

ER EGODØDSOplevelser BEVIS FOR, AT SELVET ER EN ILLUSION?

af Mette Marie F. Pedersen

Mette Marie F. Pedersen (hun/hende) er cand.mag. i filosofi fra Aarhus Universitet og har siden sit bachelorprojekt haft interesse for psykedeliske oplevelsers filosofiske implikationer – herunder epistemologien, metafysikken og etikken bag sådanne oplevelser. Hun har i 2022 og 2023 været praktikant og studentermedhjælper på projekter omhandlende psykedeliske stoffer ved Center for Rusmiddelforskning på Aarhus Universitet.

ET INDLEDENDE METAFYSISK SPØRGSMÅL

Psykedelisk forskning har fået en renæssance. Det gælder også inden for filosofien, herunder metafysikken. Metafysik er svær at definere på grund af dens lange historie og omdiskuterede karakter, men i grove træk er den undersøgelsen af virkelighedens grundstrukturer, f.eks. spørgsmål som: Findes Gud? Hvordan er tid egentlig struktureret? Har vi fri vilje? Kan alt forklares med fysikken? En metafysisk undersøgelse af psykedeliske oplevelser, og mere specifikt egodød, kunne derfor give anledning til at spørge: Kan egodødsoplevelser være bevis for, at Selvet ikke eksisterer? (Hvad der præcis forstås ved 'Selvet', kommer vi ind på senere.) Som vi skal se, kan egodød netop være en oplevelse af, at ens Selv er fuldkommen fraværende. Nogle filosoffer har pga. egodødsoplevelser derfor foreslået, at Selvet som (metafysisk) entitet er en illusion. Samtidig synes det næsten umuligt at forestille os oplevelser, som ikke leder tilbage til et oplevende Selv. Jeg oplever jo altid igennem mig (selv). Eller hvad?

De seneste år er en ny neurokognitiv model begyndt at danne grundlag for nye forståelser af vores opfattelsesevne. En model, der også bruges af metafysikere, f.eks. i besvarelser om Selvets eksistens. Denne model kaldes *Predictive Processing* (PP). Og selvom PP, som vi skal se, ikke i sig selv kan give entydige svar på Selvets status eller struktur, så kan PP alligevel være med til at begrænse, hvilken type metafysisk teori om Selvet der er mulig. I dette essay skal vi derfor bruge denne PP-model og egodødens fænomenologi (altså det, man oplever, eller som træder frem i en egodødsoplevelse) som guides til at prøve at besvare spørgsmål om Selvets metafysiske status og struktur. Mere specifikt skal vi undersøge (så vidt muligt på 10 sider), om Selvet som metafysisk entitet er en illusion, på baggrund af disse mystiske oplevelser.

Først vil jeg dog pointere, at metafysik er en notorisk svær filosofisk disciplin. Hvis du undervejs bliver rundtosset eller irriteret over dette essay, er det fuldt forståeligt. Jeg har ihærdigt prøvet at gøre det spiseligt, mens jeg på samme tid har skullet være tro overfor metafysikken som et analytisk redskab. Jeg håber derfor, at dette essay pirrer din interesse og udfordrer dig filosofisk uden at tage modet fra dig og dit (måske) illusoriske Selv. Målet er ikke at nå frem til et endegyldigt svar, men nysgerrigt at undersøge den psykedeliske oplevelse fra et filosofisk perspektiv og at vise, at filosofien både er dybt fascinerende og utroligt vigtig, hvis vi ønsker at forstå, hvad der helt præcis sker i en psykedelisk oplevelse.

”JEG’ VAR IKKE MERE ...”

Lad os starte med at redegøre for, hvordan det egentlig kan føles at have en egodødsoplevelse. Denne redegørelse skal gerne vise, hvorfor filosofier med (faglig) interesse for psykedeliske stoffer også har en interesse for Selvet som metafysisk begreb. Jeg vil gennem mit essay gøre brug af Chris Letheby's bog, *Philosophy of Psychedelics*.

