugs in American Society*, 4th ed. (New York: McGraw-Hill, 1993).
19. E. Goode, *Drugs in American Society*, 5th ed. (New York: McGraw-Hill, 1999).
20. S. Grof, *LSD Psychotherapy* (1980; repr. Alameda, Calif.: Hunter House, 1994; repr. Santa Cruz, MAPS, 2009).
21. M. J. Stolaroff, *Thanaros to Eros: 35 Years of Psychedelic Exploration* (Berlin: Verlag fur Wissenschaft und Bildung, 1994).

22. R. J. Strassman, "Adverse Reactions to Psychedelic Drugs: A Review of the Literature", *The Journal of Nervous and Mental Disease* 172 (1984): 577-95.
23. Lester Grinspoon and James B. Bakalar, eds., *Psychedelic Drugs Reconsidered* (New York: Basic Books, 1979; repr. New York: Lindesmith Center, 1997).
24. American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 4th ed. (Washington, D.C.: American Psychiatric Association Press, 1994), 654.
25. Sidney Cohen, "Lysergic Acid Diethylamide: Side Effects and Complications", *The Journal of Nervous and Mental Disease* 130 (1960): 30-40.
26. R. S. Gable, "Toward a Comparative Overview of Dependence Potential and Acute Toxicity of Psychoactive Substances Used Nonmedically", *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse* 19 (1993): 263-81.
27. L. J. West, C. M. Pierce e W. D. Thomas, "Lysergic Acid Diethylamide: Its Effects on a Male Asiatic Elephant", *Science* 138 (1962): 1100-3.
28. Lester Grinspoon e James B. Bakalar, eds., *Psychedelic Drugs Reconsidered* (New York: Basic Books, 1979; repr. New York: Lindesmith Center, 1997), 159.
29. S. Grof, *LSD Psychotherapy* (repr. Alameda, Calif.: Hunter House, 1994; repr. Santa Cruz, Calif.: MAPS, 2009), 134.
30. American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 4th ed. (Washington, D.C.: American Psychiatric Association Press, 1994), 233-34.
31. H. D. Abraham and A. M. Aldridge, "Adverse Consequences of Lysergic Acid Diethylamide", *Addiction* 88 (1993): 1327-34.
32. L. S. Myers, S. S. Watkins, e T. J. Carter, "Flashbacks in Theory and Practice", *The Heffter Review of Psychedelic Research* 1 (1998): 51-55.
33. Drug Enforcement Administration, "LSD: A Situation Report", Washington, D.C.: 1991.

34. L. A. Henderson e W. J. Glass, *LSD: Still With Us After All These Years* (New York: Lexington Books, 1994), 52.
35. Sidney Cohen, "Lysergic Acid Diethylamide: Side Effects and Complications", *The Journal of Nervous and Mental Disease* 130 (1960).
36. E. M. Brecher, *Licit and Illicit Drugs* (Boston: Little, Brown and Company, 1972).
37. R. Bunce, "The Social and Political Sources of Drug Effects: The Case of Bad Trips on Psychedelics", *Journal of Drug Issues* 9 (1979): 213-33.
38. N. E. Zinberg, *Drug, Set, and Setting* (New Haven, Conn.: Yale University Press, 1984).
39. Lester Grinspoon and James B. Bakalar, eds. *Psychedelic Drugs Reconsidered* (Basic Books, New York, 1979; repr. New York: Lindesmith Center, 1997), 159.
40. L. A. Henderson and W. J. Glass, *LSD: Still With Us After All These Years* (New York: Lexington Books, 1994), 55.

Capítulo 8. Efetividade Terapêutica de Sessões isoladas Guiadas

1. J. J. Meduna, *Carbon Dioxide Therapy* (Springfield, Ill.: Charles C. Thomas, 1950).
2. Condensado de Charles Savage, James Fadiman, Robert Mogar, e Mary H. Allen, "Process and Outcome Variables in Psychedelic (LSD) Therapy", in *The Use of LSD in: Psychotherapy and Alcoholism*, ed. Harold Abramson (Indianapolis: Bobbs-Merrill, 1967), 511-32.
3. James Fadiman, "Behavior Change Following (LSD) Psychedelic Therapy". Dissertation, Stanford University, 1965, p. 3. Pode ser encontrada em www.proquest.com (pesquise por autor ou pelo título), mas é preciso ser membro para ter acesso (a maioria das bibliotecas acadêmicas tem acesso); disponível também em www.jamesfadiman.com.

4. Norman Sherwood, Myron Stolaroff e Willis J. Harman, "The Psychedelic Experience – A New Concept in Psychotherapy", *Journal of Neuropsychiatry* 4 (1962): 370–75.
5. Helen D. Sargent, "Intrapsychic Change: Methodological Problems in Psychotherapy Research", *Psychiatry* 24 (1961). Citado por R. S. Wallerstein, "The Problem of Assessment of Change in Psychotherapy", *International Journal of Psychoanalysis* 44 (1963): 33–41.
6. James Fadiman, "Behavior Change Following Psychedelic (LSD) Therapy", Dissertação, Stanford University, 1965. Para quem quiser se aprofundar, os escores totais e a discussão sobre os 332 itens das 18 categorias ocupam 78 páginas da dissertação, com algumas correlações com escalas de avaliação clínica. Isso pode ser lido ou baixado em www.proquest.com ou em www.jamesfadiman.com.
7. Charles Savage, James Fadiman, Robert Mogar e Mary H. Allen, "Process and Outcome Variables in Psychedelic (LSD) Therapy", in *The Use of LSD in Psychotherapy and Alcoholism*, ed. Harold Abramson (Indianapolis: Bobbs-Merrill, 1967), editado das páginas 519–21.
8. Charles Savage, Ethel Savage, James Fadiman e Willis W. Harman, "LSD: Therapeutic Effects of the Psychedelic Experience", *Psychological Reports* 14 (1964): 111–20.
9. Michael J. Winkelman e Thomas B. Roberts, eds. *Psychedelic Medicine: New Evidence for Hallucinogenic Substances as Treatments*, 2 vols. (Westport, Conn.: Praeger Publishers, 2007).

Introdução à Terceira Parte

1. 1. Ver Margaret Talbot, "Brain Drain: The Underground World of 'Neuro-enhancing' Drugs", *The New Yorker*, April 27, 2009, 32–43. Ver também Henry Greeley, Phillip Campbell, Barbara Sahakain Harris, John Kessler, Michael Gazzaniga e Martha J. Farrah, "Towards Responsible Use of Cognitive-Enhancing Drugs by the Healthy",

Nature 456 (December 11, 2008): 702–705.

