

MØDET MED DRAGEN – TRAUMER OG ARKETYPISKE FORSVAR I PSYKEDELISKE OPLEVELSER

af Emil Grinder-Hansen

Emil Grinder-Hansen er uddannet psykolog fra Københavns Universitet. Han har skrevet speciale i jungiansk dybdepsykologi og psykedeliske oplevelser med fokus på heling af traumer. Derudover er han psykoterapeut under uddannelse på Vedfelt Institutet. Han har egen psykoterapeutisk praksis, hvor han tilbyder psykedelisk integrationsterapi ud fra en integrativ metode, der kombinerer samtalerapi med bl.a. drømmearbejde, gestaltterapi, meditative teknikker, tegnerapi og kropsterapi.

Som lovgivningen i Danmark er nu, er det ikke muligt at få en substans-foranlediget psykedelisk oplevelse, medmindre man selv arrangerer det, opsøger en undergrundsterapeut eller er en af de få udvalgte forsøgspersoner til forskningsprojekterne inde på Rigshospitalet. Forhåbentligt når vi en dag et sted hen, hvor psykedelisk terapi bliver lovlig, således at psykoterapeuter og psykologer som jeg selv kan efteruddannes og dygtiggøres i at facilitere så ansvarlige og virkningsfulde terapeutiske oplevelser som muligt. Min egen psykedeliske oplevelse, "Mødet med dragen", som jeg præsenterer i dette bidrag, har jeg selv måttet arrangere, fordi lovgivningen ikke tillader at indtage psykedeliske substanser i en professionel terapeutisk kontekst. Imens vi venter på godkendelsen af professionel psykedelisk terapi, må vi nøjes med at tilbyde psykedelisk integrationsterapi, hvor vi som behandlere kan være med på side-linjen før og efter den psykedeliske oplevelse og assistere processen bedst muligt. Psykedelisk integrationsterapi er et underudviklet felt, og jo mere viden og erfaringer fra forskellige praktiske og teoretiske tilgange, vi kan samle, jo bedre er vi stillet med hensyn til at maksimere de gavnlige virkninger og minimere eventuelle skadelige effekter af oplevelserne. Hvis ikke vi som psykedeliske terapeuter kender processerne indefra, vil vi kun kunne tilbyde begrænset hjælp. Det er af samme årsag, at vi som psykologer har konceptet autorisation, der er med til at sikre, at psykologen selv har gjort sig erfaring med terapeutiske processer. Egenterapi er ligeledes en integreret del af psykoterapeutiske uddannelser godkendt af Dansk Psykoterapeutforening. Det er med andre ord i forvejen en alment udbredt forståelse inden for terapeutverdenen, at vi

ikke kan lede andre ned ad stier, som vi ikke selv har betrådt, hvorfor denne logik også bør inkludere erfaringer med ændrede bevidsthedstilstande.

Den schweiziske psykiater Carl Gustav Jungs analytiske psykologi kan berige forståelsen af psykedeliske oplevelser ved at tilføje en dybde og kompleksitet til det fælles professionelle kliniske sprog for oplevelsen og processerne, der stadigvæk er i deres spæde stadie. Jungs psykologi tilbyder en nøgle til at forstå psykedeliske oplevelser, fordi psykedeliske substanser åbner op til de samme niveauer af det ubevidste, som Jung beskrev i sin teori. Min egen oplevelse, der præsenteres på de følgende sider, er et eksempel på, hvordan der kan være betydeligt overlap mellem drømme og visioner, som Jung beskæftigede sig med, og det billedlige og narrative indhold af en psykedelisk oplevelse. I dette bidrag vil jeg give et jungiansk perspektiv på psykedeliske oplevelser i håb om at kunne genetablere forbindelsen mellem dybdepsykologi og psykedelika, der var etableret i den psykedeliske terapibegyndelse i 1950'erne og 1960'erne, men som er gået delvist tabt i den nye forskningsbølge.^{1,2,3,4,5} Jeg skriver *delvist*, da der allerede eksisterer dybdepsykologisk-inspirerede tilgange, der er anerkendt i den psykedeliske forskning. Dette gælder både Carhart-Harris' "*Entropic Brain Theory*"^{6,7} og den terapeutiske retning "*Internal Family Systems Therapy*"⁸ (IFS), der ligesom jungiansk teori også har delpersonligheder som omdrejningspunktet for deres personlighedsmodel.

Særligt kan den jungianske analytiker Donald Kalscheds teori om det indre arketypiske Selv-beskyttende system^{9,10} give et bidrag til forståelsen af de dissociative forsvar, der kan komme til udtryk i psykedeliske oplevelser. Umiddelbart efter mit eget "møde med dragen" stødte jeg på Kalsched, og jeg blev betaget over, med hvilken præcision teorien kunne anvendes som forståelsesramme for centrale dele af min oplevelse. Kalscheds teori beskriver den indre traumeverden, som ofre for især tidlige svigt og krænkelser i barndommen lider af gennem hele livet. I forbindelse med traumat kan arketypiske forsvar bryde ind og beskytte barnet, således at de følelser, der ellers var for overvældende for barnet, fraspaltes og gemmes i en form for tidslomme, hvor de venter på at blive mødt fra et mere rummeligt sted. Traumearbejde spiller i forvejen en stor rolle i den psykedeliske renæssance – både i forskningen og hos undergrundsterapeuterne.¹¹ Kalscheds perspektiv vil være et værdifuldt bidrag som forståelsesramme for de traumatiske episoder, der kan dukke op i arkety-

pisk personificeret form i psykedeliske oplevelser som for eksempel en dæmon, en øksemorder, en heks eller – som i min egen oplevelse – en drage.