Som de fleste med interesse for psykedelika ved, er et af fællestrækene ved psykedeliske stoffer, at de kan generere en oplevelse, der potentielt kan hjælpe i terapeutisk brug, f.eks. i behandling mod angst og depression. Et sådant terapeutisk potentiale fortæller os, at der højst sandsynligt sker noget med Selvet under trippet. Hvad dette *noget* er, og hvad det fortæller om Selvet som metafysisk begreb, vender vi tilbage til. Lige nu er det nok at påpege, at meget forskning tyder på, at ændringer i forståelsen af, hvem man selv er, er en af de hyppige forklaringer på, hvorfor psykedeliske oplevelser kan have positive og langvarige psykologiske effekter.

Disse effekter peger tilbage på oplevelsens fænomenologi. Vi skal her fokusere på egodødsoplevelser, som kan indtræffe ved middel til høje doser af psykedelika. Som sagt gør vi dette, fordi egodøden netop åbner for en diskussion om, hvorvidt der findes oplevelser, uden Selvet er til stede. I sin bog forklarer Letheby egodød således: ”[en] psykedelisk-forårsaget oplevelse af en fraværende eller formindsket fornemmelse af Selvet.” Andre steder forklares det som et ”fuldkomment tab af subjektiv selv-identitet”, en ”transcenderen af Selvet” eller et ”tab af tilknytning til en separat følelse af et Selv”. I disse sidste tre ser vi, hvordan metafysiske påstande allerede er indskrevet i definitionerne. Hvis man i egodøden har ”transcenderet sit Selv”, må den metafysiske konklusion i denne definition være, at det faktisk *er* muligt at forlade sit Selv i sådanne oplevelser.

Det er derfor vigtigt at understrege ordet ”fornemmelse” i Lethebys definition. At brugeren *fornemmer* eller *oplever* egodød betyder ikke nødvendigvis, at Selvet er en illusion i metafysisk forstand. Metafysikken handler jo om virkelighedens grundstrukturer, og altså hvad der ligger ud over menneskelige fornemmelser eller umiddelbare indskydelser (selvom disse også kan være pejlemærker for metafysikeren i hendes filosofiske søgen).

Lad os hive fat i et specifikt eksempel på en psykedelisk fremkaldt egodød. Her fra Michael Pollans bog, *How to Change Your Mind: The New Science of Psychedelics*:

[...] ‘Jeg’ var ikke mere, sprængt til en konfettisky af en eksplosiv kraft. Jeg kunne ikke længere stadfæste [mig selv] i mit hoved, fordi det også var eksploderet, udvidet til at være alt, der var. Hvad end dette var, var det ikke en hallucination. En hallucination viser tilbage til en virkelighed og et referencepunkt og entitet, der kan opleve. Ingen af disse ting vedblev.

Som sagt er *oplevelsen* af denne egodød ikke lig med, at Michael Pollans Selv ikke længere eksisterer. Men vi ser nu, hvordan egodødsoplevelser lægger op til en diskussion om Selvet som metafysisk begreb, fordi disse oplevelser kan få os til at sætte spørgsmålstegn ved, om vi kan have oplevelser uden, at der er et Selv til stede.

JEG FORUDSER, DERFOR ER JEG

Vi vil nu vende blikket mod *Predictive Processing* (PP); den omtalte model, der giver et bud på, hvordan opfattelsesevnen og Selvet hos mennesket fungerer. Efterfølgende skulle grundlaget være lagt til en diskussion om, hvordan vi præcis skal fortolke egodødens fænomenologi med denne model. I dette afsnit vil jeg inddrage Anil Seths udlægning af PP fra hans bog, *Being You: A New Science of Consciousness*.

Forklaret med PP-modellen er Selvet en kontrolleret hallucination. For at forstå denne påstand må vi begynde et andet sted: ved opfattelsesevnen. Altså menneskets evne til at opfatte verden gennem sanseindtryk. Dette bundet i, at Selvet ifølge Seth og PP er en form for opfattelsesevne. Lad os tage udgangspunkt i et eksempel.

Jeg sidder ved mit bord lige nu. Umiddelbart virker det til, at jeg opfatter min kaffekop, min computer og Lethebys bog, fordi mine øjne opfanger en form for sanseindtryk. Dette indtryk føres tilbage til min hjerne, og *voila!* et billede af mit bord fremvises. Sådan forklares opfattelsesevnen traditionelt og intuitivt. Denne forklaring er dog forkert ifølge PP. I stedet er opfattelsesevnen et 'output' af hjernens bedste bud på, hvad vi oplever og opfatter, og disse gisninger eller forudsigelser er en funktion, der evolutionært sikrer, at vi overlever. Det kan f.eks. være en god idé, at hjernen forudsiger, at der står en bjørn bag busken i skoven, før den nødvendigvis er 100 procent sikker på, at bjørnen står der.