1. John Markoff, *What the Dormouse Said: How the 60s Counterculture Shaped the Personal Computer Industry* (New York: Viking Penguin, 2005).
2. Michael Schrage, “A Brave New Prescription for Creative Management”, *Fortune*, April 30, 2001. Reproduzido em MAPS Bulletin XI, 1 (2001): 31. Michael Schrage era codiretor da iniciativa de *e-market* dos Laboratórios de Tecnologia de Meios de Comunicação do Instituto de Tecnologia de Massachusetts [MIT]. Trecho selecionado de seu artigo. Parte de seu artigo: “A inspiração enganosa. A inovação é difícil. A demanda por avanços conceituais e técnicos nos negócios globais está aumentando. Por toda parte, as organizações estão buscando entendimentos transformadores. Talvez a melhor prescrição para estimular a criatividade corporativa seria uma prescrição... Por que não o próximo passo lógico? Transformar estes experimentos cotidianos em automedicação em iniciativas para a inovação mais rigorosamente desenhadas e disciplinadas. Pense em tal criatividade mediada por medicamentos como uma forma de terapia gerencial criativa, que é melhor conduzida sob supervisão profissional. Imagine o Instituto para Visualização de Negócios Criativos Leary-Huxley em uma das ilhas mais ensolaradas perto de Creta. Psicofarmacologistas e neuropsicólogos diplomados dispensariam doses pequenas e precisas de material psicoativo para equipes de executivos visitantes que querem ir além dos limites da percepção convencional de negócios. O objetivo não seria “curtir um barato”, mas melhorar a criatividade. Facilitadores hábeis

garantiriam que as interações se focalizassem nas tarefas de negócios à mão... Talvez uma equipe de gerentes de fundos de investimento poderia encontrar uma inspiração de investimento numa conversa gerenciada por um cogumelo na Sala Coleridge desse hipotético instituto. Fora dali, na Ala Lennon, compradores e desenhistas de moda do mercado global poderiam debater de maneiras profundamente diferentes. No recém-reformado Pavilhão De Quincey pesquisadores em química computacional de – ironicamente – uma das maiores companhias farmacêuticas do mundo poderiam brincar com as geometrias assimétricas de uma proteína potencialmente terapêutica... Na medida em que os imperativos de mercado insistem em que indivíduos e instituições se tornem cada vez mais criativos sejam uns fracassados, haverá uma pressão social crescente a considerar as drogas psicoativas como uma espécie de Prozac com mais valor – um comprimido para aumentar a criatividade ao invés do humor. Ninguém fica chocado ao ouvir que um “artista” – músico *pop*, um pintor, um fotógrafo, um diretor de cinema, um escritor – que considera sua experimentação com drogas “expansora da consciência” como essencial para o seu desenvolvimento criativo. De fato, os conglomerados dos meios de comunicação globais sabidamente contratam essas pessoas, ainda que desaprovem e rejeitem o uso de drogas ilegais.”

3. Willis W. Harman e James Fadiman, “Selective Enhancement of Specific Capacities through Psychedelic Training”, in *Psychedelics: The Uses and Implications of Hallucinogenic Drugs*, eds. Bernard Aaronson and Humphry Osmond (New

York: Doubleday and Company, 1970), 240.

Capítulo 9. Pesquisa Inovadora

1. Revisado e atualizado por James Fadiman de: Willis Harman e James Fadiman, "Selective Enhancement of Specific Capacities through Psychedelic Training", in *Psychedelics: The Uses and Implications of Hallucinogenic Drugs*, eds. Bernard Aaronson and Humphry Osmond (New York: Doubleday and Company, 1970), 239-57. Esse artigo é a visão geral de um trabalho mais longo: Willis W. Harman, et al., "Psychedelic Agents in Creative Problem Solving: A Pilot Study", *Psychological Reports* 19 (1966): 211-27.
2. A citação é de James Fadiman, "Behavior Change following Psychedelic (LSD) Therapy", dissertação, Stanford University, 1965. Uma lista de estudos a partir de cada perspectiva encontra-se na página 3, logo após a citação.
3. Robert Mogar, "Current Status and Future Trends in Psychedelic (LSD) Research", *Journal of Humanistic Psychology* 4 (1965): 147-66.
4. Robert Mogar e Charles Savage, "Personality Change Associated with Psychedelic Therapy: A Preliminary Report," *Psychotherapy: Theory, Research, Practice* 1 (1964): 154-62; James Fadiman, "Behavior Change following Psychedelic (LSD) Therapy," dissertação, Stanford University, 1965; Charles Savage, et al., "The Effects of Psychedelic Therapy on Values, Personality, and Behavior," *International Journal of Neuropsychiatry* 2 (1966): 241-54.
1. As pessoas interessadas na relação entres estes aspectos

- e a pesquisa e a teoria sobre criatividade podem procurar a discussão técnica minuciosa em Willis W. Harman, et al., “Psychedelic Agents in Creative Problem Solving: A Pilot Study”, *Psychological Reports* 19 (1966): 211-27.
2. H. A. Witkin, *Psychological Differentiation* (New York: Wiley, 1962).
 3. Para uma descrição mais completa destes resultados, ver Willis W. Harman, et al., “Psychedelic Agents in Creative Problem Solving: A Pilot Study”, *Psychological Reports* 19 (1966): 211-27; Charles Savage, et al., “The Effects of Psychedelic Therapy on Values, Personality, and Behavior”, *International Journal of Neuropsychiatry* 2 (1966): 241-54; e Hoffer, “LSD: A Review of Its Present Status”, *Clinical Pharmacology and Therapeutics* 6 (1965): 183-255.
 4. C. Savage, et al., “The Effects of Psychedelic Therapy on Values, Personality, and Behavior”, *International Journal of Neuropsychiatry* 2 (1966): 241-54; Hoffer, “LSD: A Review of Its Present Status”, *Clinical Pharmacology and Therapeutics* 6 (1965): 183-255.

Capítulo 11. Estudos de Casos

1. “LSD: A Design Tool?”, *Progressive Architecture*, August 1966.

Capítulo 13. O experimento da revista *Look*

1. Trechos de *Walking on the Edge of the World*, de George Leonard, (Boston: Houghton Mifflin Company, 1988), capítulos 22-24.

Capítulo 14. Fecham-se as Portas da Percepção

1. “Opening the Doors of Perception”, de James Fadiman, em: *Time It Was: American Stories from the Sixties*, eds. K. M. Smith and T. Koster (Upper Saddle River, N.J.: Pearson Prentice-Hall, 2008), 228–35.

Capítulo 16. Pesquisas com Usuários Atuais

1. Norman E. Zinberg, “The Users Speak for Themselves”, in *Psychedelic Reflections*, eds. Lester Grinspoon e James B. Bakalar (New York: Human Sciences Press, 1983), 39–60. É impossível não notar que, depois de dez anos de financiamento, este relatório oferece pouco mais do que amostras de entrevistas e generalizações. Considerando que eu colhi uma amostra muito maior em cinco minutos e que o tempo total para conseguir uma amostra de quase 400 pessoas levou apenas algumas horas, é de se perguntar se esta pesquisa tem uma boa relação custo-benefício. Entretanto, considerando-se que a bolsa dos cinco primeiros anos era sobre “O uso controlado de droga não médica” e a segunda bolsa de cinco anos era chamada “Processos de controle de diferentes estilos de uso de heroína”, é provável que este trabalho tenha sido incluído como parte de um estudo mais amplo e sem nenhuma controvérsia.

Capítulo 17. Pioneiro por Acaso: Meu Relato Pessoal

1. Editado de uma versão publicada como “James Fadiman, Transpersonal Transitions: The Higher Reaches of Psyche and Psychology”, in *Higher Wisdom: Eminent Elders Explore the Continuing Impact of Psychedelics*, eds. Roger Walsh and Charles Grob (Albany: State University of New York Press, 2005), 24–45.