MØDET MED DRAGEN

Oplevelsen var min første erfaring med psilocybinsvampe i terapeutisk øjemed. Den fandt sted liggende med bind for øjnene samt en spillelise sammensat efter faserne i den psykedeliske oplevelse, som der har været tradition for i over et halvt århundrede siden første bølge af psykedelisk forskning og terapi.¹² Nedskrivningen af oplevelsen er præsenteret i mindre stykker med relevante teoretiske og terapeutiske kommentarer ved hvert stykke.

DEL I: Ved foden af dragebjerget

Det er tid til at møde en drage, der holder til i den fjerne ende af en bjergkæde, som jeg befinder mig i. Den har en skat, der tilhører mig (...) Jeg er nu ved foden af dragebjerget. Der fører en sti op til en kæmpemæssig port i bjerget. Hundredvis – hvis ikke tusindvis – af skeletter og rådne lig ligger på hver side af stien (...) Det går op for mig, at jeg bliver nødt til at dø for at kunne møde dragen. Jeg lægger mig ned og giver mig hen til processen. Liggende på sorte vulkansten blandt skeletter, rådne lig og en forfærdelig stank forårsaget af en kombination af ligene og svovlen fra vulkanen, rådner jeg langsomt væk (...) Efter noget tid genfødes jeg på ny og udforsker med nysgerrighed, forundring og latter min nye krop. Efter jeg er blevet bekendt med den, går turen videre mod dragens hule.

MYTEN, DRØMMEN OG PSYKEDELISKE VISIONER

I første del af oplevelsen introduceres som i en anden god myte, eventyr eller drøm et mytopoetisk univers, hvor der er et problem, der skal løses: Der er en drage, og den har en skat, der tilhører mig. Dette stemmer overens med Jungs beskrivelse af visioner som ”intet andet end en drøm, der er brudt igennem ind i den vågne tilstand”.¹³ Jung benyttede sig ikke af psykedeliske substanser, men derimod sin egen metode til at gå i dialog med indre billeder kaldet aktiv imagination.¹⁴ Imidlertid er det ud fra et jungiansk perspektiv underordnet, om de indre billeder er tilgået via drømme, visioner eller psykedeliske oplevelser, da det hele kan forstås som ubevidst materiale, der er blevet gjort tilgængeligt for bevidstheden.¹⁵ Ovenstående er ligeledes et godt eksempel på den be-

rømte professor i mytologi Joseph Campbells udtalelse om, at ”myten er den offentlige drøm, og drømmen er den private myte”.¹⁶ Første del eksemplificerer således, hvordan myter, drømme og psykedeliske visioner alle kommer fra det samme sted i psyken, idet de har den samme fænomenologiske udtryksform som dramaer, der udspiller sig i et symbolmættet mytopoetisk univers. De kommer alle fra et dybt lag i psyken, som Jung for over 100 år siden betegnede med sit begreb om *det kollektive ubevidste*.¹⁷ Beboerne af det kollektive ubevidste er arketyperne, der af Jung selv er blevet beskrevet som ’sjælens organer’.¹⁸ Arketyperne indeholder ifølge Jung det psykologiske indhold, som vi hver især har arvet fra vores evolutionære fortid, og som vi derfor deler med alle andre mennesker.¹⁹ De kommer til udtryk som motiver og mønstre for almenmenneskelige ideer og handlinger, som vi kender i deres reneste former fra religion, myter og eventyr. Ved indtagelse af psykedeliske substanser kan vi, som det fremgår af min oplevelse, risikere at blive konfronteret med de dybe arketypiske lag af det ubevidste og pludselig være midt i at udleve vores egen private myte. Den amerikanske eksistentielle psykolog Rollo May har i sin bog ”Myte og eksistens” beskrevet vigtigheden af at skabe vores egen myte i dag for at finde mening i tilværelsen. Ifølge May refererer myterne til selve kernen af den menneskelige erfaringsverden, der sikrer mening og betydning i tilværelsen.²⁰ Myterne er således afgørende for at holde sjælen levende og bibringe os ny mening i en vanskelig og ofte meningsløs verden. Hvis man skal tro på May, giver det at finde ens egen private myte dermed en løsning på den meningskrise, som det nutidige menneske så ofte står over for. Som det fremgår af min oplevelse, kan psykedeliske rejser bidrage til denne proces ved at åbne den lille skjulte dør i psyken, der fører til opdagelsen af vores eget indre epos.

DØDSPROCESSER OG DEN SYMBOLSKE INDSTILLING

Min død og genfødsel i del I kan forstås som en markering af det, som Jung har beskrevet som ”en sænkning af bevidsthedens tærskelniveau” grundet en ”reduceret intensitet af bevidstheden”, så en større andel af det ubevidste materiale kan bevidstgøres.²¹ Med andre ord finder en dis-identifikation med den mere rationelle hverdagsbevidsthed sted, så en ændret bevidsthedstilstand kan overtage. Denne form for død-genfødsel er en arketypisk transformationssymbolik, der kommer metaforisk til udtryk i psykedeliske oplevelser. Hvis ikke den rejsende har det for øje, kan det være svært at give sig hen til det ubevidste materiale, der, som Jung har beskrevet, ”strømmer som fra åbnede sidesluser ind i

