

EN INTRODUKTION TIL ET PSYKEDELISK DANMARK

Af Kevin Mikkelsen og Benjamin Christensen

"Hav tålmodighed med alt det uløste, og forsøg at elske spørgsmålene i sig selv, som aflåste rum og som bøger, der er skrevet i et meget fremmed sprog."

- Rainer Maria Rilke

"Hvis erkendelsens døre blev rensset, ville alt fremtræde for mennesket, som det er, uendeligt."

- William Blake

Vi lever i en tid, der på mange måder er defineret af opbrydning i traditionelle fællesskaber, institutioner og forståelsesrammer. I en sådan brydningstid byder der sig mange grundlæggende, eksistentielle spørgsmål til: Hvor er vi på vej hen som samfund og menneskehed? Hvad er min plads i det? Hvordan kan vi leve mere i harmoni med det økosystem, der er vores livsgrundlag? Hvordan kan vi som mennesker komme til at trives?

I de senere år er psykedeliske substanser for flere kommet til at virke som et delvist svar på disse spørgsmål. Et svar, der ligger i en udvidelse af éns horisonter og af nye perspektiver på virkeligheden. Et svar, der på mange måder ikke ligner et svar, men nærmere udgør en livsholdning, som afføder flere spørgsmål, der åbner op mod det mysterium, som er vores bevidstheds natur og vores fælles menneskelighed. Mange oplever også en nyfundet kærlighed til en genfortryllet verden, som før syntes lagt øde af vores forblændede forestilling om et rationelt røntgensyn, der har gennemtrængt alle eksistensens kringelkroge.

LOVENDE FORSKNINGSRESULTATER HAR FÅET MEDIERNE TIL AT INTERESSERE SIG FOR PSYKEDELIKA

I slutningen af 2021 kunne man læse en artikel i New York Times med overskriften *"The Psychedelic Revolution Is Coming. Psychiatry May Never Be the Same."* (dansk: Den psykedeliske revolution er på vej. Psykiatrien bliver måske aldrig den samme igen). I underoverskriften står

der, at universiteterne vil være med, og det vil Wall Street også. Synergien mellem lovende forskning, visionære aktivister, mediernes interesse, håbefulde patientgrupper og behandlere, ivrige iværksættere og investorer samt de kriser, vi står i som samfund, har resulteret i en stigende interesse for psykedelika – hvad nogle har kaldt ”den psykedeliske renæssance/genopblomstring”, mens andre har kaldt det ”det psykedeliske *gold rush*” eller ”*the shroom boom*”. Uanset betegnelsen tyder meget på, at denne synergi over de næste mange år vil give et stigende antal mennesker adgang til det psykedeliske mysterium.

OGSÅ I DANMARK ER PSYKEDELIKA BEGYNDT AT ANTAGE FORM I VORES FÆLLES FORESTILLING

Folkekære tv-personligheder som Anders Agger¹ og Peter Lund Madsen² har stillet skarpt på psykedelika på public service-tv i bedste sendetid, og medierne bringer ganske ofte historier om kendisser som komiker Casper Christensen,³ musikerne Jesper ’Jokeren’ Dahl⁴ og Rasmus ’Raske Penge’ Poulsen⁵ samt teaterdirektør Nikolaj Cederholm,⁶ der alle har kunnet berette om de positive effekter, psykedelika har haft på deres liv. De skriver sig ind i fortællingen om en psykedelisk æra, som internationalt bliver båret frem af megastjerner som Miley Cyrus og Prins Harry – såkaldte *influencers*.

Alle, der arbejder i miljøet i Danmark, har de senere år været vidner til en massiv stigning i interessen for psykedelika. Det er efterhånden de færreste, der ikke har en ven eller onkel, som har forsøgt sig med disse transformative substanser. Selvom der ikke findes nogen officielle optællinger, som bekræfter en vækst i brugen af psykedelika, er der en række observationer, som indikerer, at der er en stigning i antallet af brugere.

I 2021 beslaglagde TOLD 54 såkaldte *growkits* (væksthuse) til svampe. I de første 8 måneder af 2023 blev der registreret 749 sager. Hollandske leverandører, som før eksporterede til det danske marked, er derfor også stoppet med at levere til Danmark. At folk ikke længere selv kan dyrke deres svampe, virker dog ikke til at have forhindret forbruget, men nærmere skabt et marked for dem, der kan finde ud af at dyrke eller finde dem selv. Den største danske Facebookgruppe om psykedeliske substanser er i løbet af de seneste tre år 10-doblet i størrelse fra 1400 til 14000 medlemmer. Nærmest ugentligt dukker der nye individer op, som mere eller mindre offentligt udbyder mere eller mindre terapeutiske psykedeliske sessioner. Man har derudover både i Avisen Danmark⁷ og på TV 2⁸ kunnet læse om såkaldte undergrundsterapeuter, der har ven-

telister, fordi mange ønsker terapi forstærket af diverse psykedelika. Tidligere på året viste en spørgeskemaundersøgelse, at brugen af psykedelika (med undtagelse af LSD) var fordoblet blandt amerikanere i alderen 19-30.⁹

MEN INTERESSEN FOR PSYKEDELIKA I VESTEN OG DANMARK ER IKKE NY. Den har i årtier været drevet – og holdt i live – af farverige skikkelser, hvis eventyrlystne, udfordrende, helbredende og til tider uansvarlige adfærd efterhånden har antaget mytologisk status i den psykedeliske kulturkanon. Samtidig har psykedelika spillet en umiskendelig rolle for betydningsfulde samfundsmæssige strømninger, politiske håb og bevægelser, religiøse visioner og guruer, undertrykkelse og marginalisering og kulturel udveksling og udvikling.