Capítulo 18. Possibilidades Positivas para os Psicodélicos

1. Rick Strassman, “Biomedical Research with Psychedelics: Current Models and Future Prospects”, in *Entheogens and the Future of Religion*, ed. Robert Forte.
2. Maria Szalavitz, “Drugs in Portugal: Did Decriminalization Work?”, *Time Magazine*, August 26, 2009, www.time.com (pesquise pelo título do artigo). “Avaliando com qualquer métrica, a descriminalização em Portugal foi um sucesso retumbante”, diz Glenn Greenwald, advogado e escritor fluente na língua portuguesa, que conduziu a pesquisa. “Ela possibilitou ao governo português controlar e gerenciar o problema das drogas muito melhor do que virtualmente qualquer outro país ocidental”. Comparada com a União Europeia (UE) e os Estados Unidos, o número de usuários de drogas em Portugal é impressionante. Depois da descriminalização, Portugal tinha a menor taxa de uso de maconha em pessoas com 15 anos ou mais: 10%. O número mais comparável na América é a de pessoas acima de 12 anos: 39,8%. Proporcionalmente, mais americanos usaram cocaína do que portugueses usaram maconha.
3. Charlotte Bowyer, “Czech Drug Policy”, Adam Smith Institute, www.AdamSmith.org. (pesquise pelo título do artigo). “Desde 1 de janeiro de 2010, a política de drogas da República Tcheca está mudando. Mesmo que o uso pessoal de drogas ilícitas tenha sido descriminalizado um ano antes, a posse de uma vaga quantidade “mais que pequena” de uma substância ainda resulta em processo. A dificuldade que o público, a polícia e os tribunais enfrentam ao julgar esta quantidade levou o governo a esclarecer os níveis aceitáveis de consumo pessoal, tais como: 15g de maconha, 04 comprimidos de *ecstasy*, 1g de cocaína e 1,5g de heroína. Uma lei clara e o uso do bom senso para designar o que é um nível ‘razoável’ de posse de drogas facilita a todos monitorizar e respeitar a lei”.

4. Simon Louvish, *Mae West* (New York: St. Martin's Press, 2005), 82.
5. John Di Saia, M.D., "Marijuana—California's Salvation", Wellsphere, www.wellsphere.com (pesquise pelo título do artigo). Di Saia, um cirurgião plástico que não usa maconha, escreveu o seguinte resumo de um argumento para legalizar e cobrar impostos. "A maconha é a maior lavoura da Califórnia. De acordo com estatísticas governamentais, seu valor anual é de 14 bilhões de dólares, quase duas vezes o valor de todas as plantações de uva e vegetais combinadas. Mas o estado não recebe nenhuma renda dessa galinha dos ovos de ouro. Em vez disso, gasta bilhões de dólares aplicando leis destinadas a fechar a indústria e coibir os apreciadores da maconha". Em abril de 2010, uma pesquisa de campo na Califórnia relatou que 56% dos prováveis eleitores de 2010 aprovariam a Iniciativa do Imposto sobre a Maconha. O *Seattle Times* conduziu um questionário nacional que mostrou que dois terços dos americanos acreditam que a "guerra às drogas" é um fracasso, ao passo que 53% concordaram que a maconha deveria ser legalizada.
6. Dados de Asset Forfeiture Annual Report 2008, California Department of Justice.
7. Martin Ball, ed., *Voyaging to DMT Space in Entheologues* (n.p.: Kyandara Publishing, 2009), 49. Rick Strassman, o mais destacado pesquisador do DMT e há muito tempo um budista laico, diz: "No mínimo, três quartos, talvez 80-90%, dos monges haviam tido alguma experiência com LSD, e a vasta maioria deles, provavelmente todos eles, acharam que sua experiência com o LSD havia sido o primeiro vislumbre real de que havia outra maneira de se ver a realidade".
8. Jack Kornfield, "Psychedelic Experience and Spiritual Practice", in *Entheogens and the Future of Religion*, ed. Robert Forte (San Francisco: Council on Spiritual Practices, 1997), 119–36. O comentário sobre os votos, na página 120, é o seguinte: "O preceito do budismo Theravaden... é evitar o uso de intoxicantes para não atingir o ponto de desatenção, da perda de atenção plena ou da

perda da consciência. Não diz para não usá-los, e é muito explícito”. Ver também a discussão dos níveis da prática budista e quais não deveriam usar drogas e quais podem usar drogas em www.entheoguide.net/wiki/ReligionBuddhism.

9. Roland Griffiths, William Richards, Una McCann, and Robert Jesse, “Psilocybin Can Occasion Mystical-Type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance”, *Psychopharmacology* 187, 3 (2006): 268–83. Também em *Psychedelic Medicine: New Evidence for Hallucinogenic Substances as Treatments*, vol. 2, eds. Michael J. Winkelman and Thomas B. Roberts (Westport, Conn.: Praeger Publishers, 2007): 227–254.
10. Robert Forte, “A Conversation with Gordon Wasson”, in *Entheogens and the Future of Religion*, ed. Robert Forte (San Francisco: Council on Spiritual Practices, 1997), 73.

1. Andrew Sewell e John Halpern, “Response of Cluster Headaches to Psilocybin and LSD”, in *Psychedelic Medicine: New Evidence for Hallucinogenic Substances as Treatments*, eds. Michael J. Winkelman and Thomas B. Roberts (Westport, Conn.: Praeger, 2007), 97–124.

2. Ver www.clusterbusters.com. “Os Clusterbusters^s são um grupo internacional pequeno, porém em crescimento, de pessoas que sofrem de cefaleia em salvas, que estão ativamente investigando o uso de enteogênicos com anel indólico e outras substâncias naturais para tratar sua doença. Nossa missão é investigar os enteogênicos com anel indólico como possivelmente o tratamento mais efetivo até agora encontrado para as cefaleias em salvas, e educar médicos, pesquisadores em Medicina, pessoas que sofrem com isso e o público em geral sobre a eficácia, as vantagens e as desvantagens deste e de outros tratamentos”.

1. Charles Grob, et al., "A Pilot Study of Psilocybin Treatment for Anxiety in Advanced-Stage Cancer Patients", *Archives of General Psychiatry* (January 2011), <http://archpsyc.ama-assn.org> (pesquise pelo título do artigo).
2. Para um comentário sobre o valor da terapia, ver Charles Savage, "LSD, Alcoholism and Transcendence", The Psychedelic Library, www.psychedelicalibrary.org/savage.htm.

1. Alicia Danforth, James Fadiman, e Sophia Korb, "Students and Psychedelics: Motives, Methods, Meltdowns and Mind-Manifesting Miracle" (apresentado na Science of Consciousness Conference, Santa Rosa, California, October 21-23, 2009).
2. Ver John Markoff, *What the Dormouse Said: How the 60s Counterculture Shaped the Personal Computer Industry* (New York: Viking Penguin, 2005). A premissa central é que o computador pessoal deve sua gênese e desenvolvimento à interação entre experiências psicodélicas e inovações computacionais na área da baía de São Francisco nos anos de 1960 e 1970.
3. Citado por Thomas Redlinger, "Sacred Mushrooms Pentecost", em *Entheo gens and the Future of Religion*, ed. Robert Forte (San Francisco: Council on Spiritual Practices, 1997), 106. As preocupações trazidas pelo uso dos cogumelos psicodélicos foram bem apresentadas por duas missionárias cristãs, Eunice Pike e Florence Cowan. Elas disseram: "Como se pode apresentar efetivamente a mensagem da revelação divina à pessoa que já tem, de acordo com suas crenças, uma maneira pela qual qualquer um que desejar pode obter mensagens diretamente do mundo sobrenatural de modo mais espetacular e imediatamente satisfatório do que a cristandade tem para oferecer?".

1. Susie Mandrak, "UN Advisor: Drug Money Propped Up Banks During Crisis", *Observer*, London (December 13, 2009). Mandrak escreveu, "Antonio Maria Costa, Chefe do Escritório

das Nações Unidas para Drogas e Crime (UNODC), disse que havia visto a evidência de que os lucros do crime organizado eram ‘o único capital de investimento líquido’ disponível para alguns bancos no começo do colapso do ano passado. Ele disse que, em consequência disso, a maior parte dos 232 bilhões de dólares dos lucros das drogas foram incorporados ao sistema econômico”. Disponível em <http://crooksandliars.com/susie-mandrak/un-advisor-drug-money-propped-banks-d>.