bevidsthedsfeltet”.²² I så fald kan oplevelsen hurtigt udvikle sig til et såkaldt *'bad trip'*. Vi skal med andre ord kunne have en symbolsk indstilling for at kunne forstå symbolske dødsprocesser – og indhold fra det ubevidste generelt. Det er en kerneantagelse inden for dybdepsykologien, at der er en mening med galskaben i de indre billeder, hvis vi betragter dramaet med symbolske linser. Der er således en indre logik i processerne, selvom de har et mytopoetisk udtryk med usædvanligt, eksotisk, surrealistisk eller endda grotesk indhold. Fænomenet er også velkendt inden for den psykedeliske forskning, hvor det blandt andet er beskrevet som en ængstelighed forbundet med den indledende fase af rejsen eller som *'ego-død'*.²³ Det er lettere at give sig hen til en sådan symbolsk dødsproces vel vidende, at det er et arketypisk motiv, og at andre har gjort det samme før. Det er helt essentielt, at terapeuten er forberedt på dette, hvorfor opøvelsen af en symbolsk indstilling efter min mening bør være en del af den fremtidige uddannelse af psykedeliske terapeuter – for eksempel gennem drømmearbejde. Jeg selv havde forinden lært at kende forskel på den symbolske og bogstavelige betydning af dødsprocessen i min oplevelse, fordi jeg har arbejdet med mine egne drømme fra en tidlig alder. Dette kan også være med til at forklare, hvorfor min oplevelse i så høj grad er præget af et sammensat mytopoetisk narrativ. Min erfaring som psykedelisk integrationsterapeut er, at ikke alle har psykedeliske rejser med tilsvarende symbolsk indhold, idet de også kan bestå af udelukkende kropslige og emotionelle tilstande uden tilknyttede billeder. Imidlertid er der en tendens til, at mytopoetisk indhold bliver tilgængeligt for bevidstheden under den psykedeliske oplevelse, i takt med at klienten begynder at arbejde med sine drømme og indre billeder.

DEL II: *I dragens hule*

Inde i hulen møder jeg dragen i mørket (...) Det isner ned ad ryggen (...) I mørket kan jeg se dens brændende gule øjne og sorte skæl. Jeg er rædselsslagen (...) Min fornemmelse er, at skatten er i dragens mave. Jeg tager mod til mig, kigger den lige i øjnene og siger: ”Du er ikke en rigtig gud!” Dragen fnyser ad mig. Mig: ”Hvis du var en rigtig gud, så ville du kunne sluge mig hel, uden jeg kom noget til.” Dragen: ”DET KAN JEG SAGTENS! DET HAR JEG GJORT FØR.” Mig: ”Så bevis det.” Dragen sluger mig hel.

DEN DOBBELTE BEVIDSTHED OG SELVETS ARKETYPE

I ovenstående stykke konfronteres dragen. Med brug af snuhed får jeg

overtalt den til at sluge mig levende, så jeg kan nærme mig dens skat i maven. Læseren vil måske undre sig over min beslutning om at gå i dialog med dragen og ikke mindst mine ordvalg i del II. Det gjorde jeg i hvert fald selv. Man kunne få indtrykket af, at jeg er vant til at tale med drager, eller at jeg har haft en instruktionsmanual for, hvordan man skal tiltale dem. Selvom det måske også kunne have været brugbart, er det ikke tilfældet. Jeg har imidlertid beskæftiget mig med drømme og visioner samt benyttet mig af den jungianske metode kaldet aktiv imagination, der opfordrer udøveren til at gå i dialog med det personificerede psykiske indhold, som jeget konfronteres med i det ubevidste.²⁴ Desuden har jeg forinden kendt til de instruktioner, som bliver givet til forsøgspersonerne under studierne i psilocybinsvampe på *Johns Hopkins University*, hvor de bliver instrueret i: "Hvis du ser en dør, så gå ind ad den. Hvis du ser et væsen, så vær nysgerrig og åben".^{25,26} Imidlertid kan det ikke forklare min måde at tiltale dragen på samt den intuitive fornemmelse af, at jeg skulle sluges levende af den. Vi kender det fra vores drømme, hvor vi kan finde på at sige eller gøre noget, som vi til hverdag aldrig ville kunne finde på. I ovenstående oplevelse havde jeg både en bevidnende hverdagsbevidsthed samt en anden ændret bevidsthed, der også var styret af noget andet. En del af mig siger: "*Du er ikke en rigtig gud!*", som var det det mest almindelige i verden, imens den bevidnende del er ved at tabe kæben af forundring og forsøger at følge med i det indre drama, der udspiller sig. Denne form for dobbelt bevidsthed kendes fra både meditative tilstande og psykedeliske oplevelser, hvilket også er beskrevet i forskningslitteraturen.²⁷ Dette *andet*, der styrer jeget i oplevelsen, kunne ud fra et jungiansk perspektiv forklares med *Selvets* arketype. Selvet er arketyperen for psykens totalitet, der altid søger at bringe personligheden mod en større helhed.²⁸

I del II er det, som om jeg bliver vejledt af en højere bevidsthed, der i den ændrede bevidsthedstilstand taler gennem mig og siger og gør lige præcis det, der skal til for at blive bragt videre i processen. Dette sker løbende i oplevelsen i situationer, hvor jeg står over for udfordringer. I den psykedeliske litteratur er denne form for højere bevidsthed beskrevet som den 'indre helende intelligens'.²⁹ Når jeg taler og handler i oplevelsen, er der med andre ord tale om et grænseland mellem noget, der sker, og noget, som jeg gør. En del af mig er styret af min vågne bevidsthed, og en anden del af mig ledes af den indre helende intelligens eller af det, som psykoterapeut Ole Vedfelt har betegnet 'den ubevidste intelligens'.³⁰

Min oplevelse eksemplificerer således, hvordan psykedeliske rejser

er præget af noget både indefra og udefra. Der er tale om et kompliceret samspil mellem min egen biografi og erfaringer fra et fællesmenneskeligt lag af psyken. Mellem det personlige og det arketypiske. Af samme årsag kan indholdet af oplevelsen godt stå i modsætning til ens verdensbillede.