Det betyder også, at min hjerne udleder (baseret på forudsigelser og forudgående konklusioner), at der står en kaffekop til venstre for min computer lige nu. Det, jeg opfatter som i et objektivt billede af mit bord, er det faktisk slet ikke. I korte træk har min hjerne i stedet minimeret fejl om, hvad der ellers kunne stå til venstre for computeren, og kalkuleret, at det må være kaffekoppen (fordi jeg stillede koppen dér tidligere, og fordi jeg ser noget af nogenlunde den form i min periferi).

Ifølge PP "opdateres" hjernen gennem en bayesiansk inferens. Vi skal ikke gå ind i for mange detaljer her, men det betyder, at hjernen finder den bedste forklaring baseret på en gruppe af observationer, når disse observationer er ufuldkomne, usikre eller på anden måde tvetydige. Hjernen er derfor aldrig *helt* sikker på, hvad den opfatter. I stedet laves der bayesianske inferenser baseret på, hvad hjernen allerede "ved". Disse inferenser (mere eller mindre usikre konklusioner f.eks. med hensyn til min kaffekop) kaldes i teknisk sprog *priors*. Der foregår altså en konstant kalkulering af sandsynligheden for, at noget er tilfældet, før ny data ankommer. Hvis hjernen pludselig opfanger et signal, der går imod en forudsigelse, vil den bayesianske model opdatere sig selv, og den nye fejl inkorporeres som en del af hjernens *priors*. Vi ser altså her, ifølge PP, at alt, vi opfatter, er en form for hallucination, der kontrolleres af *priors*; en kontrolleret hallucination.

Denne model af vores kognition kan overføres til Selvet, fordi Selvet ifølge PP er en form for opfattelsesevne – en fremstilling af Selvet gennem forudsigelser. Ligesom vores hjerne konstant forudsiger og opdaterer dens *priors* til at sikre vores overlevelse gennem f.eks. synssansen, er det samme tilfældet for Selvet. Ligesom det kan være hensigtsmæssigt at forudsige med opfattelsesevnen, om der står en bjørn bag busken i skoven, er det på samme måde hensigtsmæssigt, at mennesket som socialt

væsen har et Selv. Ifølge PP er Selvet også en funktion, der hjælper os til at navigere i verden baseret på forudgående data. Selvet er derfor en kontrolleret hallucination baseret på vores hjerners forudsigelser om, hvem vi selv er. At have et Selv kan dog også give bagslag nogle gange. Hvis vi eksempelvis har prøvet nok gange at blive stresset eller angst i specifikke situationer, vil hjernen ifølge PP få indbygget disse som priors eller dybere tankemønstre. Det kan i visse tilfælde være hensigtsmæssigt, at ens Selv slår alarm og fortæller én, at man er angst eller stresset. Men disse mønstre kan også blive selvforstærkende narrativer om os selv, som vi tager med os, og som kan være svære at bryde med, fordi de er skabt som forsvarsmekanismer for Selvet.

At Selvet er en funktion, der bygger på forudsigelser, fortæller os desværre ikke noget om Selvets metafysiske status – altså hvorvidt det eksisterer hinsides vores sanseindtryk. Derudover virker det til, at der eksisterer forskellige dele af Selvet: personlig identitet, kropslige oplevelser og en helt minimal del af Selvet. Hvordan passer disse sammen? I sin bog beskriver Seth, at der er stærke beviser for at påstå, at der i det mindste må være nogle dele af Selvet, der er nedbrydelige, f.eks. kropslige oplevelser. Men hvorvidt det betyder, at selv den mest minimale del af Selvet også er en illusion og i nogle tilfælde kan nedbrydes, får vi ikke svar på fra Seth. Lad os derfor se på, hvordan egodødsoplevelser forstås med PP, og overvej, om det kan give svar på, hvordan forskellige dele af Selvet relaterer sig til disse oplevelser. Her får vi hjælp fra både Letheby og Seths bog.