2. Rick Strassman, “Biomedical Research with Psychedelics: Current Models and Future Prospects”, in *Entheogens and the Future of Religion*, ed. Robert Forte (San Francisco: Council on Spiritual Practices, 1997), 159.
3. Mary Oliver, “The Summer Day”, *New and Selected Poems*, vol. 1 (Boston: Beacon Press, 1992).

Capítulo 20. Além do LSD – Muito Além

1. Don José Campos, *The Shaman and Ayahuasca*. Studio City, Calif.: Divine Arts, 2011.

Capítulo 21. Mudanças Comportamentais Posteriores à Terapia Psicodélica

1. Charles Savage, Ethel Savage, James Fadiman, and Willis Harman, “LSD: Therapeutic Effects of the Psychedelic Experience”, *Psychological Reports*, vol. 14 (1964): 111-20.
2. J. J. Downing and W. W. Wygant Jr., “Psychedelic Experience and Religious Belief”, in *Utopiates: The Use and Users of LSD-25*. Richard Blum, ed. (New York: Atherton Press, 1964).
3. James Fadiman, “Behavior Change Following Psychedelic (LSD) Therapy”, Dissertação, Stanford University, 1965. Esta dissertação

pode ser lida e baixada em www.proquest.com ou em www.jamesfadiman.com.

Capítulo 22. Inquérito Sobre Experiências Psicodélicas

1. J. N. Sherwood, M. J. Stolaroff, e W. W. Harman, "The Psychedelic Experience—A New Concept In Psychotherapy," *Journal of Neuropsychiatry* 4 (1962): 69–80.
2. K. S. Ditman, M. C. Hayman, and J. R. B. Whittlesey, "Nature and Frequency of Claims Following LSD", *Journal of Nervous and Mental Diseases* 134 (1962): 346–52.

¹⁸Literalmente: arrebatadores de salvas. (N.T.)

ÍNDICE REMISSIVO

abertura, 14, 108, 188, 207, 238, 246, 256, 257, 260
Acid Dreams, 82, 282
Acid Chronicles (The), 58
ácido do sindicato do crime, 82
ácido lisérgico, (Ver também LSD), 6, 40, 41, 43, 79, 83, 84, 159, 160
acompanhante, 12, 205
Administração de Alimentos e Drogas (FDA), 102, 105, 110, 166, 251
adulterantes, 80, 81
Afeganistão, 222
Agência Central de Inteligência - Ver CIA
Agência de Aplicação da Lei de Drogas - Ver DEA
álcool, 12, 30, 69, 82, 122, 167, 169, 182, 216, 217, 219, 222, 225
Alcoólicos Anônimos, 56
alcoolismo, 57, 67, 68, 69, 91, 253, 280
alcoolista, 58, 65, 68, 69, 280
Alemanha, 222
alergias, 28, 68, 253, 271
alimento, 29, 213, 239
Alpert, Richard (Ver também Ram Dass), 17, 26, 39, 46, 48, 50, 51, 54, 168, 203, 204, 205, 219, 276,
ambiente, 2, 11, 12, 19, 20, 21, 28, 36, 39, 45, 58, 59, 63, 65, 66, 69, 70, 73, 75, 77, 83, 85, 89, 94, 100, 101, 103, 106, 107, 113, 116, 121, 124, 127, 135, 138, 144, 167, 169, 171, 181, 185, 198, 200, 207, 212, 219, 221, 222, 231, 232, 242, 245, 246, 270, 277, 281
América, 74, 161, 187, 288
do Norte, 47
do Sul, 220

amostra, 33, 62, 82, 92, 192-194, 196, 197, 199-221, 252-254, 257, 258, 260, 261, 288
da conferência, 190, 195, 199
de estudantes, 189, 190, 194-196, 199, 201
“Anatole”, 4, 237, 244
anjo, 35, 210
ansiedade, 3, 17, 23, 26, 34, 63, 68, 85, 86, 99, 100, 111, 116, 151, 198, 221, 255, 259, 264, 267
aplicação, 14, 96, 103, 116, 119, 138, 146
da lei, 216, 219, 224
aprimoramento, 106, 108, 118, 150
da solução de problemas, 121, 149
sexual, 191, 193
aranhas, 92, 130, 165, 180
Argentina, 217
armazenamento analógico, 154, 156
arquiteto, 109, 129, 130, 133, 165, 167
artista, 102, 109, 135, 136, 137, 207, 223, 243, 245, 286
artrite, 68, 261
Associação Multidisciplinar para Estudos Psicodélicos (MAPS), 67, 73-75, 89, 195, 274, 275, 278, 279, 281-283, 285
As portas da percepção, 42, 165, 287
atividades
artísticas, 102
científicas, 118
criativas, 98, 99, 252, 254, 255
culturais, 118, 252, 254
físicas, 98, 99
religiosas, 96, 98
subjetivas, 252, 259
autismo, 57, 91, 280
autocura, 64, 65, 191-194, 201

autodescoberta, 47, 271
ayahuasca. (Ver santo-daime), 71, 237, 238, 244, 291
Bakalar, James B., 54, 74, 87, 276, 282, 283, 284
Basileia, 40, 50, 165, 221, 222
Beck, Jerome, 4, 79, 281
Bender, Loretta, 69
benefícios, 2, 11, 58, 61, 63, 95, 98, 100, 117, 175, 188, 192, 219, 264, 265, 288
de doses baixas de psicodélicos, 121
de doses baixas de cogumelos com psilocibina, 185
Biblioteca Psicodélica, 89
Birth of a Psychedelic Culture, 48, 276
Brand, Stewart, 6,
Brasil, 102, 216, 217
Breaking Open the Head: A Psychedelic Journey into the Heart of Contemporary Shamanism, 277
Brecher, E. M., 82, 282, 283
brinquedo, 151-154
Brown, J.K., 81, 282
Budismo, 51, 94, 185, 219, 289
Bull, Henrik, 130,
Bunch, Kevin, 190
Burroughs, Williams, 47
Califórnia, 167, 187, 218
projeto da edição sobre a Califórnia, 159
Campbell, Joseph, 242, 271, 285
Dom José, Campos, 71, 243, 291
Canadá, 167, 218, 271, 280
câncer, 3, 68, 69, 70, 140, 176, 221, 280, 291
cânhamo, 218
cartuchos de agulha de toca-discos, 149, 154, 155
cefaleia, 67, 68, 279

em salvas, 100, 221, 222, 279, 290
Centro de Retiro no Escuro Sierra Obscura, 246, 249
CIA (Agência Central de Inteligência), 5, 91, 166, 204, 292
Ciência Psicodélica no Século XXI, 195, 221
clarividência, 69, 203, 266
Clough, Eric, 133, 134,
cobertor, 6, 20, 77, 153, 184, 231, 239
Cohen, Sidney, 86, 88, 283 “
concentração, 34, 52, 82, 107, 108, 112, 113, 115, 130, 146, 147,
207, 230
confidencialidade, 77
conflito, 77, 222
consciência/consciente, 1, 3, 5, 12-15, 17, 18-22, 25, 26, 28, 29, 34,
35, 37, 41, 43-45, 47, 48, 50-55, 58, 61, 65, 75, 80, 85, 90, 95, 97,
107, 108, 111, 123, 131, 144, 157, 166, 167, 171, 172, 179, 188,
190, 206, 212, 217, 218, 229, 233, 242, 244-246, 249, 254, 264,
278, 286, 290
contato, 13, 50, 70, 90, 109, 122, 131, 153, 185, 186, 224, 230,
233, 270
com a natureza, 20, 40, 91,
elevado, 26, 233,
interpessoal, 97, 98,
visual 76, 135
Copenhague, 169, 204
Cosmic Serpent (The), 71
cozinhar, 253
Conselho de Práticas Espirituais, 89
Coyote, Peter, 39, 53, 56, 276
criatividade, 3, 102, 103, 108, 111, 112, 115, 129, 130, 131, 133,
134, 136, 137, 142, 156, 157, 158, 160, 162, 167, 192, 208, 212,
223, 229, 285-287
Crick, Francis, 4, 101, 123