I 1943 opdagede kemikeren Albert Hofmann de fascinerende egenskaber ved Lysergsyre-Diethylamid-25 (LSD), da han ved et uheld kom til at indtage noget af substansen i sit laboratorium i Schweiz. Firmaet han arbejdede for, medicinalgiganten Sandoz Pharmaceuticals, så hurtigt, at der var et potentiale, og begyndte at distribuere LSD til alle de forskere, der var interesserede. Forskningen i både meskalin og LSD bredte sig hurtigt i løbet af 50'erne, og i løbet af de næste årtier blev der produceret over tusind forskningsartikler om psykedelika, mange af hvilke viste et stort potentiale bl.a. i afhængighedsproblematikker. Samtidig blev de praktiske og teoretiske grundsten til en vestlig videnskabelig forståelse af psykedeliske oplevelser lagt, bl.a. med udviklingen af transpersonlig psykologi baseret på de banebrydende bidrag af psykiateren Stanislav Grof¹⁰ og andre.

I 1954 forsøgte den engelske forfatter Aldous Huxley at beskrive det ubeskrivelige, da han i bogen *Erkendelsens Døre* (engelsk: *the Doors of Perception*)¹¹ i bevægende vendinger skrev om sine oplevelser med det psykedeliske stof meskalin, som den canadiske psykiater Humphry Osmond året forinden havde introduceret ham for.

Næsten samtidig drog bankmanden Gordon Wasson til Mexico for at indtage psilocybinsvampe hos *curanderaen* Maria Sabina. Han blev i 1957 en af de første vesterlændinge, der beskrev effekten af psilocybin, da hans oplevelser blev trykt i en billedrig artikel med overskriften *Seeking the Magic Mushroom* i Life Magazine.¹²

Med Huxleys og Wassons beretninger gjorde psykedelika for alvor deres indtog i den vestlige populærkultur. Sideløbende med den kliniske forskning begyndte den flittige brug og udforskning af psykedelika blandt ellers vidt forskellige grupper som militæret, hippierne, kunst-

nere og kreative sjæle, psykiatere, alkoholikere, fængselsindsatte, guruer og spirituelt søgende, politiske aktivister og politikere. Psykedelikas evne til at passe ind i en mangfoldighed af sociokulturelle kontekster har fået antropolog Ido Hartogsohn til at beskrive psykedelika som en "psykofarmakologisk kamæleon".¹³

INDEN DA HAVDE KULTURER GENNEM TID OG RUM BRUGT PSYKEDELIKA TIL AT TILGÅ ÆNDREDE BEVIDSTHEDSTILSTANDE. Huxley, Wasson og Hofmann havde alle øje for de oprindelige folks brug af psykedelika og drømte om psykedelisk brug i Vesten, der lå langt hinsides den psykiatriske og medicinske brug. De kulturer, de var inspireret af, fortalte for manges vedkommende en historie om brug af psykedelika, som var langt mere udviklet og sofistikeret, end hvad vi hidtil har opnået i det vestlige behandlingssystem. I disse kulturer var brugen forankret i lokalsamfundet og naturen. Den var indlejret i fælles religiøse og spirituelle forståelsesrammer, riter, kosmologier, myter og eventyr. Der var retningslinjer for brugen af substanserne, som strakte sig på tværs af generationer. Udvælgelsen og oplæringen af individer, som skulle håndtere substanserne, foregik gennem arv, herkomst, initieringsriter, overgangsriter og mangeårig mesterlære. I disse kulturer havde man støttepraksisser og andre metoder til at tilgå ændrede bevidsthedstilstande gennem for eksempel dans, sang, meditation, trommer, ånde-dræt, dufte o.a.

Nogle steder har man gennem kulstof 14-datering af arkæologiske fund, vægmalerier og beretninger fra missionærer kunnet spore brugen flere hundrede og endda tusinde år tilbage.¹⁴

Der findes stadig kulturer, grupperinger og oprindelige folk, som anvender psykedelika i sådanne rammer i dag. Forholdet til disse kulturer og former for psykedelisk brug er dybt komplekst. Globaliseringen har muliggjort kulturel udveksling, mens kapitalismens og lovgivningens asymmetriske magtdistribution også i høj grad har muliggjort både økonomisk og kulturel udnyttelse og dominans.^{15,16} Et illustrativt eksempel er Wasson og Maria Sabinas relation. På baggrund af deres udveksling blev Wasson en anerkendt forfatter og eventyrer i vestlige kredse. Samtidig blev Maria Sabina forvist fra sin landsby, og hendes hus blev brændt, efter at byen var blevet overrendt af hippier, som ønskede en bid af svampens magi.

I DANMARK HAR DEN PSYKEDELISKE HISTORIE bl.a. været skrevet af personligheder som Jørgen Lumbye, Klaus Gormsen, Steen Larris og

flere af dem, der arbejder med at facilitere psykedeliske sessioner i dag (ingen nævnt, ingen glemt). Alle har de gennem nogle udfordrende årtier været med til at holde fanen højt og skabe fællesskaber og bidraget til, at der fandtes fora og blev udgivet dansk litteratur om psykedelika til glæde for alle os, som fandt frem til og skattede disse sjældne beviser på, at vi ikke var alene om at se potentialet i psykedelika.

Desværre fortælles historien om psykedelika i Danmark oftest gennem de forfærdelige ting, der skete på Frederiksberg Hospital i 50'erne og 60'erne. Cavling-vinder Alex Frank Larsen, som også har et bidrag med i indeværende antologi, undersøgte, oplyste om og støttede de mange mennesker, som under institutionelle forhold blev mishandlet i kælderen på Frederiksberg Hospital. Her blev de administreret høje doser af LSD og ofte overladt til sig selv uden nogen form for støttende samtaleterapi. På mange måder diametralt modsat af, hvad man ville anbefale i dag (og egentlig også hvad de fleste anbefalede dengang).

AT MISBRUGEN AF PSYKEDELIKA, som Larsen¹⁷ og Lee og Shlain har vist,¹⁸ i så stort omfang kom fra det etablerede (militære, politiske og psykiatriske) system, fik kun den efterfølgende såkaldte *War on Drugs* til at fremstå endnu mere absurd. I et hårdt greb efter magt indledte Nixon i 1970'erne en jagt på visse mennesker, som bruger visse stoffer (primært sorte, hippier og underklassen). Denne jagt ramte også forskningen i psykedelika, som blev bremsset i tre årtier. Den såkaldte krig mod stoffer har siden da kostet utallige menneskeliv, nyttesløst inde-spærret folk, spildt usandsynligt mange ressourcer for samfundet og revet hele lande fra hinanden.