ET AFSLAPPET SELV

Seth gennemgår ikke egodødsoplevelser specifikt i sin bog, men han beskriver *'out-of-body'*-oplevelser (OOB-oplevelser) med henvisning til Selvet. En OOB-oplevelse er et tab af den kropslige del af Selvet (altså fornemmelsen af, at min krop og mit selv hænger sammen), men hvor en mental del af Selvet stadig er til stede. OOB-oplevelser og egodødsoplevelser har åbenlyse fællestræk. Ifølge Letheby kan en OOB-oplevelse forekomme i egodødsoplevelsen – f.eks. i en oplevelse af både at se sin krop udefra og samtidig miste fornemmelsen af at have et selv – men det er ikke nødvendigt for, at egodødsoplevelsen indtræffer.

Når OOB-oplevelser forekommer, sker der ifølge Seth og vores trofaste PP-model en forstyrrelse i den normale aktivitet i specifikke systemer i hjernen. Forstyrrelsen påvirker hjernens bedste forudsigelse om lokationen af førstepersonsperspektivet, selvom andre dele af Selvet er uæn-

drede. For Seth er OOB-oplevelser et klart bevis for, at nogle dele af Selvet er nedbrydelige. Ifølge Seth kan vi skelne mellem fem forskellige dele af Selvet. Vi går ind i to her: *det kropslige selv* og *det narrative selv*. Han definerer det narrative selv som en følelse af personlig identitet, som opstår gennem en individuel forudgående historie, tråde af autobiografiske minder, en erindret fortid og forventet fremtid. Det kropslige selv er derimod den del af Selvet, der er bundet til alle oplevelser relateret direkte til kroppen, altså f.eks. det at kunne føle og styre mine hænder til at skrive på tastaturet lige nu. Vi kan se, at det kropslige selv bliver forstyrret i en OOB-oplevelse, mens det narrative selv stadig kan være intakt. Min krop er et andet sted end ”hos mig”, mens mit narrative selv ”svæver” over min krop.

Lethebys forståelse af det narrative selv er tilsvarende Seths: en autobiografisk fornemmelse af at være en temporalt udstrakt entitet med en specifik historie og personlighed. For Letheby er egodødsoplevelser bevis for, at det narrative selv er nedbrydeligt. Han foreslår, at højtstående priors bliver svækket under psykedeliske oplevelser – især i høje doser. Disse højtstående priors er priors, der begrænser kognition allermost. Disse udgør f.eks. en fornemmelse af et selv (men også forståelsen af at være i tid og rum). Dette betyder, at modellerne, hjernen normalt arbejder under og oplever verden igennem (som det narrative selv), bliver mere ’afslappede’ i psykedeliske oplevelser. Dette resulterer i de velkendte visuelle hallucinationer, men også i en mindre begrænset form for kognition, som kan få brugere til at indse uhensigtsmæssige og usunde tankemønstre, de (i ædru tilstand) ubevidst fungerer i.

Ifølge Letheby er det også derfor, psykologiske indsigter kan forekomme under og efter psykedeliske oplevelser. Brugere træder et skridt væk fra (eller giver fuldstændigt slip på) deres narrative selv i disse oplevelser, når modellerne er ’mere afslappede’. Dette kan ses i følgende eksempel:

Det føltes, som om jeg døde som ryger og genopstod som ikke-ryger. Fordi det er min forståelse af mig selv, og det er sådan, jeg følte. Så jeg hoppede op og sagde ’Jeg er ikke længere ryger, det er slut.’

Som Letheby formulerer det: “[...] psykedelisk terapi involverer en midlertidig disintegration og en efterfølgende fordelagtig revision af de forudsigende modeller af Selvet.” I mere intense psykedeliske oplevelser kan de mest fundamentale priors og overbevisninger (også om Selvet)

opløses. Dette er, hvad der skete i Michael Pollans eksempel. Men hvad er så ladet tilbage, når det narrative selv opløses? For Letheby er svaret det minimale selv: fornemmelsen af at være et eksisterende subjekt på et givent tidspunkt, som ikke har nogen autobiografisk information.

Vi ser altså, at både Seth og Letheby konkluderer, at nogle dele af Selvet kan opløses eller blive forstyrret i specifikke oplevelser, og at dette kan forklares ud fra PP. Som vi har set, bliver Selvets skrøbelighed tydelig i OOB-oplevelser og egodødsoplevelser. Men vores overordnede spørgsmål lurer stadig: Er oplevelser uden et minimalt selv også mulige?