Danforth, Alicia, 92, 190, 271, 278, 290
danos cromossômicos, 84
defeitos congênitos, 84, 85
Davis, Wade, 71
DEA, 84
deixar de lado, 25, 27, 233
demônio, 90, 242,
Departamento de Assuntos de Veteranos dos EUA, 222
dependência, 3, 216, 217, 222, 224, 242
de álcool, 222
de cocaína, 3
de heroína, 3, 222
desinformação (Ver mitos), 2, 16, 79, 80, 211
desinibição, 150,
Deus, 12, 17, 19, 26, 36, 44, 75, 161, 179, 192, 207, 210, 211, 213,
229, 243, 249, 255, 266, 267, 269
Deusa, 229
deusas, 229
deuses, 35, 90, 229, 242, 243, 250, 252
diversão, 4, 6, 191, 192, 193, 194
divino, 4, 44, 45, 210, 224, 229, 230, 213, 239
doença, 44, 63, 79, 177, 265
mental, 4, 43, 63, 105
físicas, 196, 279, 290
dor, 5, 28, 43, 61, 68, 147, 193, 198, 261
Dorothy (Fadiman), 141, 142, 170, 171, 207
doses, 1, 4, 12, 13, 20, 22, 25, 51, 55, 58, 59, 63-65, 68-70, 77, 80,
82, 85, 86, 88, 91, 92, 101, 117, 121, 124, 126, 129, 149, 157, 165,
166, 169, 175, 177, 178, 181-185, 187, 188, 200, 205-207, 227,
228, 232, 242-245, 251, 253, 264, 269, 270, 271, 285
doses subperceptivas/subdose/microdose, 4, 175, 177, 178, 179,
180, 181, 182, 183, 188, 270

Dryer, Donna, 73
educação, 73, 81, 85, 196
Einstein, Albert, 225
elefante, 64, 86, 165, 210
emergência/urgência, 73, 77, 81
empatia, 108, 113, 115
engenheiros, 64, 102, 109, 125, 138, 140, 141, 143, 149
energia, 14, 36, 46, 126, 134, 138, 142, 143, 150, 159, 171-173, 179, 224, 239, 240, 241, 243, 244, 248, 249, 253, 267, 268
enlouquecer, 61, 86, 266
Entrevista de Mudança Comportamental (BCI), 96, 97, 256
Erowid, 22, 74, 75, 89, 220, 280
espaço sagrado, 24, 232
espelho, 28, 41, 64, 68, 92, 135, 231
espírito, 15, 18, 26, 27, 47, 52, 58, 63, 69, 130, 150, 162, 186, 195, 242, 243, 255
espiritual, 4, 14, 16, 17, 18, 48, 85, 213, 219, 247, 274
busca, 1, 11
cura, 185
desenvolvimento, 89, 259
experiência, 3, 12, 64, 191, 192, 193, 201, 209, 212
isolamento, 30
jornada, 25
pobreza, 153
tradição, 16, 24, 213
transformação, 73
uso, 11, 222
via, 89
esquizofrenia, 57, 65, 86, 91, 210
estado de fluxo, 14, 24, 27, 111, 137, 179, 180, 233
Estados Unidos da América, 2, 165, 212,
estricnina, 80, 81, 82, 83, 84

enteogenia, 2
enteogênico/a, 3, 9, 11, 12, 14, 19, 20, 23, 25, 27, 30, 31, 70, 79, 89, 121, 195, 200, 206, 207, 211, 212, 213, 219, 227, 229, 232, 234, 245, 290
eventos psíquicos, 69
experiências psicodélicas difíceis“, como tratar, 74
exploração, 1, 4, 65, 86, 113, 187, 191-194, 199-201, 215, 227, 251
expressão transpessoal, 19, 93, 209
facilitador, 77, 121, 122, 123, 125, 126, 285
Fadiman, James, 33, 82, 105, 159, 190, 263, 272, 278, 284-288, 290, 291
familiares, 17, 183, 221, 229, 231, 235, 252
fantasia, 41, 97, 103, 108, 113-115, 139, 150
Festival Boom, 223
Festival Burning Man, 102, 103, 223, 269
Festival Trips, 6
final da sessão, 21, 29, 140, 233
flexibilidade, 97, 109, 111
flores, 7, 64, 91, 151, 160, 161, 170, 216, 231, 253, 254
floresta, 153, 210, 220, 239
Flórida, 218
folclore, 79, 80, 81, 86, 89
formação de terapeutas, 76-78
Forte, Robert, 47, 288, 289, 290, 291
Fortune (revista), 103, 285
fotografia, 7, 8, 28, 29, 31, 64, 69, 92, 231, 234
Frankl, Victor, 209
fronteira, 53, 56, 94
função, 107, 127
Fundação Fetzer, 203
Fundação Green Earth, 50
Fundação Hanuman, 48

Fundação Internacional para Estudos Avançados, 31, 55, 64, 134, 159, 166, 168, 169, 205, 251, 263, 268
Fundação MAPS, 195
Fundação Seva, 48
Fusco, Paul, 159
futuro, 2, 33, 43, 94, 110, 157, 160, 161, 168, 193, 202, 211, 222, 263, 266
gênero, 190, 195
Gil, Gilberto, 216
Ginsberg, Allen, 48, 49
gíria, 220
Glass, W. J. 88, 283, 284
Goldsmith G. Neal, 4, 73, 281
Gray Stephen, 185,
Grinspoon, Lester, 64, 87, 276, 282, 283, 284, 287
Grob, Charles, 53, 189, 203, 274, 276, 277, 280, 288, 290
Grof, Stanislav, 39, 40, 45, 87, 271, 283
Guerra do Vietnã, 222, 277
guia, 3, 4, 11-13, 15-21, 23-32, 39, 64, 65, 92, 103, 121, 122, 125, 134, 178, 193, 194, 229-234, 245, 270, 274
Guilda do Guias, 11, 23, 31, 32, 224, 270, 271
hábitos, 25, 28, 98, 233, 242, 253, 266, 267
alimentares, 97, 99
de leitura, 97, 98
de ouvir música, 97, 98
de sono, 98
pessoais, 97, 98, 252
Haight Ashbury, 82
Harman, Willis, 3, 4, 5, 84, 105, 111, 149, 204-206, 263, 274, 277, 284-287, 291, 292
Harmer, Michael, 71
Harrison, George T., 162

Henderson, L. A., 88, 283, 284
Hertz, Morgens, 79
Higher Wisdom, 49, 53, 80, 101, 203, 276, 277, 280, 288
High Priest, 48, 275
High Times, 40, 275, 281
Hilgard, Jack, 94
Hinduísmo/Hinduista, 36, 51, 55, 275
hipnose, 5, 54, 94, 116
Hoffman, Albert, 23, 39, 56, 74, 79, 81, 89, 180, 182, 183, 188, 221, 274, 275, 276, 281, 282
Hospital de Veteranos de Palo Alto, 95
Hospital Psiquiátrico Spring Grove, 58
Hubbard, Al, 205, 207
Huxley, Aldous, 2, 14, 39, 42, 43, 49, 56, 169, 203, 275, 277, 285
Huxley, Ellen, 44
iboga/ibogaína, 195, 222
identidade, 16, 27, 28, 68, 170, 204, 246, 248, 249, 260, 270
pessoal, 17, 25, 208, 233
sexual, 270
imagem, 6, 8, 24, 27, 31, 87, 107, 110, 111, 112, 113, 115, 135, 138, 146, 157, 184, 238, 240, 242, 247, 248, 250
imposto, 239
incenso, 20
inconsciente/inconsciência, 55, 87, 108, 115, 138, 242
Inglaterra, 237, 271
inibição, 108, 111, 115, 146, 147, 158, 186
insanidade, 265
insight, 1, 15, 16, 29, 31, 43
Instituto de Estudos Integrals da Califórnia, 45, 50
Instituto de Pesquisas Heffter, 55, 67, 78
Instituto de Pesquisa de Stanford, 145
Instituto de Pesquisa Psicodélica, 106