Her, mange år efter, med en dybt forfejlet krig mod visse mennesker, der bruger visse stoffer, er psykedelika nu tilbage i den offentlige samtale. Inden for de seneste 5 år har de spredt sig i populærkulturens bevidsthed med en sådan hast, at udviklingen er blevet døbt 'den psykedeliske renæssance'.

Renæssancen blev i høj grad katapulteret af journalisten Michael Pollans bog *Din foranderlige bevidsthed*,¹⁹ som på ny åbnede erkendelsens døre og resulterede i, hvad socialantropolog Tehseen Noorani har døbt 'Pollan-effekten' – en stærk forøgelse af den offentlige interesse i psykedelika og et dertilhørende *hype*.²⁰ Pollans detaljerede gennemgang af udbredelsen af psykedelika i USA kom i høj grad på baggrund af den fornyede forskningsinteresse i disse fascinerende substanser.

Denne interesse bliver ofte dateret tilbage til et banebrydende studie fra 2006 ledet af Roland Griffiths ved Johns Hopkins-universitetet.²¹

Siden da er der blevet udgivet resultater fra mere end 20 kliniske studier målrettet en række forskellige diagnoser, inklusive depression,^{22,23} post-traumatisk stresssyndrom,²⁴ angst hos terminale kræftpatienter²⁵ og afhængighedsproblematikker.²⁶ Forskningen tegner et klart billede af udviklingen på området. Før 2015 var der blot publiceret fem randomiserede dobbeltblindede studier (RCT'er) med i alt 52 patienter.^{27,28,29,30,31} Mellem 2016 og 2020 kom der yderligere syv med i alt 193 deltagere.^{32,33,34,35,36,37,38} I løbet af de seneste 3 år er der blevet offentliggjort otte RCT'er med i alt 708 deltagere.^{39,40,41,42,43,44,45,46} Der er for nuværende flere større og en lang række mindre kliniske forsøg i gang, som udforsker psykedelikas potentiale for forskellige indikationer.⁴⁷ Også i Danmark er der aktiv forskning i psykedelika ved både Københavns Universitet, Aarhus Universitet, Aalborg Universitet og Syddansk Universitet. Du kan finde mere information om forskningen i psykedelika i Danmark på www.cepda.dk.

IMENS DEN PSYKEDELISKE FORSKNING FORTSAT ER I GANG MED AT ETABLERE OG KVALIFICERE SINE METODER, er industrien buldret derudad. I de senere år er forskningen gået fra at være sponsoreret af filantroper og universiteter til i høj grad at være sponsoreret af medicinalindustrien, venturekapitalister og store børsnoterede firmaer, som nok forsøger at finde de rette metoder til at undersøge psykedelikas potentiale, men som også i høj grad undersøger, hvilke forretningsmetoder der kan give afkast til ejere og investorer. Især de seneste fem år har vi set fremkomsten af en psykedelisk industri, med alt hvad det indebærer. Den forskning, de mennesker og de kulturer, der i starten bar den psykedeliske renæssance, er i stigende grad trængt i baggrunden af individer, som på grund af dybe lommer, gode forbindelser og enkelte psykedeliske oplevelser nu er blevet autoriteter på området. Som modsvar er flere og flere kritiske stemmer begyndt at dukke op i miljøet og i forskningens verden. De sætter bl.a. spørgsmålstegn ved, hvordan det såkaldte *hype* påvirker forskningsresultaterne; hvorvidt nogle skal have lov at patentere og kapitalisere på substanser, der har været brugt af mennesker gennem årtusinder; hvilke uforudsete risici og sociokulturelle konsekvenser der måtte være ved den hastige udbredelse; begrænsningerne ved individualiserede behandlingsprotokoller; hvordan vi kan sikre lige adgang til sundhed for alle; og hvilke former for viden og praksis der bliver skabt, legitimeret og prioriteret frem for andre.

SAMTIDIG ER DE POLITISKE VINDE OG DEN OFFENTLIGE MENING FOR ALVOR BEGYNDT AT VENDE. En lang række substanser har i mange år været afkriminaliseret i Holland og Portugal. I 2021 viste en spørgeundersøgelse, at majoriteten af den britiske befolkning støtter anvendelse af psykedelika til terapeutiske formål.⁴⁸ I USA har Native American Church og visse ayahuasca-kirker i mange år haft ret til at anvende psykedelika til religiøse formål, og i løbet af de seneste år har man i byer som Denver og Oakland samt i staten Oregon afkriminaliseret psilocybin og godkendt det til terapeutisk brug. I Norge havde de sidste år en meget tæt og omdiskuteret afstemning i Stortinget om afkriminalisering af alle stoffer. I juli i år blev psilocybin og MDMA godkendt til behandling i Australien. Fra næste år vil cannabis være lovligt i Tyskland. På europæisk niveau arbejder organisationerne PAREA og Psychedelics EUROPE for fælles europæisk lovgivning og initiativer. Tidligere i år resulterede det i, at Europa-Parlamentet nedsatte en såkaldt *psychedelic action group* bestående af medlemmer fra parlamentet.⁴⁹ Imens vi skriver dette, er der også et europæisk borgerinitiativ med navnet PsychedeliCare under opsejling.

Det bliver spændende at se, hvordan disse mange forskellige interesser, aktører og epistemologier vil spille sammen over de næste år, hvor psykedelika i stadig højere grad vil blive en del af vores samfund. Kan åbenheden, empatien og forbundetheden fra den psykedeliske oplevelse manifesteres i vores dialog og i vores samfundsstruktur?

FOR HVAD ER PSYKEDELIKA EGENTLIG? Er de psykiatriens nye medicinske præparater? Er de værktøjer, som kan hjælpe os til at blive mere kreative, effektive og innovative? Er de hellige sakramenter, der åbner op til en virkelighed hinsides vores normale fatteevne? Er de farlige stoffer, som bør undgås? Er de substanser, som faciliterer relationel forbindelse til natur og medmennesker? Er de det hele eller ingen af delene? Psykedelika lader sig ikke så let klassificere og kategorisere. De er, som historikeren Erik Davis har skrevet, ”hyper-objekter”,⁵⁰ som det kræver en mangfoldighed af perspektiver at kunne forstå.