DEL III: *I dragens mave*

Jeg er i dragens mave. Det er hvidt og tåget. Jeg møder mig selv på 10 år og omfavner ham. Det må være skatten, som jeg leder efter. Han fortæller, at Emil 4 år også er hernede et sted. Mit 10-årige Jeg har hørt ham græde (...) Jeg tager Emil 10 år i hånden, og sammen leder vi efter Emil 4 år ...

Perspektivet skifter nu, så jeg er Emil 4 år, der vandrer hvileløst og grædende rundt i den hvide tåge. Pludselig ser jeg to skikkelser i det fjerne, og jeg går hen imod dem. Det er to ældre versioner af mig selv – Emil 10 år og den voksne Emil. De omfavner mig begge, og jeg mærker en tryghed og ro.

DE INDRE BØRN OG TRAUMER

I denne del af oplevelsen afsløres 'skatten', der består af de to yngre delpersonligheder, Emil 10 år og Emil 4 år, der er fanget i dragens mave. Børnene kan ud fra Kalscheds teori forstås som personifikationer af traumatiske oplevelser i barndommen, der er blevet fraspaltet fra bevidstheden, men som jeg er kommet i kontakt med under oplevelsen. Med Kalscheds begreber er der tale om 'uskyldige' eller 'ukrænkelige' dele af personligheden, der har været fraspaltede og bevarede i et vellykket forsøg på at skåne bevidstheden for de overvældende følelser, der er relateret til traumatiske oplevelser.^{31,32} Konsekvensen af fraspaltningen er, at de indre børn har været afskåret fra verden i en form for tidslomme i dragens mave, hvor de ikke har udviklet sig.

DEL IV: *Befrielse fra dragens mave*

Perspektivet skifter tilbage til mig selv som voksen, og jeg sidder med de to børn i en hvid tåge i dragens mave. Jeg ved, at vi skal ud igen, og jeg ved, at noget i mig ved hvordan, men jeg kan ikke komme i kontakt med den del (...) Jeg sætter mig og mediterer. Efter længere tids meditation på åndedrættet går det pludselig op for mig, at jeg kan kommunikere med dragen. Jeg siger til den: "Enhver kan sluge

mennesker hele, men kun en rigtig gud kan spytte dem ud uskadte.” Dragen: ”DEN FALDER JEG IKKE FOR. I BLIVER I MIN MAVE.” Mig: ”Hvorfor dog? Hvis du er så almægtig, som du påstår, så kan du jo altid spise os eller brænde os, hvis vi prøver på at stikke af. Vi er ingen trussel.” Dragen kaster os alle tre op for at bevise dens magt.

BEVIDSTHEDENS FUNKTION I HELING AF TRAUMET

Ovenstående afsnit peger ind i et mytisk tema kendt som ’nedstigningen i underverdenen’, der praktisk talt er universelt: Helten, der sluges, ender i monsterets bug og kommer ud igen – transformeret.³³ Vi kender det blandt andet fra Jonas og hvalen i Det Gamle Testamente, hvor Jonas, der er fanget i hvalens bug, beder til Jahve og underkaster sig hans almægtighed, hvorefter Gud får hvalen til at spytte ham ud igen.³⁴ Jung har beskrevet, hvordan det er nødvendigt at ’tænde en fakkel’ eller på anden måde få lys ind i monsterets bug, hvilket psykologisk set er en metafor for, at bevidstheden oplyser det, der før var ubevidst.³⁵ Ud fra Kalscheds traumeperspektiv er den symbolske ’tænding af faklen’ en bevidstgørelse af den fraspaltede ukrænkelige del af den traumatiserede personlighed, hvilket muliggør en forening og dermed heling.^{36,37}

I min egen oplevelse gentages dette mytiske tema ved, at jeg møder mine indre børn fanget i en form for limbo i dragens mave. Det er først, da jeg gennem meditation får ’tændt faklen’, og der trænger bevidsthed nok igennem, at det er muligt at komme ud igen sammen med den tabte del af personligheden – de traumatiserede indre børn. Ovenstående reference til mytologien er et eksempel på, hvordan der er psykologiske sandheder i religion, myter og eventyr, der kan anvendes til at forstå indholdet af drømme og psykedeliske oplevelser. Her viser det mytiske tema om nedstigningen i underverdenen vigtigheden af at have en symbolsk fakkel, der kan oplyse mørket og dermed skabe forbindelse mellem jeg-bevidstheden og det fraspaltede traume. Denne metaforiske fakkel kan en psykedelisk terapeut blandt andet hjælpe med at bære. Samtidig kan det arketypiske motiv om nedstigningen i underverdenen også anvendes som vejledning i dybe processer og traumearbejde, idet det peger på, at frelsen kommer på bunden af afgrunden: Det er i det mørkeste øjeblik, at lyset skinner igennem.