Instituto de Psicologia Transpessoal, 55, 271
Instituto de Tecnologia de Massachussets (MIT), 51, 285
Instituto Nacional de Abuso de Drogas (NIAAA), 216
Instituto Nacional de Saúde Mental (NIMH), 251
Institutos Nacionais de Saúde (NIH), 280
Instituto Naropa, 53
Instituto Pacífica de Pós-Graduação em Experiências Transcendentes, 45
Instituto para Análises Científicas, 79
Instituto para a Pesquisa Transpessoal, 54
Instituto para Ciências Noéticas, 203
Instituto para Visualização de Negócios Criativos Leary-Huxley, 285
integrar/integração, 12, 13, 15, 17, 23, 29, 30, 31, 54, 58, 87, 233-235, 246, 249
intenção/ões, 4, 17, 18, 19, 21, 56, 89, 103, 107, 122, 154, 187, 189, 194, 220, 229, 230, 238-240, 243, 245, 274
Internet, 39, 40, 46
interpessoal, 264
interrupção, 45, 47, 89, 131, 231, 241,
introspecção/introspectivo, 24, 97, 98, 144, 151, 259, 260, 264, 268
Inward Arc, The, 55, 281
Iraque, 67, 222
Isaías, 36, 275
Israel, 222
Jaguar That Roams the Mind, The, 71
James, William, 14, 274
Janiger, Oscar, 167, 207
Jobs, Steve, 102
Jordânia, 222
Journal of Transpersonal Psychology, 55, 209
Kesey, Ken, 169, 170, 171, 207

Kinsey, Alfred, 96
Korb, Sophia, 190, 195, 279, 290
Kornfield, Jack, 289,
Koster, Tim, 148, 287
Laboratório de Hipnose de Stanford, 94
Leary, Timothy, 17, 39, 44, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 54, 91, 168, 169,
203, 205, 209, 259, 272, 275, 285
lei, 1, 61, 80, 83, 103, 106, 169, 170 173, 207, 211, 215, 216, 217,
219, 224, 225, 270, 271, 289
leiaute, 161
Lei Seca, 237, 225
leitura, 47, 94, 97, 98, 121, 156, 204, 254, 274
Leonard, George, 4, 159, 162, 186, 287
Licit and Illicit Drugs, 282, 283
Lilly, John, 179
lista de controle, 4, 64, 70, 224, 227, 229
limite, 9, 17, 19, 22, 26, 28, 29, 37, 63, 87, 103, 143, 145, 170, 177,
185, 233, 246, 285
Livro Tibetano dos Mortos, 49, 50
Look (Revista), 159, 162, 163, 287
Louvish, Simon, 217, 288
LSD, 1- 4, 6, 13, 14, 16, 21, 23, 28-40, 42-45, 47, 48, 53-59, 63, 66,
68-71, 75, 79-91, 94, 101-103, 110, 121-125, 149, 159, 165-167,
169-171, 173, 175, 177, 178, 180-184, 187, 191, 193, 195, 197-
200, 202, 204, 207, 221, 227, 228, 237, 251, 253, 258-261, 264-
268, 270, 271, 273, 274, 275, 277-287, 289, 290-292
Lukoff, David, 271
Lycaeum, 89
maconha, 54, 67, 69, 169, 179, 216-219, 223, 224, 269, 288, 289
uso medicinal, 217, 218, 222, 270
Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (DSM-IV),
81, 281, 283

McKenna, Terence, 2, 262, 274
meditação/meditar, 9, 14, 76, 178, 208, 220, 246, 249, 259
MDMA, 3, 190-193, 195, 197, 198, 200, 216, 222
medo, 17, 18, 56, 67, 77, 84, 86, 89, 97, 99, 111, 117, 183, 210, 215, 218, 224, 231, 239, 247, 248, 253, 259, 260, 261, 271
melhores práticas, 73
Memoir by His Son, A, 36
metanfetamina, 80, 81, 82, 223
metafísica, 52,
metas, 16, 18, 19, 153
Metzner, Ralph, 39, 48, 50, 276
México, 203, 216, 277
místicos, 9, 43, 55, 172
mito, 3, 52, 59, 79, 80-85, 88, 89, 242, 271, 281
modelo, 63, 64, 66, 67, 105, 118, 159, 205, 209, 212, 264
para trabalhar com crises psicodélicas em concertos e eventos, 74
morte, 4, 36, 37, 42, 43, 46, 49, 56, 58, 68, 86, 93, 161, 171, 173, 206, 207, 216, 241, 246-248, 260, 271,
mudança, 18, 20, 22, 26, 28, 30, 31, 39, 41, 59, 68, 69, 92, 95, 97-99, 100, 108, 115, 117, 122, 126, 130, 131, 142, 161, 167, 176, 193, 215, 246, 252-258, 260-262, 264, 266, 267, 270, 291
comportamental, 4, 59, 96, 97, 99, 117, 207, 251, 256
Mullis, Kary, 4,
Murphy, Mike, 159
música, 20, 21, 23-27, 29, 43, 50, 55, 56, 70, 74, 75, 97, 98, 110, 113, 124, 125, 130, 131, 133, 135, 143, 144, 151, 154, 160, 165, 177, 185, 187, 191, 192, 193, 205, 223, 231-233, 254, 255, 266, 268
clássica, 21, 134, 139, 160, 254
Narby, Jeremy, 71, 274, 277
National Geographic (Televisão), 56, 223
natureza, 3, 15, 20, 28, 40, 65, 91, 156, 193, 254

Neem Karoli Baba, 48
Nevada, 102, 218, 223, 249
New England Journal of Medicine, The, 84, 282
Nixon, Richard, 47
Ocampo, Victoria, 43
Oliver, Mary, 292
One River: Explorations and Discoveries in the Amazon Rain Forest, 71
Only Dance There Is, The, 48
Open Center, 189
Opening the Doors of Perception, 287
Oregon, 301
Osmond, Humphry, 43, 105, 286
Países Baixos, 216, 217
papel, 82, 125, 136, 137
paranoia, 7, 35, 66, 85, 86, 198
PCP (fenciclidina), 81
personalidade limítrofe, 86
pesquisa, 2, 3, 5, 6, 31, 39, 45, 48, 50, 54, 57, 59, 62, 67-69, 75, 79, 85, 86, 91, 92, 95, 96, 101, 102, 103, 105-108, 111, 117-119, 122, 130, 149, 157, 160, 165-167, 169, 170, 171, 173, 175, 177, 183, 188, 189, 190, 201, 202, 204, 205, 207, 208, 209, 211-213, 215, 216, 219, 221, 222, 224, 228, 251, 252, 255, 263, 265, 270, 271, 272, 274, 279, 280, 286, 287, 288, 289
clínica/médica/em saúde, 5, 12, 40, 63, 76, 79, 99, 106, 190, 221, 222
com psicodélicos, 4, 5, 40, 47, 50, 57, 63, 64, 78, 83, 93, 94, 100, 102, 105, 106, 110, 125, 168, 176, 183, 189, 190, 194, 198, 207, 208, 209, 212, 221, 225, 237, 270, 277, 280
PiHKAL: A Chemical Love Story, 46, 275
pioneiros, 39, 40, 203, 275 289
Platão, 52, 170