”MEN JEG OPLEVEDE DET JO ...”

Hvis forskellige dele af Selvet er så skrøbelige, som vi så i ovenstående afsnit, hvorfor skulle den mest minimale del af Selvet så ikke også kunne blive opløst? Af en eller anden grund har vores intuition svært ved at acceptere denne påstand. Lad os derfor dykke ned i forskellige teorier, der forklarer Selvet som metafysisk begreb, og diskutere, hvordan de passer med PP og egodødens fænomenologi. Her tager vi udgangspunkt i Klaus Gärtner og Robert Clowes’ artikel, *Predictive Processing and Metaphysical Views of the Self*. Dette skal langt fra ses som en fyldestgørende redegørelse. Her er målet blot nysgerrigt at overveje, hvordan vi kan forstå egodøden og Selvet i metafysisk forstand og i reference til PP.

Som både Letheby og Gärtner og Clowes pointerer, står påstanden om det minimale Selv som nedbrydeligt i kontrast til det, der kaldes den fænomenologiske teori om Selvet. Fortalere for den fænomenologiske teori fastholder, at det minimale Selv altid *former* dele af vores oplevelser, før refleksioner og selvbevidsthed træder ind i billedet. Ser vi på egodødsoplevelser med den fænomenologiske teori, kan vi sige, at selvom brugere kommer ud af oplevelsen og påstår, at deres Selv blev nedbrudt, så skete oplevelsen nu engang for dem og ikke for nogen som helst anden person. Selvet måtte altså have været en del af udformningen af denne oplevelse. Vi kunne stille spørgsmålet: Hvis Selvet var helt nedbrudt, hvorfor kan brugeren så stadig tillægge oplevelsen til sig selv? Burde der ikke i det mindste være en lille del af Selvet til stede, for at brugeren kan sige ”*jeg oplevede det*”?

Det virker umuligt at forestille os en oplevelse, der ikke henviser tilbage til et oplevende Selv. Men for Gärtner og Clowes går den fænomenologiske teori imod PP-modellen. I deres artikel argumenterer de for, at der er

to begrænsninger, en metafysisk teori om Selvet skal overholde for at kunne passe med PP. Selvet kan ikke være konstant (foranderlighedsbegrænsningen), og Selvet skal være opbygget i flere lag (flerlagsbegrænsningen). Grundet relevans og pladsmangel skal vi i denne sammenhæng kun gå dybere ind i første begrænsning. Denne begrænsning – foranderlighedsbegrænsningen – bygger på (som vi så i forrige afsnit), at Selvet må være i stand til at opdatere baseret på fejl i sine forudsigelser. På den måde skal Selvet som minimum have mulighed for at kunne ændre sig og være foranderligt og dynamisk. Det kan altså ikke være en konstant, der ikke kan opdateres og forudsige på baggrund af ny data.

Da Selvet altid former oplevelser i den fænomenologiske teori, konkluderer Gärtner og Clowes, at teorien ikke kan leve op til foranderlighedsbegrænsningen; Selvet er i denne teori ikke i stand til at forandre sig over tid, men forbliver statisk med os i enhver oplevelse. På den måde bliver den fænomenologiske teori til det, man kan kalde en substansteori. Denne teori er den traditionelle måde at se Selvet på. Selvet ses her som en substans med specifikke egenskaber, der strækker sig over tid. I modsætning til den fænomenologiske teori former Selvet i substansteorien ikke enhver oplevelse. Det er derimod Selvet, som oplever. Selvet er altså en udelelig entitet med de samme egenskaber fastgjort til det over tid. Det er nemt at se, at substansteorien ikke passer med PP på grund af foranderlighedsbegrænsningen, fordi Selvet her ses som en robust, statisk kerne. Det er også nemt at se, at teorien ikke passer med det fænomenologiske data fra vores eksempler på egodødsoplevelser. I disse oplevelser var Selvet jo netop foranderligt og deleligt.