Når vi bruger ordet ’psykedelika’, bruger vi det oftest til at referere til de **klassiske psykedelika**: DMT (som også er en af de psykoaktive ingredienser i ayahuasca), meskalin (findes i kaktus), psilocybin (findes i svampe) og LSD (et semisyntetisk derivat fra meldrøjer). Disse substanser har nogle fællestræk, som vedrører deres historie, deres kemiske familier, deres neurofarmakologiske virkning, deres fænomenologiske effekt samt deres sikkerhedsprofil. De har en rig kulturel historie. De til-

hører enten de kemiske familier tryptaminer, fenetylaminer eller lysergamider. De virker som agonister på 5HT_{2A}-receptoren. De kan frembringe, hvad der af mange beskrives som mystiske, spirituelle, religiøse eller transpersonlige oplevelser, og de kan samtidig frembringe latente og ubevidste psykodynamiske elementer i bevidstheden. Derudover er de fysiologisk meget sikre at anvende. Der er ikke nogen kendt dødelig dosis for mennesker, og de er ikke fysiologisk vanedannende.

Både den akutte og den langvarige effekt af de klassiske psykedelika er betinget delvist af stof og dosis, men i endnu højere grad af, hvad der i miljøet er kendt som *set & setting*. Ordet '*set*' refererer blandt andet til eksisterende karaktertræk, sindstilstand og forventninger hos personen, der har en psykedelisk oplevelse. '*Setting*' refererer til de umiddelbare omgivelser, hvori oplevelsen finder sted. Det inkluderer bl.a., hvilke mennesker, objekter og musik der er en del af oplevelsen.

I stigende grad har socialpsykologer og antropologer også formået at rette fokus mod det, der kendes som '*matrix*' og det kollektive set & setting. *Matrix* refererer til individets sociale situation og netværk, mens det kollektive set & setting refererer til den sammenlagte sum af de kulturelle faktorer, der omgiver den psykedeliske oplevelse, såsom værdier, overbevisninger, mediedækning, lovgivning, kulturelle strømninger og lignende.

En af de mest rammende beskrivelser af psykedelika er nok som 'uspecifikke forstærkere', der forstørrer og forstærker indholdet af ens oplevelse og perception. Dette har fået blandt andre Stanislav Grof og Alan Watts til at sammenligne psykedelika med et mikroskop eller teleskop for sindet.

Af en række årsager er andre psykoaktive substanser som for eksempel MDMA, ketamin, iboga, cannabis og salvia divinorum også nogle steder kategoriseret som psykedelika, men det er vigtigt at holde sig for øje, at deres virkning på nogle parametre er markant anderledes. Vigtigst er det måske at nævne deres sikkerhedsprofil, som du kan læse mere om senere i denne bog.

UANSET DIN RELATION TIL PSYKEDELIKA STÅR DU NOK MED NOGLE SPØRGSMÅL. Hvis du er potentiel bruger, er du måske i tvivl om, hvorvidt psykedelika kan hjælpe dig? Hvordan du kan anvende dem sikkert? Hvordan du finder en ordentlig facilitator/behandler? Eller hvor du kan lære mere om psykedelika? Er du fagprofessionel, er du måske nysgerrig på, hvordan du kan komme til at arbejde inden for dette vordende felt? For mange, der er engageret i feltet, er det mest presserende

spørgsmål måske: Hvordan kan jeg bedst bidrage til, at psykedelika kan gøre en forskel i en kultur, hvor de fleste endnu slet ikke kender til dem?

Feltet er derudover præget af en række store debatter. Hvordan skaffer man et reelt samtykke fra en person, som skal have en oplevelse, der er svær at forklare? Bør psykiatrien være den eneste sanktionerede og lovlige model for psykedelisk brug? Hvad er psykedelikas profylaktiske potentiale? Bør terapeuters og psykiateres uddannelse ændres, hvis de skal til at arbejde med oplevelser, mange anser for spirituelle og religiøse? Hvilke etiske rammer bør der være for brug, og hvordan får vi udviklet dem? Hvordan sikrer vi folks sikkerhed i et samfund, der har ulovliggjort brugen af psykedelika? Er det retfærdigt, at store virksomheder laver stor profit på at patentere substanser, der til forveksling ligner dem, der kan findes i din baghave? Er det muligt at udvikle ikke-psykedeliske 'psykedelika', som har en terapeutisk effekt? Og hvilke etiske overvejelser indebærer det? 'Et Psykedelisk Danmark' blev samlet for at stimulere samtalen om disse spørgsmål og mange flere.

DE KLASSISKE PSYKEDELIKA ER MEGET MERE END MEDICIN, som de fleste forstår det i vanlig forstand. En af de primære fænomenologiske effekter af psykedelika er 'grænseopløsning'. Alting kan opleves mere flydende og sammenhængende. Grænserne mellem genstande i rummet og mellem den rejsende (subjektet) og omgivelserne (objekter) kan helt forsvinde. Grænser mellem mennesker kan udviskes i et omfang, hvor man kan komme til at føle, at andre kan læse ens tanker, eller føle en dyb empati. Denne effekt virker psykedelika også til at have på samfundets tidsmæssige, rumlige og kulturelle sfære. De bringer discipliner sammen. De bringer mennesker sammen. De faciliterer udveksling, kommunikation og forbindelse på tværs af tid (til oldgamle praksiser og traditioner) og rum (på tværs af kulturer og sociale sfærer). Noget af det mest fascinerende ved at være engageret i det psykedeliske miljø er det væld af på overfladen forskellige mennesker og livshistorier, man får lov at interagere med. For mange mennesker bliver den psykedeliske oplevelse rangeret som en af de vigtigste i deres liv, og det skaber ofte et imperativ til at gå ud og gå i dialog med andre om oplevelsen.