platô (fase), 27
polaridade, 35, 161
ponto de vista, 18, 19, 34, 53, 82, 83, 86, 109, 130, 136, 151, 153, 166, 182, 211, 270, 277
Portugal, 216, 217, 223, 288
potencial
criativo, 55
da mente, 47
humano, 55, 204
preparação, 13, 15, 16, 19, 21, 54, 73, 83, 92, 99, 108, 118, 154, 184, 185, 229, 242, 264, 274
pré-sessão, 123
Presti, David, 3, 79, 281
prisma psicológico, 51, 52
profissionais de saúde mental, 58, 59, 66, 81, 281
protocolo, 92, 157, 167, 178, 222, 262
psilocibina, 3, 13, 22, 24, 29, 40, 47, 49, 51, 66, 70, 124, 168, 178, 185, 187, 190, 191, 195, 197, 198, 199, 200, 204, 205, 220, 221, 227
Psychedelic Experience, The, 48, 274, 282
Psychedelic Healing, 281
psicodélico/s, 1, 2, 4, 5, 12, 13, 14, 16, 20, 29, 33, 34, 39, 42, 47, 48, 49, 50, 51, 53, 54, 56, 58, 59, 61-70, 73, 75, 77, 89, 91-96, 101, 102, 103, 105-110, 118, 121-123, 149, 156, 159, 161, 165, 169, 171, 175, 176, 183, 184, 187, 188, 190, 191, 195, 197, 198, 199, 200, 203, 205, 207-212, 215-225, 228, 230, 237, 245, 246, 259, 263, 265, 270-272, 275, 279, 280, 288
cogumelos, 220, 291
dose subperceptiva, 177, 180
informação geral e básica, 74
uso/usar, 5, 6, 11, 12, 67, 73, 101, 102, 103, 105, 119, 121, 159, 169, 170, 183, 194, 199, 204, 208, 211, 212, 218-223, 255, 269,

272

indevido, 203, 222, 269

terapeuta/terapêutico, 5, 64, 66, 221, 222, 228, 277, 278

Psychiatric Annals, 81, 281

Psychoactive Sacramentals, 79, 89, 276, 281

psicoterapia, 1, 3, 5, 61, 63, 66, 69, 70, 85, 102, 252

psicodélica, 61, 66, 70, 74

questionário, 5, 80, 110, 115-117, 189, 193-195, 199, 201, 263-265, 270, 289

Ram Dass, 17, 39, 46, 48, 54, 168, 276

recursos, 2, 59, 67, 70, 73, 216, 268

relacionamento, 16, 18, 19, 92, 93, 98, 171, 187, 200, 212, 264, 267

familiar, 16, 97, 98, 257, 258, 264, 267

sexual, 77, 98

relaxamento, 108, 125, 135, 142, 208

religião/religioso, 1, 2, 9, 17, 33, 51, 53, 55, 61, 89, 93, 97, 98, 143, 166, 176, 209, 210, 211-213, 215, 216, 218, 224, 225, 234, 254, 255, 260, 265, 271

República Tcheca, 217, 288

resolução de problemas, 3, 70, 108, 123, 133, 137, 150, 157, 159, 167, 176, 191, 207

e criatividade, 223

em sessões grupais, 167-77

respiração, 9, 18, 23, 24, 66, 76, 92, 113, 134, 173, 181, 233, 239-241, 243, 244

retiro no escuro, 227, 237, 245, 246, 248, 249

revivescência, 58, 86, 87, 88

Robbins, Tom, 47

Salvia divinorum, 191, 197, 198, 199, 200

Sandoz, 40, 110, 145, 220

Sanford, Nevitt, 94, 278, 280

Santo Daime, 238
santo-daime, 4, 70, 176, 191, 195, 197-201, 216, 218, 220, 227, 237, 246, 274
San Francisco Chronicle, 7
São Francisco, 6, 7, 50, 82, 106, 135, 162, 219, 290
saúde, 35, 43, 48, 59, 63, 80, 98, 99, 184, 243, 245, 252, 261, 262, 270, 273, 280
mental, 44, 58, 59, 66, 67, 93, 251, 261, 281
Pública, 68, 79
Savage, Charles, 231
Schachter-Shalomi, Zalman, 61-62
Schrage, Michael, 103, 285
Schultes, Richard Evans, 203
Science, 54, 84, 85, 282, 283
Scottish Sporting News, 219
Secret Chief Revealed, The, 70, 278, 281
self, 28, 31, 36, 275
Shulgin, Alexander, 39, 46, 275, 282
sensação/ões, 2, 17, 20, 23-26, 31, 35, 36, 41, 42, 50, 68, 75, 111-113, 115, 123, 125, 136, 137, 139, 143, 157, 169, 172, 193, 200, 206, 233, 259, 266, 275
sessão/ões, 1, 4, 6, 12-21, 23-25, 28-31, 39, 48, 54-59, 61, 63-70, 86, 87, 91-93, 95, 100, 101, 103, 105, 106, 109-111, 113-119, 121-123, 125, 126, 127, 129, 130, 132-134, 136, 137, 140, 141, 150, 151, 154-157, 159, 160, 161, 165, 167, 169, 170, 172, 186, 204-207, 212, 221, 223, 227-235, 237, 241, 242, 251, 253, 260, 264, 265, 270, 274, 278, 280, 281, 284
semana antes da viagem, 250
set, 12, 13, 15, 17, 39, 47, 63, 64, 83, 85, 86, 89, 95, 101, 121, 129, 185, 198, 207, 212, 218, 230, 242, 246, 284
sexo, 15, 28, 92, 206, 230, 258, 259, 265
sexualidade, 98, 259,

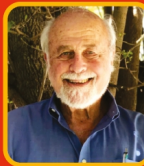
Shadows of the Sacred, 55
Shaman and Ayahuasca, The, 71, 237, 291
sistema
bancário internacional, 224
de apoio social, 30, 234
de crenças, 61, 207, 210
econômico, 291
escolar, 84
hospitalar, 222
nervoso, 80, 185,
operacional, 240, 241
religioso, 9
solar, 246
Smith, Huston, 58-61
Smith, Karen Manners, 175
sofrimento, 3, 19, 43, 230, 231, 248, 261
solução de problemas, 122, 150, 192, 193, 201
em grupo, 150
sonho, 47, 97, 98, 130, 144, 162, 248, 259-261, 266
Stolaroff, Myron, 205, 207, 274, 278, 281, 283, 284, 292
Strassman, Rick, 225, 274, 277, 283, 288, 289, 291
suave deslizar, 27, 50
subconsciente, 113,
substância, 1-4, 12, 13, 16, 21, 22, 25, 26, 29, 31, 35, 39-41, 45, 47,
56, 61, 63, 67, 69, 70, 73, 76, 79, 80-81, 83, 85, 86, 89, 91, 101,
102, 105, 111, 117, 121, 124, 130, 157, 165-167, 175, 180, 189,
190-200, 203, 212, 215-218, 220-225, 232, 233, 238, 240, 270-272,
278, 279, 288, 290
tabaco, 1, 79, 216, 219, 224
Tart, Charles, 39, 53, 54, 276, 281,
tatuagem de ácido, 83
telepatia, 69, 266