Går vi derfor tilbage til den fænomenologiske teori, skal fænomenologerne holde fast i et argument om, at Selvet fra deres synspunkt er særskilt fra substansteorien. Som vi også nævnte før, må Selvet altså ikke være noget, som oplever, men derimod noget, som former oplevelsen. På den måde bliver Selvet måske ikke en konstant substans. Dette synes også at hænge sammen med PP, som forklarer, at oplevelser er formet af Selvet som en funktion. Din hjerne forudsiger (sammen med Selvet) verden, som du ser. Men fænomenologerne kommer stadig i vanskeligheder. Den fænomenologiske teori påstår, at Selvet altid er en uundgåelig del af det oplevede, fordi det udgør subjektive oplevelser. Det er derfor svært ikke at falde tilbage i en form for substans, der er uforanderlig.

Her kan vi imidlertid indskyde en vigtig pointe. Selv hvis Selvet er uundgåeligt fænomenologisk, er dette ikke ensbetydende med, at Selvet eksisterer i metafysisk forstand. At noget *opleves* som sandt betyder

ikke, at det eksisterer metafysisk. Dette argument kan dog også vendes om. Blot fordi vores PP-model viser, at Selvet er noget andet end før antaget (f.eks. en substans), er det ikke ensbetydende med, at det derfor *ikke* eksisterer metafysisk. Da man eksempelvis fandt ud af, at Solen havde en anden funktion i solsystemet end før antaget (at den faktisk var centrum i vores solsystem i stedet for Jorden), betød det ikke, at man afskrev, at Solen eksisterede. Det gør den jo så sandelig – funktionen er blot en anden.

Ser vi på ovenstående diskussion, har fænomenologerne altså nogle solide argumenter, som bør overvejes – specielt de intuitive. Men det virker til, at de er fanget i en halvvejs substans teori, som ikke passer med PP-modellen. Vi vil derfor vende vores opmærksomhed mod den tredje (og nok mest provokerende) teori om Selvet: illusionsteorien.

ER SELVET MON EN ILLUSION?

Som sagt argumenterer filosoffer, som er interesseret i psykedeliske oplevelser og metafysiske diskussioner om Selvet, ofte for illusionsteorien. Det vil sige, de afviser, at Selvet er en substans eller en intrinsisk egenskab. Vi skal nu se nærmere på, hvorfor illusionsteorien er den mest favorable teori i sådanne metafysiske diskussioner baseret på PP. Efterfølgende er håbet, at du selv vil kigge videre ind i metafysikkens forunderlige teorier om Selvet. Måske finder du lige netop det metafysiske argument, som substans teorien eller den fænomenologiske teori mangler for at passe med Predictive Processing-modellen.

Lad os dog først gennemgå argumenterne for, hvorfor illusionsteorien passer med PP-modellen. Vi kan her vende tilbage til Michael Pollans eksempel. Uden besvær ville illusionsteoretikeren kunne sige: "Pollans Selv var ikke til stede af den simple årsag, at Pollans Selv faktisk ikke eksisterer metafysisk." Illusionsteorien er på den måde ikke forpligtet til at redegøre for en vedvarende substans – dét, vi også kaldte det minimale Selv tidligere. Teorien afskriver simpelthen, at en sådan substans overhovedet eksisterer. Oplevelsen af at have mistet sit Selv sker, fordi Selvet som funktion i visse tilfælde (som f.eks. under et intenst psykedelisk trip) kan blive nedbrudt fuldstændigt. Her fås netop den indsigt, som ellers kun er til stede teoretisk: Selvet er en metafysisk illusion.

Illusionsteorien er derfor også forenelig med foranderlighedsbegrænsningen fra tidligere, fordi Selvet ikke er konstant. Det forandres og formes derimod hele tiden baseret på nye forudsigelser. Illusionsteorien

skal altså ikke forklare dette minimale Selv, der ellers vedbliver gennem alle oplevelser i de andre to teorier. Selvet eksisterer fænomenologisk, men ikke metafysisk. På den måde er Selvet (ifølge denne teori) faktisk meget mere dynamisk og flydende, end vi normalt går og tror. Det kan nedbrydes fuldstændigt eller delvist, alt efter hvilket lag der så at sige "bliver skrællet af", heraf grunden til, at psykedeliske oplevelser også kan virke i behandling. Med PP-modellen virker det altså til, at illusions-teorien er den metafysiske teori om Selvet, der bedst kan redegøre for de fænomenologiske aspekter af Selvet – herunder egodødsoplevelsen – samt passe med begrænsningen, som vi har set er til stede, hvis PP-modellen holder.