DEL V: *Befrielse af dragen*

Vi står nu i dragens hule, og jeg kigger den igen i øjnene.
 Dragen: ”DET VAR NOK SJOV FOR NU. NU SPISER JEG

JER – DENNE GANG IKKE HELE!” Jeg siger: ”Men det har du jo ikke lyst til. Du kan ikke bilde mig ind, at du har slugt og opbevaret den ene Emil i 17 år og den anden i 23 år uskadte uden grund. De betyder jo noget for dig. Du har reddet dem og beskyttet dem mod de giftige omstændigheder, som de levede under. For det er jeg dig dybt taknemmelig. Hvad siger du til at prøve at blive båret af mig, ligesom du har båret på dem så længe?” Dragen skrumper, så den bliver på størrelse med en hånd, og jeg sluger den hel. Den forbliver i noget tid i min mave, men bryder til sidst ud fra solar plexus og flyver væk i horisonten som en smuk asiatisk sølvdrage.

DRAGEN SOM DUPLEX-FIGUR

Det første, som jeg gerne vil pege på ud fra ovenstående, er dragens dobbelte funktion som både beskytter og forfølger. Det fremgår af mine ord til dragen, at den fejlagtigt er blevet betragtet som en ondskabsfuld karakter, men at den i virkeligheden har haft en beskyttende funktion, som den selv har glemt. Dragen fremstår som en skræmmende forfølger med ondskabsfulde intentioner, men i kraft af min anerkendelse af dens beskyttende funktion transformeres den til sin oprindelige form – den frie sølvdrage. Dragen kan ud fra Kalscheds teori forstås som den personificerede forsvarsmekanisme, der har til formål at bevare og beskytte de indre børn, hvorfor den ikke tager godt imod udefrakommende – i dette tilfælde mig. Den er dermed med Kalscheds begreber en ’duplex-figur’, der indeholder såvel beskyttende som forfølgende kvaliteter.³⁸

Det er alment kendt blandt psykologer og psykoterapeuter, at man bliver nødt til at ære forsvarsmekanismernes eksistensberettigelse i arbejdet med traumer. De har haft en vigtig funktion, og ved at ære deres meningsfulde beskyttende essens uden at kæmpe med dem vil de kunne transformeres, som det er tilfældet i min oplevelse.

MEDFØLELSE I TRANSFORMATIONEN AF DET SELV-BESKYTTENDE SYSTEM

Ifølge Kalsched er det kun menneskelig medfølelse, der kan aktivere Selvets integrative potentiale, når dets energier i stedet er blevet omdirigeret mod ondskab og had gennem ubærlige traumer og disses uundgåelige arketypiske *Selv-beskyttende system*.³⁹ I mit eget eksempel havde den sorte drage beskyttet mig mod at opleve de overvældende følelser, der var associeret med børnenes traumer, men uden *jeg-bevidsthedens*

anerkendelse af det. Det er i det sekund, hvor jeg-bevidstheden viser medfølelse og anerkender dragens vitale funktion, at transformationen fra den sorte drage til sølvdragen finder sted. Psykologisk set kan dette forstås som det øjeblik, hvor en grundlæggende spaltning i det, som Kalsched betegner den primale duplex Selv-figur (både forfølger og beskytter), og som har fungeret som et Selv-beskyttende system, heles gennem menneskelig medfølelse.⁴⁰ Selvets energi behøver ikke længere bruges på et arketypisk forsvar, der kan bevare en uskyldig kerne af personligheden, men som samtidig har en re-traumatiserende funktion, idet barnet holdes fraspaltet og fanget – i mit tilfælde i dragens mave. Den negative del af Selvet symboliseret ved den sorte drage transformeres i stedet til et frit, positivt Selv, der bryder ud og *”flyver væk i horisonten som en smuk asiatisk sølvdrage”*, fordi det ikke længere skal varetage opgaven at beskytte de indre børn.

DEL VI: Hjemrejse

(...) Hjemrejsen er lang, og vi stopper to gange. Første gang, fordi Emil 10 år bliver vred og ked af det over omstændighederne i sit hjem. Jeg trøster ham (...) Senere bryder Emil 4 år sammen, hvor intense følelser afreageres. Følelser af afmagt, fortvivelse, vrede, frustration, raseri. Jeg trøster ham, og jeg holder ham tæt ind til mit hjerte, der gør ondt af sorg.

SORG I HELINGEN AF TRAUMET

I dette stykke oplever jeg følelsesmæssig katarsis, der er en velkendt terapeutisk mekanisme ved brug af psykedeliske substanser.⁴¹ Ved at den voksne Emil trøster børnene, mærkes de følelser, der i barndommen var for overvældende, men som nu får plads, fordi der er en voksen til at rumme dem. Et helt centralt budskab i ovenstående er vigtigheden af at give plads til sorgen og følelserne, der knytter sig til traumet. Kalsched har ligeledes beskrevet vigtigheden af affekt og sorg i traumeheling, idet det er det sidste afgørende element i processen med at få genetableret forbindelse til de traumatiserede dele af personligheden.⁴² Tidlige traumer leder ifølge Kalsched til stærke dissociative forsvar, der skader evnen til at føle.⁴³ Denne evne genetableres imidlertid, i takt med at bevidstheden får adgang til disse følelser, hvilket i mit eget eksempel kommer metaforisk til udtryk ved, at jeg trøster børnene. Det er ifølge Kalsched vigtigt at mærke både barnets smerte relateret til traumet, men også den voksnes sorg over den tabte barndom.⁴⁴ I ovenstående eksempel fremgår begge dele, idet børnenes følelser rummes, samtidig med at

jeg mærker dyb sorg i form af smerte i hjertet.