tempo, 7, 13, 15, 16, 20, 21, 23, 26, 27, 29-31, 34, 35, 40-42, 51, 54, 67, 68, 76, 83, 87, 89, 91, 93, 98, 102, 105, 107, 111, 121, 126, 130-133, 135, 139, 140, 146, 147, 152-156, 160, 170, 171, 179, 181-185, 187, 190, 194, 201, 204, 207-211, 215, 224, 230, 238, 240, 241, 246, 247, 248, 252, 254, 257, 260, 266, 270, 288, 289
Tenda da Serenidade, 74
Tennyson, Alfred, Lord, 36
TEPT (transtorno de estresse pós-traumático), 67, 198, 222
Terra, 3, 6, 7, 8, 50, 53, 179, 206, 209, 241, 243, 247, 248
Time It Was: American Stories from the Sixties, 166, 287
Timothy Leary: Outside Looking In, 47, 50
Tindall, Robert, 71, 277
tolerância, 142, 147, 255, 266
farmacológica, 197, 198
toque, 14, 18, 21, 27, 47, 76, 155, 186
trabalho, 13, 16, 28, 30, 48, 50, 51, 54, 56, 58, 62, 65, 67, 69, 70, 84, 93, 95, 97, 98, 103, 106, 108, 111, 116, 117, 121, 122, 127, 129, 130, 132, 133, 136, 137, 141, 142, 146, 149, 153, 157, 167, 169, 175, 177-179, 181-183, 185, 188, 201, 204-209, 213, 221, 230, 234, 235, 237, 244-246, 252-256, 259, 260, 264, 267, 270, 271, 272, 274, 286, 288
tradição/ões, 6, 17, 24, 50, 63, 208, 209
espiritual, 16, 51, 213
sagrada, 7
transcendente/transcendência, 6, 19, 53, 55, 101, 106, 134, 230, 276, 278, 290,
experiência, 3, 9, 45, 63, 64, 66, 70, 265, 275, 278,
transferência, 77, 95, 150,
transgênero, 195
Transpersonal Psychologies, 54
treinamento, 2, 5, 19, 55, 58, 66, 69, 70, 100, 116, 133, 207, 210, 222, 259, 277, 278

Universidade da Califórnia, 7, 47, 48, 54, 79, 165, 184
da Carolina do Norte, 54
de Columbia, 7
de Denver, 51
de Harvard, 7, 17, 47, 48, 50, 51, 87, 169, 203, 209, 212, 221, 272
de Johns Hopkins, 219
de Siracusa, 51
de Stanford, 7, 48, 93, 160, 167-171, 190, 204, 206, 207, 209, 210
de Temple, 53
de Yale, 48
do Norte de Illinois, 190
Estadual de Nova Iorque, 85
Estadual de São Francisco, 106, 189, 190, 208, 212-13
Estadual de Washington, 51
Vale da Morte, 207
Vaughn, Frances, 55
veteranos, 67, 222
Vietnã, 93, 168, 204, 210
Vona, Lindsey, 4, 237, 245, 246
viajante, 11-13, 15-30, 46, 75, 160, 229-235, 274
visualização, 112, 114, 116, 130, 133, 139, 145, 285
xamã/xamanismo/xamanístico, 59, 63, 67, 70, 71, 176, 178, 208, 216, 220, 237, 238, 241, 242, 243, 244, 245, 264, 265, 274, 277
Walking on the Edge of the World, 276, 287
Wall Street Journal, 219
Walsh, Roger, 53, 203, 275, 277, 280, 288
Washington, 110, 218, 219
Wasson, Gordon, 203, 221, 290
Watts, Alan, 3, 33, 203, 275
Way of the Shaman, The, 71
Weil, Andrew, 28
West, Jolly, 175

Wiese, Michael, 5, 237
Wilson, Bill, 39, 53, 56
Working with Difficult Psychedelic Experiences, 73
World Religions, 51
Wunderman, Irwin, 143, 148
Yoga Journal, 45, 275
YouTube, 33, 40, 42, 46
Zalman Schachter-Shalomi, 39, 53, 276

James Fadiman é um escritor norte-americano, graduado em Artes, pela Universidade de Harvard, com Mestrado e Doutorado em Psicologia, pela Universidade de Stanford.



Co-fundador do Instituto de Psicologia Transpessoal (hoje, Universidade Sofia) e ex-Presidente da Associação de Psicologia Transpessoal, é uma das maiores autoridades contemporâneas sobre a pesquisa com substâncias psicodélicas, particularmente sobre seu uso em microdoses.

Iniciou suas pesquisas com psilocibina, LSD e mescalina em 1961, (ampliada posteriormente para incluir o santo-daime, ou *ayahuasca*), tendo tido a oportunidade de conhecer, conviver e trabalhar com as pessoas mais importantes do campo da pesquisa e do uso clínico e místico dessas substâncias psicodélicas, entre as quais, Albert Hoffman, Timothy Leary, Ram Dass e Ken Kesey, entre muitos outros. Foi ainda da equipe de pesquisadores do Instituto de Estudos Avançados, de Menlo Park, na Califórnia, cujas pesquisas de ponta com psicodélicos foram inopinadamente interrompidas em 1966 pela desastrosa e infame "Guerra às Drogas" do Presidente Nixon.

Grande admirador do trabalho de Gilberto Gil à frente do Ministério da Cultura que, em 2008, de maneira inteligente, conseguiu retirar o santo-daime da lista de substâncias proibidas e convertê-lo em patrimônio da cultura brasileira.

Autor de diversos livros sobre psicodélicos e psicologia transpessoal, nesta obra apresenta uma exaustiva revisão do conhecimento atual sobre o uso criativo, para auto-conhecimento, terapêutico e místico das substâncias psicoativas. Ao mesmo tempo informativa e pedagógica, ela é de extrema utilidade para guias de viagens e sessões psicodélicas, bem como para os viajantes que embarcam nessas diversas jornadas.

A maioria das perguntas sobre a natureza e o uso de psicodélicos tem aqui uma resposta abalizada pelas pesquisas e pela experiência prática, clínica e mística de mais de cinquenta anos.

A publicação do *Guia do Explorador Psicodélico* não poderia ser mais oportuna; coincide com um importante renascimento do interesse na pesquisa psicodélica em todo o mundo.

Stanislav Grof, MD, autor de
LSD: Doorway to the Numinous

O manual de James Fadiman proporciona uma orientação útil e bem informada para quem busca o 'divino interno' através de plantas sagradas e substâncias psicodélicas.

Daniel Pinchbeck, autor de 2012:
The Return of Quetzalcoatl e de
Breaking Open the Head

Finalmente! Um guia completo não apenas para o uso de psicodélicos em ambientes terapêuticos, mas também, e talvez mais corajosamente, para a exploração psicoespiritual e o aprimoramento cognitivo. Temos sorte de colher os benefícios dos anos de experiência e conhecimento acumulados do Professor Fadiman, bem como de ouvir um dos mais importantes nomes do "quem é quem" do pináculo dos entendidos em psicodélicos.

Julie Holland, MD, editora de
The Pot Book e *Ecstasy: The Complete Guide*

Jack Kornfield, autor
de *A Path with Heart*

Charles Hayes, author of *Tripping: An Anthology of True-Life Psychedelic Adventures*

Neal Goldsmith, PhD,
autor de *Psychedelic Healing*



James Fadiman, Ph.D.

GUIA DO EXPLORADOR PSICODÉLICO



GUIA DO EXPLORADOR PSICODELICO

Viagens Seguras, Terapêuticas e Sagradas

**James
Fadiman
Ph.D.**

Tradução
J. M. Bertolote



Stanislav Grof, MD, autor de
LSD: Doorway to the Numinous

Daniel Pinchbeck, autor de 2012:
The Return of Quetzalcoatl e de
Breaking Open the Head

Julie Holland, MD, editora de *The Pot Book* e *Ecstasy: The Complete Guide*