Psykedelika er heller ikke kun noget, der bliver brugt på en hospitaalsstue. Både terapeutisk, spirituel og rekreativ brug findes i mange afarter. Nogle anvender psykedelika i selvorganiserede gruppeceremonier, nogle i isolation i ørkenen eller junglen, nogle på naturvandring i Danmark, nogle til festivaler, og andre til såkaldte raves. Nogle bruger dem til at gøre en fest mere stimulerende, nogle til terapeutiske formål, nogle

til spirituel udforskning, nogle til selvoptimering, nogle til relationelle formål som parterapi eller sammenhængskraft i en gruppe, andre for at lære noget om sig selv og verden. En stor variation af musik, lys, kunst, symbolik, bevægelse, natur og relationer danner baggrund for de forskellige brugsmåder og formål. En af de strukturer, der dog gør sig gældende på tværs af langt den mest udbredte brug, er tilstedeværelsen af en facilitator, tripsitter, shaman, guide eller terapeut, der som minimum sørger for den rejsendes (ordet for den, der har den psykedeliske oplevelse) umiddelbare sikkerhed under oplevelsen. De mange ord for denne person hentyder til, at personen kan varetage en lang række forskellige opgaver fra forberedelse og integration, sang under sessionen til kommunikation med åndeverdenen.

På trods af at vi for nuværende forsøger at integrere psykedelika i vores samfund i nogle af de mest begrænsende, snævre kasser overhovedet – dem, som er sat op af den kliniske forskning, lægemiddelagenturer, medicinalindustrien og det psykiatriske system – virker psykedelika til at undslippe vores evindelige forsøg på kontrol.

PSYKEDELIKA ER IKKE BLOT MEDICIN, EN NY DILLE, ET NYT FORRETNINGSEVENTYR ELLER BLOT MERE 'SELVUDVIKLING'. Psykedelika rammer dybere. De har evnen til at bringe et menneske i kontakt med noget dybere. Noget, det ikke har følt før. Noget, som det måske ikke forstår kognitivt, men samtidig forstår kropsligt, følelsesmæssigt og sjæleligt bedre end noget andet. Mens mange håber, at psykedelika vil have en effekt på den mentale helbredskrise, er der lige så mange, der i psykedelika ser et håb. Et håb om en verden med mindre lidelse, hvor menneskeheden lever mere i harmoni med sig selv og det økosystem, vi er en del af. En verden, hvor vi ikke ødelægger vores eget og mange andre arters biologiske levegrundlag. En verden, hvor vi kommer hinanden mere ved i ægte, nærværende menneskemøder. Enhver rodfæstet brug af psykedelika, som har menneskelig trivsel som formål, bør også indtænke og engagere sig med den kontekst, brugen er indlejret i.

VORES ØNSKE ER, AT DENNE BOG VIL NÆRE HÅBET FOR EN MERE HARMONISK FREMTID. At den formår at tale ind i en større samfundsmæssig og kulturel forandring. Bogen er ikke fyldt med forherligende anekdoter eller idéer om simple løsninger. Den indeholder bidrag fra førende forskere og fagfolk, som alle forsøger at formidle nuancerede perspektiver og samtaler om psykedelika. Det er ikke altid let at

formidle om psykedelika i ord. Det forunderlige mysterie, de åbner op for, lader sig ikke så let fange i lineære og kognitive argumentationsrækker. Ikke desto mindre er disse også nødvendige for udviklingen af en fælles kultur og ramme for psykedelisk brug. Selvom bogen ikke indeholder personlige helingshistorier, er det efterhånden umuligt at se bort fra de mange positive historier, der eksisterer om psykedelika derude. Vores håb er, at bogen her vil være et lille bidrag til, at mange flere vil få muligheden for at mærke mysteriet, mystikken og magien på egen krop, sind og sjæl under ordnede og sikre forhold, i en kultur, som er moden til at støtte det.

Bidragyderne blev bedt om at skrive, hvad de havde på hjerte eller en formidling af deres forskning og deres unikke perspektiv på det psykedeliske felt. Der er derfor en bred spændvidde i bidragene, hvor nogle forekommer mere videnskabelige i deres karakter, andre personlige og andre igen politiske. Bogen blev fremlagt som en formidlingsopgave. De enkelte essays er altså ikke skrevet til forskere, men med et bredt udsnit af befolkningen i tankerne. Bogen kan altså tilgås af langt de fleste læsere. Håbet er at fremvise psykedelikas komplekse, multifacetterede diversitet, som de eksisterer i vores forestillingsevne, i vores måde at tilgå dem på og i vores måde at forstå dem på. Vi har derfor heller ikke forsøgt at begrænse eller standardisere folks sprogbrug. Om man kalder psykedelika for psykedelika, psykedeliske stoffer, psykedeliske substanser, hallucinogener eller enteogener, er et udtryk for mangfoldigheden i tilgange til denne type af psykoaktive substanser.

Selvom denne bog rummer bidrag fra mange af de mest vidende og engagerede på det psykedeliske område i Danmark, må den stadig ansues i det perspektiv, at det psykedeliske felt er helt nyt. Det er først inden for de seneste fem år, at forskning i psykedelika er begyndt at finde fodfæste i Danmark, og der er stadig kun nogle håndfulde forskere og terapeuter, der har beskæftiget sig med psykedelika over en længere årække. Vi må altså forvente og håbe, at vi om 5 år, når vi kigger tilbage på denne bog, er blevet meget klogere.

VI FØLER OS PRIVILEGEREDE over at have overværet og taget del i de faglige samtaler, som er opstået, når de forskellige bidragydere og betalæsere har givet engageret feedback på de forskellige essays. Det er en fantastisk gave at være aktiv i det psykedeliske felt, hvor så mange mennesker engagerer sig med passion, håb og velvilje.

Det har ikke været helt let at skabe den røde tråd, opsætte grænser og opdele mere end tredive essays om nogle substanser, der er karakteri-

seret ved deres grænseopløsende egenskaber. Vi har heller ikke gjort det let for os selv, for den eneste grænse, vi har sat, er vores nationalstats. Bidragene er alle skrevet på dansk og af personer, som på den ene eller anden måde har deres gang i det psykedeliske felt i Danmark. Sted er på den måde blevet den røde tråd, og det forekommer også vigtigt for os i den psykedeliske oplevelse og navigation. Opbyggelige rejser ind i det psykedeliske, i mysteriet, i kosmos og ind i sjælen virker nemlig ofte til at være betinget af en dyb forankring og rodfæstethed i det nære, i de tætte relationer, i sociale netværk – og i jorden, naturen og det geografiske område omkring én. Samtidig er nationalstaten den primære arena for politisk forandring, og der priser vi os lykkelige over at bo i lille Danmark. Der er ikke langt til magthaverne, vi har store frihedsrettigheder i forhold til nærmest alle andre steder på kloden, og vores materielle og økonomiske velstand gør det muligt at være innovative og progressive i vores løsninger og udvikling. Findes der et bedre sted at skubbe lidt til grænserne og udvikle en ny psykedelisk kultur?