DEL VII: *Hjemme igen*

Vi rider ind i en by om natten. Vi er alle tre trætte. En kvinde, der ligner min kæreste, venter oppe med et nyfødt barn i favnen. Vi omfavner hinanden, og jeg tager spædbarnet i mine arme og introducerer Emil 4 år og Emil 10 år for barnet (...)

DET GUDDOMMELIGE BARN

Det fremgår af sidste del, at jeg holder et spædbarn i mine arme. Betydningen af dette nye barn kan udfoldes ved at præsentere Jungs beskrivelse af barnets arketype, der stort set altid er associeret med noget mirakuløst eller guddommeligt.⁴⁵ Barnet forener modsætninger, hvilket peger mod Selvets potentielle helhed og dets aktualisering i jegets virkelighed.⁴⁶ På et arketypisk niveau repræsenterer det nye barn således potentialet for individuation – for at blive et helt og samlet individ. Dette er først blevet muligt, efter at de fraspaltede traumatiserede dele af personligheden er blevet hentet hjem.

KONKLUSION

Min oplevelse forstået ud fra et jungiansk perspektiv og Kalscheds Selv-beskyttende system giver en løsning på spaltningen mellem det menneskelige og det arketypiske, mellem hverdagsbevidstheden og dybderne af det ubevidste. Løsningen er en dramatisk fortælling om mødet med mørke kræfter, der fører til transformation af jeget og konstellationen af den positive side af Selvet, der trækker personligheden mod en større helhed. Ved at have kendskab til Kalscheds jungianske teori om det indre arketypiske Selv-beskyttende system vil den rejsende være bedre rustet til at møde de mørke dybder af psyken på en måde, der muliggør heling af traumer. Så der kan komme fornyet kontakt til fraspaltede dele af personligheden, og så vi kan komme ud på den anden side som mere hele og samlede individer.

At have blik for det jungianske perspektiv på denne måde i psykedeliske oplevelser kan efter min mening og erfaring være en gavnlig forståelsesramme for både forskere og terapeuter inden for det psykedeliske felt, men også for alle andre, der begiver sig ud på indre – potentielt helende – rejser i dybderne af sjælens afkroge.

- psychotherapy"? *American Journal of Psychiatry*. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.20221043>
46. Noorani, T., Bedi, G., Muthukumaraswamy, S. (2023). Dark Loops: Contagion effects, consistency and chemosocial matrices in psychedelic-assisted therapy trials. *Psychological Medicine*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/dv8sx>
 47. Butler, M., Jelen, L., & Rucker, J. (2022). Expectancy in placebo-controlled trials of psychedelics: If so, so what? *Psychopharmacology*, 239(10), 3047–3055. <https://doi.org/10.1007/s00213-022-06221-6>
 48. Langlitz, N. (2013). *Neuropsychodelia: The Revival of Hallucinogen Research since the decade of the brain*. University of California Press.
 49. Ona, G., Kohek, M., & Bouso, J. C. (2022). The illusion of knowledge in the emerging field of psychedelic research. *New Ideas in Psychology*, 67, 100967. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2022.100967>
 50. Zarley, D. B. (2023, February 17). *DMT therapy appears effective for depression in phase 2 clinical trial*. Big Think. <https://bigthink.com/health/dmt-therapy-depression-trials/>
 51. Luke, D., & Spowers, R. (2018). *DMT dialogues: Encounters with the spirit molecule*. Park Street Press.
 52. Davis, A. K., Clifton, J. M., Weaver, E. G., Hurwitz, E. S., Johnson, M. W., & Griffiths, R. R. (2020). Survey of entity encounter experiences occasioned by inhaled n,n-dimethyltryptamine: Phenomenology, interpretation, and enduring effects. *Journal of Psychopharmacology*, 34(9), 1008–1020. <https://doi.org/10.1177/0269881120916143>
 53. Lawrence, D. W., Carhart-Harris, R., Griffiths, R., & Timmermann, C. (2022). Phenomenology and Content of the Inhaled N, N-Dimethyltryptamine (N, N-DMT) Experience. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-1559063/v1>
 54. Leite, M. (2021, April 21). *Capitalism goes rogue with patent claims on psychedelics*. Chacruna. <https://chacruna.net/psychedelic-patents-capitalism/>
 55. Roseman, L., Ron, Y., Saca, A., Ginsberg, N., Luan, L., Karkabi, N., Doblin, R., & Carhart-Harris, R. (2021). Relational processes in ayahuasca groups of Palestinians and Israelis. *Frontiers in Pharmacology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fphar.2021.607529>
 56. Frigaard, A. M. (2023, June 21). *Det "Breder Sig Nærmest som en pandemi" i Danmark, så nu får vi en national strategi mod ensomhed*. DR. <https://www.dr.dk/nyheder/indland/det-breder-sig-naermest-som-en-pandemi-i-danmark-saa-nu-faar-vi-en-national-strategi>
 57. Nayak, S. M., & Griffiths, R. R. (2022). A single belief-changing psychedelic experience is associated with increased attribution of consciousness to living and non-living entities. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.852248>
 58. 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/s00213-006-0457-3>