Psykedelika giver os en mulighed for inderligt at gentænke vores relation til, og ansvar for, os selv, vores medmennesker, jorden og andre levende væsener. For virkelig at gribe denne mulighed og dens potentiale kræver det, at vi begynder at tænke i tilgange, som ikke er begrænset til individet, hjernen, klinikken og professionaliserede relationer.

Vi håber, I vil nyde en bevidsthedsudvidende rejse gennem Et Psykedelisk Danmark.

Kevin Mikkelsen og Benjamin Christensen

1. DR. (2021). *Indefra med Anders Agger: Sæson 8 – Trip*. Retrieved September 13, 2023, from https://www.dr.dk/drtv/episode/indefra-med-anders-agger_-trip_278288.
2. DR. (2020). *På syretrip med Peter Lund Madsen*. Retrieved September 13, 2023, from https://www.dr.dk/drtv/program/paa-syretrip-med-peter-lund-madsen_218280.
3. Bengtsen, K. S. (2020, October 5). *Casper Christensen i Vild afsøring: "MDMA-terapi reddede mit liv."* www.bt.dk. <https://www.bt.dk/kendte/casper-christensen-i-vild-afsloering-mdma-terapi-reddede-mit-liv>
4. Kühn, S. W., & Habel, L. L. (2023, September 9). *Han Har købt vodka og kokain for én million kroner om året. nu er jokeren en forvandlet mand. Siger Han*. Berlingske.dk. <https://www.berlingske.dk/eksistens/han-har-koebt-vodka-og-kokain-for-en-million-kroner-om-aaret-nu-er>
5. Vaaben, L. (2019, May 1). *"Psykedeliske Stoffer – Det er Min Boldgade."* Information. <https://www.information.dk/moti/2018/02/psykedeliske-stoffer-boldgade>
6. Arnedal, P. (2023, August 8). *Nikolaj Cederholm: Psykedeliske Stoffer Har gavnet MiG*. POV. <https://pov.international/nikolaj-cederholm-psykedeliske-stoffer-gavnet/>
7. Nielsen, E. Ø. (2023, March 28). *Terapeut giver "magiske" svampe til familiefædre: Tilbyder en Mystisk oplevelse med Ulovlige Stoffer*. Avisen Danmark. <https://avisendanmarck.dk/danmark/terapeut-giver-magiske-svampe-til-familiefaedre-og-karrieremennesker-man-skal-ikke-have-en-forventning-om-en-pille-der-loeser-dit-problem>
8. Langberg, M., & Springborg, O. (2021, November 24). *Terapi med ulovlige stoffer vinder frem: - jeg har lange ventelister, siger MDMA-terapeut*. nyheder.tv2.dk. <https://nyheder.tv2.dk/samfund/2021-10-07-terapi-med-ulovlige-stoffer-vinder-frem-jeg-har-lange-ventelister-siger-mdma>
9. Keyes, K. M., & Patrick, M. E. (2023). Hallucinogen use among young adults ages 19–30 in the United States: Changes from 2018 to 2021. *Addiction*. <https://doi.org/10.1111/add.16259>
10. Grof, S. (1980). *LSD-psykoterapi i teori og praksis*. Borgen forlag.
11. Huxley, A. (1954). *The doors of perception*. Harper Perennial.
12. Wasson, R. G. (1957). *Seeking the magic mushroom*. Seeking the Magic Mushroom . <http://www.psychodelic-library.org/lifep2.htm>
13. Hartogssohn, I. (2020). *American trip: Set, setting, and the psychedelic experience in the Twentieth Century*. The MIT Press.
14. Muraresku, B. C. (2020). *The Immortality Key: The Secret History of the Religion with No Name*. Macmillan USA.
15. Miceli McMillan, R. (2021). Global bioethical challenges of medicalising psychedelics. *Journal of Psychedelic Studies*, 5(2), 57–64. <https://doi.org/10.1556/2054.2021.00188>
16. Devenot, N., Conner, T., & Doyle, R. (2022). Dark side of the shroom: Erasing indigenous and counterculture wisdoms with psychedelic capitalism, and the Open Source Alternative. *Anthropology of Consciousness*, 33(2), 476–505. <https://doi.org/10.1111/anoc.12154>
17. Larsen, A. F. (1985). *De Sprængte Sind*. Informations Forlag.
18. Lee, M. A., & Shlain, B. (1994). *Acid dreams: The Complete Social History of LSD: The CIA, the sixties, and beyond*. Grove Press.
19. Pollan, M. (2019). *How to change your mind: What the new science of psychedelics teaches us about consciousness, dying, addiction, depression, and transcendence*. Penguin Books.
20. Noorani, T. (2020). *The Pollan effect: Psychedelic research between world and word*. Society for Cultural Anthropology. <https://culanth.org/fieldsights/the-pollan-effect-psychedelic-research-between-world-and-word>
21. Griffiths, R. R., Richards, W. A., McCann, U., & Jesse, R. (2006). Psilocybin can occasion mystical-type experiences having substantial and sustained personal meaning and spiritual significance. *Psychopharmacology*, 187(3), 268–283. <https://doi.org/10.1007/s00213-006-0457-5>
22. Goodwin, G. M., Aaronson, S. T., Alvarez, O., Arden, P. C., Baker, A., Bennett, J. C., Bird, C., Blom, R. E., Brennan, C., Brusch, D., Burke, L., Campbell-Coker, K., Carhart-Harris, R., Cattell, J., Daniel, A., DeBattista, C., Dunlop, B. W., Eisen, K., Feifel, D., Malievskaia, E. (2022). Single-dose psilocybin for a treatment-resistant episode of Major Depression. *New England Journal of Medicine*, 387(18), 1637–1648. <https://doi.org/10.1056/nejmoa2206443>
23. Raison, C. L., Sanacora, G., Woolley, J., Heinzerling, K., Dunlop, B. W., Brown, R. T., Kakar, R., Hassman, M.,

- Trivedi, R. P., Robison, R., Gukasyan, N., Nayak, S. M., Hu, X., O'Donnell, K. C., Kelmendi, B., Sloshower, J., Penn, A. D., Bradley, E., Kelly, D. F., Griffiths, R. R. (2023). Single-dose psilocybin treatment for major depressive disorder. *JAMA*, 330(9), 843. <https://doi.org/10.1001/jama.2023.14530>
24. Mitchell, J. M., Bogenschutz, M., Lilienstein, A., Harrison, C., Kleiman, S., Parker-Guilbert, K., O'Alora G., M., Garas, W., Paleos, C., Gorman, I., Nicholas, C., Mithoefer, M., Carlin, S., Poulter, B., Mithoefer, A., Quevedo, S., Wells, G., Claire, S. S., van der Kolk, B., Doblin, R. (2021). MDMA-Assisted therapy for severe PTSD: A randomized, double-blind, placebo-controlled phase 3 study. *Nature Medicine*, 27(6), 1025–1033. <https://doi.org/10.1038/s41591-021-01336-3>
25. Griffiths, R. R., Johnson, M. W., Carducci, M. A., Umbricht, A., Richards, W. A., Richards, B. D., Cosimano, M. P., & Klinedinst, M. A. (2016). Psilocybin produces substantial and sustained decreases in depression and anxiety in patients with life-threatening cancer: A randomized double-blind trial. *Journal of Psychopharmacology*, 30(12), 1181–1197. <https://doi.org/10.1177/0269881116675513>
26. Bogenschutz, M. P., Ross, S., Bhatt, S., Baron, T., Forcehimes, A. A., Laska, E., Mennenga, S. E., O'Donnell, K., Owens, L. T., Podrebarac, S., Rotrosen, J., Tonigan, J. S., & Worth, L. (2022). Percentage of heavy drinking days following psilocybin-assisted psychotherapy vs placebo in the treatment of adult patients with alcohol use disorder. *JAMA Psychiatry*, 79(10), 953. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2022.2096>
27. Bouso, J. C., Doblin, R., Farré, M., Alcázar, M. Á., & Gómez-Jarabo, G. (2008). MDMA-assisted psychotherapy using low doses in a small sample of women with chronic posttraumatic stress disorder. *Journal of Psychoactive Drugs*, 40(3), 225–236. <https://doi.org/10.1080/02791072.2008.10400637>
28. Grob, C. S., Danforth, A. L., Chopra, G. S., Hagerty, M., McKay, C. R., Halberstadt, A. L., & Greer, G. R. (2011). Pilot study of psilocybin treatment for anxiety in patients with advanced-stage cancer. *Archives of General Psychiatry*, 68(1), 71. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2010.116>
29. Mithoefer, M. C., Wagner, M. T., Mithoefer, A. T., Jerome, L., & Doblin, R. (2010). The safety and efficacy of $\pm$ 3,4-methylenedioxymethamphetamine-assisted psychotherapy in subjects with chronic, treatment-resistant posttraumatic stress disorder: The first randomized controlled pilot study. *Journal of Psychopharmacology*, 25(4), 439–452. <https://doi.org/10.1177/0269881110378371>
30. Oehen, P., Traber, R., Widmer, V., & Schnyder, U. (2012). A randomized, controlled pilot study of MDMA ($\pm$ 3,4-methylenedioxymethamphetamine)-assisted psychotherapy for treatment of resistant, chronic post-traumatic stress disorder (PTSD). *Journal of Psychopharmacology*, 27(1), 40–52. <https://doi.org/10.1177/0269881112464827>
31. Gasser, P., Holstein, D., Michel, Y., Doblin, R., Yazar-Klosinski, B., Passie, T., & Brenneisen, R. (2014). Safety and efficacy of lysergic acid diethylamide-assisted psychotherapy for anxiety associated with life-threatening diseases. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 202(7), 513–520. <https://doi.org/10.1097/nmd.0000000000000113>
32. Griffiths, R. R., Johnson, M. W., Carducci, M. A., Umbricht, A., Richards, W. A., Richards, B. D., Cosimano, M. P., & Klinedinst, M. A. (2016). Psilocybin produces substantial and sustained decreases in depression and anxiety in patients with life-threatening cancer: A randomized double-blind trial. *Journal of Psychopharmacology*, 30(12), 1181–1197. <https://doi.org/10.1177/0269881116675513>
33. Ross, S., Bossis, A., Guss, J., Agin-Lieb, G., Malone, T., Cohen, B., Mennenga, S. E., Belser, A., Kalliontzis, K., Babb, J., Su, Z., Corby, P., & Schmidt, B. L. (2016). Rapid and sustained symptom reduction following psilocybin treatment for anxiety and depression in patients with life-threatening cancer: A randomized controlled trial. *Journal of Psychopharmacology*, 30(12), 1165–1180. <https://doi.org/10.1177/0269881116675512>
34. Mithoefer, M. C., Mithoefer, A. T., Feduccia, A. A., Jerome, L., Wagner, M., Wymer, J., Holland, J., Hamilton, S., Yazar-Klosinski, B., Emerson, A., & Doblin, R. (2018). 3,4-methylenedioxymethamphetamine (MDMA)-assisted psychotherapy for post-traumatic stress disorder in military veterans, firefighters, and police officers: A randomised, double-blind, dose-response, phase 2 clinical trial. *The Lancet Psychiatry*, 5(6), 486–497. [https://doi.org/10.1016/s2215-0366\(18\)30135-4](https://doi.org/10.1016/s2215-0366(18)30135-4)
35. O'Alora G, M., Grigsby, J., Poulter, B., Van Derveer, J. W., Giron, S. G., Jerome, L., Feduccia, A. A., Hamilton, S., Yazar-Klosinski, B., Emerson, A., Mithoefer, M. C., & Doblin, R. (2018). 3,4-methylenedioxymethamphetamine-assisted psychotherapy for treatment of chronic posttraumatic stress disorder: A randomized phase 2 controlled trial. *Journal of Psychopharmacology*, 32(12), 1295–1307. <https://doi.org/10.1177/0269881118806297>
36. Danforth, A. L., Grob, C. S., Struble, C., Feduccia, A. A., Walker, N., Jerome, L., Yazar-Klosinski, B., & Emerson, A. (2018). Reduction in social anxiety after MDMA-assisted psychotherapy with autistic adults: A randomized, double-blind, placebo-controlled pilot study. *Psychopharmacology*, 235(11), 3137–3148. <https://doi.org/10.1007/s00213-018-5010-9>
37. Palhano-Fontes, F., Barreto, D., Onias, H., Andrade, K. C., Novaes, M. M., Pessoa, J. A., Mota-Rolim, S. A., Osório, F. L., Sanches, R., dos Santos, R. G., Tófoli, L. F., de Oliveira Silveira, G., Yonamine, M., Riba, J., Santos, F. R., Silva-Junior, A. A., Alchieri, J. C., Galvão-Coelho, N. L., Lobão-Soares, B., ... Araújo, D. B. (2018). Rapid antidepressant effects of the psychedelic ayahuasca in treatment-resistant depression: A randomized placebo-controlled trial. *Psychological Medicine*, 49(4), 655–663. <https://doi.org/10.1017/s0033291718001356>
38. Wolfson, P.E., Andries, J., Feduccia, A.A. *et al.* MDMA-assisted psychotherapy for treatment of anxiety and other psychological distress related to life-threatening illnesses: a randomized pilot study. *Sci Rep* 10, 20442 (2020).