MØDET MED DRAGEN - TRAUMER OG ARKETYPISKE FORSVAR I PSYKEDELISKE OPLEVELSER af Emil Grønder-Hansen

1. Cutner, M. (1959). Analytic work with LSD 25. *The psychiatric Quarterly*, 33, 715-757.
2. Hill, S.J. (2019). *Confrontation with the unconscious: Jungian depth psychology and psychedelic experience*. London: Aeon Books Ltd.
3. Sandison, R. (1954). Psychological aspects of the LSD treatment of the neuroses. *Journal of Mental Science*, 100, 508-515.
4. Sandison, R. (1959). The role of psychotropic drugs in individual therapy. *Bulletin of World Health Organization*, 21, 495-503.
5. Sandison, R. (2001). *A century of psychiatry, psychotherapy and group analysis: A search for integration*. London: Jessica Kingsley.
6. Carhart-Harris, R.L., Leech, R., Hellyer, P.J., Shanahan, M., Feilding, A., Tagliazucchi, E., . . . Nutt, D. (2014). The entropic brain: A theory of conscious states informed by neuroimaging research with psychedelic drugs. *Frontiers in Human Neuroscience*, 8(20), 1-22.
7. Carhart-Harris, R.L. (2018). The entropic brain – revisited. *Neuropharmacology* 142 (2018) 167-178.
8. Schwartz, R.C. (2019). *Internal Family Systems Therapy*. New York: Guilford Publications.
9. Kalsched, D. (1996). *The inner world of trauma: Archetypal defenses of the personal spirit*. New York: Routledge.
10. Kalsched, D. (2013). Encounters with “Dis” in the Clinical Situation and in Dante’s Divine Comedy. *Psychoanalytic Inquiry*, 33: 479–495.
11. Aixalà, M.B. (2022). *Psychedelic integration: Psychotherapy for non-ordinary states of consciousness*. London: Synergetic Press.

12. Barrett, F.S., Preller, K.H. & kaelen, M. (2018). Psychedelics and Music: Neuroscience and therapeutic implications. *Int. Rev. Psychiatry*, 30(4), 350-362.
13. Jung, C.G. (1912). Symbols of transformation. I: *The collected works of C.G. Jung, 1967* (Vol. 5) (s. 12).
14. Amman, A.N., (1978). *Aktive Imagination*. Tyskland: Walter Verrlag.
15. Hill, S. J. (2019). *Confrontation with the unconscious: Jungian depth psychology and psychedelic experience*. London: Aeon Books Ltd.
16. Campbell, J. (1988). *The Power of Myth*. New York: Anchor Books (s. 88).
17. Jung, C.G. (1921). Definitions. I: *The collected works of C.G. Jung, 1976* (Vol. 6, s. 408-486).
18. Jacobi, J. (1959). *C.G. Jungs psykologi*. Haslev: Gyldendals Uglebøger (s. 65).
19. Jung, C.G. (1934). Basic postulates of analytical psychology. I: *The collected works of C.G. Jung, 1969* (Vol. 8, s. 338-357).
20. May, R. (1992). *Myte og eksistens*. København: Gyldendal.
21. Jung, C.G. (1939). Conscious, unconscious, and individuation. I: *The collected works of C.G. Jung, 1969* (Vol. 9, s. 238).
22. Jung, C.G. (1939). Conscious, unconscious, and individuation. I: *The collected works of C.G. Jung, 1969* (Vol. 9, s. 238).
23. Nour, M.M., Evans, L., Nutt, D. & Carhart-Harris, R.L. (2016). Ego Dissolution and Psychedelics: Validation of the Ego-Dissolution Inventory (EDI). *Front. Hum. Neurosci., volume 10, 14 June 2016*.
24. Amman, A.N., (1978). *Aktive Imagination*. Tyskland: Walter Verrlag.
25. Griffiths, R.R., et al. (2008). Mystical-type experiences occasioned by psilocybin mediate the attribution of personal meaning and spiritual significance 14 months later. *Psychopharmacology*. 22(6): 621–632.
26. Griffiths, R.R., et al. (2011). Psilocybin occasioned mystical-type experiences: immediate and persisting dose-related effects. *Psychopharmacology*. 218(4): 649–665.
27. Millière R., Carhart-Harris R.L., Roseman L., Trautwein F.M. & Berkovich- Ohana A. (2018). Psychedelics, meditation, and self-consciousness. *Front. Psychol.* 9:1475. doi: 10.3389/fpsyg.2018.01475.
28. Jung, C.G. (1940). The psychology of the child archetype. I: *The collected works of C.G. Jung, 1969* (Vol. 9, part I, s. 151-181).
29. Cavarra, M., Falzone, A., Ramaekers, J.G., Kuypers, K.P.C., & Mento, C. (2022). Psychedelic assisted psychotherapy: A systematic review of associated psychological interventions. *Frontiers in Psychology, (2022), volume 13*.
30. Vedfelt, O. (2000). *Ubevidst intelligens – Du ved mere, end du tror*. København: Gyldendal.
31. Kalsched, D. (1996). *The inner world of trauma: Archetypical defenses of the personal spirit*. New York: Routledge.
32. Kalsched, D. (2013). Encounters with “Dis” in the Clinical Situation and in Dante’s Divine Comedy. *Psychoanalytic Inquiry*, 33: 479–495.
33. Campbell, J. (1988). *The Power of Myth*. New York: Anchor Books.
34. Campbell, J. (1988). *The Power of Myth*. New York: Anchor Books.
35. Jung, C.G. (1947). On the nature of the psyche. I: *The collected works of C.G. Jung* (1969, Vol. 8, para. 68).
36. Kalsched, D. (1996). *The inner world of trauma: Archetypical defenses of the personal spirit*. New York: Routledge.
37. Kalsched, D. (2013). Encounters with “Dis” in the Clinical Situation and in Dante’s Divine Comedy. *Psychoanalytic Inquiry*, 33: 479–495.
38. Kalsched, D. (1996). *The inner world of trauma: Archetypical defenses of the personal spirit*. New York: Routledge.
39. Kalsched, D. (1996). *The inner world of trauma: Archetypical defenses of the personal spirit*. New York: Routledge.
40. Kalsched, D. (1996). *The inner world of trauma: Archetypical defenses of the personal spirit*. New York: Routledge.
41. Aixalà, M.B., (2022). *Psychedelic integration: Psychotherapy for non-ordinary states of consciousness*. London: Synergetic Press (s. 129).
42. Kalsched, D. (2020). Opening the closed heart: Affect-focused clinical work with the victims of early