39. Davis, A. K., Barrett, F. S., May, D. G., Cosimano, M. P., Sepeda, N. D., Johnson, M. W., Finan, P. H., & Griffiths, R. R. (2021). Effects of psilocybin-assisted therapy on major depressive disorder. *JAMA Psychiatry*, 78(5), 481. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2020.3285>
40. Schindler, E. A., Sewell, R. A., Gottschalk, C. H., Luddy, C., Flynn, L. T., Lindsey, H., Pittman, B. P., Cozzi, N. V., & D'Souza, D. C. (2020). Exploratory controlled study of the migraine-suppressing effects of psilocybin. *Neurotherapeutics*, 18(1), 534–543. <https://doi.org/10.1007/s13311-020-00962-y>
41. Carhart-Harris, R., Giribaldi, B., Watts, R., Baker-Jones, M., Murphy-Beiner, A., Murphy, R., Martell, J., Blemings, A., Erritzoe, D., & Nutt, D. J. (2021). Trial of psilocybin versus escitalopram for depression. *New England Journal of Medicine*, 384(15), 1402–1411. <https://doi.org/10.1056/nejmoa2032994>
42. Mitchell, J. M., Bogenschutz, M., Lilienstein, A., Harrison, C., Kleiman, S., Parker-Guilbert, K., Ot'alora G., M., Garas, W., Paleos, C., Gorman, I., Nicholas, C., Mithoefer, M., Carlin, S., Poulter, B., Mithoefer, A., Quevedo, S., Wells, G., Klaire, S. S., van der Kolk, B., ... Doblin, R. (2021). MDMA-Assisted therapy for severe PTSD: A randomized, double-blind, placebo-controlled phase 3 study. *Nature Medicine*, 27(6), 1025–1033. <https://doi.org/10.1038/s41591-021-01336-3>
43. Bogenschutz, M. P., Ross, S., Bhatt, S., Baron, T., Forcehimes, A. A., Laska, E., Mennenga, S. E., O'Donnell, K., Owens, L. T., Podrebarac, S., Rotrosen, J., Tonigan, J. S., & Worth, L. (2022). Percentage of heavy drinking days following psilocybin-assisted psychotherapy vs placebo in the treatment of adult patients with alcohol use disorder. *JAMA Psychiatry*, 79(10), 953. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2022.2096>
44. Goodwin, G. M., Aaronson, S. T., Alvarez, O., Arden, P. C., Baker, A., Bennett, J. C., Bird, C., Blom, R. E., Brennan, C., Brusch, D., Burke, L., Campbell-Coker, K., Carhart-Harris, R., Cattell, J., Daniel, A., DeBattista, C., Dunlop, B. W., Eisen, K., Feifel, D., ... Malievskaia, E. (2022). Single-dose psilocybin for a treatment-resistant episode of Major Depression. *New England Journal of Medicine*, 387(18), 1637–1648. <https://doi.org/10.1056/nejmoa2206443>
45. Raison, C. L., Sanacora, G., Woolley, J., Heinzerling, K., Dunlop, B. W., Brown, R. T., Kakar, R., Hassman, M., Trivedi, R. P., Robison, R., Gukasyan, N., Nayak, S. M., Hu, X., O'Donnell, K. C., Kelmendi, B., Slushower, J., Penn, A. D., Bradley, E., Kelly, D. F., ... Griffiths, R. R. (2023). Single-dose psilocybin treatment for major depressive disorder. *JAMA*, 330(9), 843. <https://doi.org/10.1001/jama.2023.14530>
46. Mitchell, J.M., Bogenschutz, M., Lilienstein, A. *et al.* MDMA-assisted therapy for severe PTSD: a randomized, double-blind, placebo-controlled phase 3 study. *Nat Med* 27, 1025–1033 (2021). <https://doi.org/10.1038/s41591-021-01336-3>
47. Psychedelic Alpha. (2023). *Psychedelics Drug Development Tracker*. Psychedelic Alpha. <https://psychedelicalpha.com/data/psychedelic-drug-development-tracker>
48. Drug Science. (2022, April 6). *YouGov Results - Is the UK Ready to Reschedule Psilocybin?*. <https://www.drugscience.org.uk/uk-psilocybin-support-yougov-poll/>
49. PAREA. (2023). *MEP Action Group for the medical use of psychedelics*. mep action group. <https://parea.eu/mep-action-group>
50. Davis, E. (2018a, August 27). The future of psychedelic culture and discourse. Technosis. <https://technosis.com/the-future-of-psychedelic-culture/>