- trauma. *Journal of Analytical Psychology*, 65, 1, 136–152.
43. Kalsched, D. (2017). Trauma, innocence and the core complex of dissociation. *Journal of Analytical Psychology*, 62, 4, 474–500.
 44. Kalsched, D. (1996). *The inner world of trauma: Archetypical defenses of the personal spirit*. New York: Routledge.
 45. Jung, C.G. (1940). The psychology of the child archetype. I: *The collected works of C.G. Jung, 1969* (Vol. 9, part I, s. 151-181).
 46. Jung, C.G. (1940). The psychology of the child archetype. I: *The collected works of C.G. Jung, 1969* (Vol. 9, part I, s. 151-181).

HOLOTROPISKE BEVIDSTHEDSTILSTANDE af Ole Ry

47. Grof, S. (2001). *LSD psychotherapy*, 3rd edn. Sarasota: MAPS Publications.
48. Larsen, J.K. (2021). LSD-behandlingen i Danmark fra 1960-1974. *Best Practice*, september 2021.
49. Grof, S. (2019). *The way of the psychonaut: encyclopedia for inner journeys, vol. 1 & 2*. Santa Cruz: MAPS Publications, s. 289 ff.

KAN PSYKEDELIKA GØRE OS TIL MERE HELE MENNESKER? af Kevin Mikkelsen & Dennis Spang Vestergaard

1. Elsey JW (2017) . Psychedelic drug use in healthy individuals: A review of benefits, costs, and implications for drug policy. *Drug Science, Policy and Law*;3. doi:10.1177/2050324517723232
2. Gandy, S. (2019). Psychedelics and potential benefits in “healthy normals”: A review of the literature. *Journal of Psychedelic Studies*, 3(3), 280-287. <https://doi.org/10.1556/2054.2019.029>
3. Carhart-Harris RL, Erritzoe D, Haijen E, Kaelen M, Watts R (2018). Psychedelics and connectedness. *Psychopharmacology (Berl)*. 2018 Feb;235(2):547-550. doi: 10.1007/s00213-017-4701-y. Epub 2017 Aug 10. PMID: 28795211.
4. Tagliazucchi, E., Llobenes, L. & Gumiy (2022). "Psychedelics, connectedness, and compassion" in *Compassion Focused Therapy: Clinical Practice and Applications* (1st ed.) Gilbert, P., & Simos, G. (Eds.) Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003035879>
5. Forstmann, M., Yudkin, D. A., Prosser A. M. B. & Crockett, M. J. (2020). Transformative experience and social connectedness mediate the mood-enhancing effects of psychedelic use in naturalistic settings. *PNAS Proceedings of the National Academy of Sciences*, 117, (5) 2338-2346 <https://doi.org/10.1073/pnas.1918477117>
6. Kettner H, Rosas FE, Timmermann C, Kärtner L, Carhart-Harris RL and Roseman L (2021). Psychedelic Communitas: Intersubjective Experience During Psychedelic Group Sessions Predicts Enduring Changes in Psychological Wellbeing and Social Connectedness. *Front. Pharmacol.* 12:623985. doi: 10.3389/fphar.2021.623985
7. Watts, R., Day, C., Krzanowski, J., Nutt, D., & Carhart-Harris, R. (2017). Patients' Accounts of Increased "Connectedness" and "Acceptance" After Psilocybin for Treatment-Resistant Depression. *Journal of Humanistic Psychology*, 57(5), 520–564. <https://doi.org/10.1177/0022167817709585>
8. Watts, R., Kettner, H., Geerts, D. *et al.* The Watts Connectedness Scale: a new scale for measuring a sense of connectedness to self, others, and world. *Psychopharmacology* 239, 3461–3483 (2022). <https://doi.org/10.1007/s00213-022-06187-5>
9. Kähönen J (2023) Psychedelic unselfing: self-transcendence and change of values in psychedelic experiences. *Front. Psychol.* 14:1104627. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1104627
10. Henriksen, S. M. (2022). *No Magic Pill – An antropological study on psychedelic integration among psychedelic users in Denmark* (thesis). Københavns Universitet, København.
11. Kettner H, Gandy S, Haijen ECHM, Carhart-Harris RL. From Egoism to Ecoism: Psychedelics Increase Nature Relatedness in a State-Mediated and Context-Dependent Manner. *Int J Environ Res Public Health*. 2019 Dec 16;16(24):5147. doi: 10.3390/ijerph16245147. PMID: 31888300; PMCID: PMC6949937.
12. Forstmann M, Kettner HS, Sagioglou C, et al. Among psychedelic-experienced users, only past use of psilocybin reliably predicts nature relatedness. *Journal of Psychopharmacology*. 2023;37(1):93-106. doi:10.1177/02698811221146356
13. Gandy S, Forstmann M, Carhart-Harris RL, Timmermann C, Luke D, Watts R. The potential synergistic effects between psychedelic administration and nature contact for the improvement of mental health. *Health Psychology Open*. 2020;7(2). doi:10.1177/2055102920978123
14. Luke, David (ed.) (2013) *Ecopsychology and the Psychedelic Experience*. European Journal of