ET KLASSISK FILOSOFISK SVAR MED EN MASSE FORBEHOLD

Vores metafysiske undersøgelse ind i Selvet har altså ledt os frem til, at det faktisk er illusionsteorien, der passer bedst med den neurokognitive model, Predictive Processing, og egodødens fænomenologi. Det virker på den baggrund til, at svaret på vores indledende spørgsmål om, hvorvidt egodøden er bevis for, at Selvet er en illusion i metafysisk forstand, må besvares positivt set i lyset af PP. Dette essay var dog blot en kort introduktion til metafysiske ideer om Selvet forstået igennem denne specifikke model. PP er en forholdsvis ny model, og forskning i fremtiden kan sagtens vise, at modellen (sjovt nok) selv må opdateres baseret på ny data. Og så er det også vigtigt igen at påpege, at bare fordi vi konkluderer, at Selvet har en anden funktion end før antaget (såsom at være en substans), så er dette ikke ensbetydende med, at Selvet dermed nødvendigvis må være en illusion.

Sikkert er det dog, at Selvet er langt mere dynamisk, flydende og i nogle tilfælde nedbrydeligt (i hvert fald dele af det), end vi går og tror i vores hverdag. Og dette går op for os, når vi kigger dybere ind i både egodødsoplevelser og Predictive Processing.

ER EGODØDSOPLEVELSER BEVIS FOR, AT SELVET ER EN ILLUSION?

af Mette Marie F. Pedersen

1. Letheby, C. & Gerrans, P. (2017). Self unbound: ego dissolution in psychedelic experience. *Neuroscience of Consciousness*, 2017(1); Metzinger. (2003). *Being No One : The Self-Model Theory of Subjectivity*. MIT Press.
2. Letheby, C. (2021). *Philosophy of Psychedelics*, Oxford: Oxford University Press, Incorporated. Print, p. 79; Muttoni, S., Ardissino, M., & John, C. (2019). Classical psychedelics for the treatment of depression and anxiety: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 258, 11-24.
3. Letheby, C. (2021). *Philosophy of Psychedelics*, Oxford: Oxford University Press, Incorporated. Print, p. 82; Dupuis, D. (2022). The psychedelic ritual as a technique of the self. *HAU Journal of Ethnographic Theory*, 12(1), 198-216.
4. Letheby, C. (2021). *Philosophy of Psychedelics*, Oxford: Oxford University Press, Incorporated. Print, p. 47.
5. Wikipedia (2023, 19. august), *Ego death*, The Free Encyclopedia. Lokaliseret 15. sep. 2023 på: https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Ego_death&oldid=1090342031.
6. Pollan, M. (2018). *How to Change Your Mind : The New Science of Psychedelics*. Allen Lane, an imprint of Penguin Books, pp. 276-77.
7. Seth, Anil K. (2021). *Being You: A New Science of Consciousness*. New York, New York: Dutton, an imprint of Penguin Random House LLC. Print.
8. Letheby, C. (2021). *Philosophy of Psychedelics*, Oxford: Oxford University Press, Incorporated. Print, p. 56.
9. Letheby, C. (2021). *Philosophy of Psychedelics*, Oxford: Oxford University Press, Incorporated. Print, p. 56.
10. Gärtner, K. and Clowes, R. (2020). Predictive Processing and Metaphysical Views of the Self i D. Mendonça, M. Curado, S.S. Gouveia (eds.), *The Philosophy and Science of Predictive Processing*, Bloomsbury Publishing Plc, pp. 59-82.

MUSIKKENS POTENTIALE I UDVIDET BEVIDSTHED

af Catharina Messell

1. Brandt, A., Gebrian, M and Slevc, L. R. (2012) Music and early language acquisition *Frontiers in Auditory Cognitive Neuroscience* doi: 10.3389/fpsyg.2012.00327
2. Aldridge, D & Fachner, J (2005) *Music and Altered States: Consciousness, Transcendence, Therapy and Addiction*, Jessica Kingsley Publishers
3. Nettl, B. (2013). *Music in Primitive Culture*, Cambridge Harvard University Press
4. Bonde, L. O., Pedersen, I. N., & Wigram, T. (2001). *Musikterapi : når ord ikke slår til: en håndbog i musikterapiens teori og praksis i Danmark*. Klim.
5. Levinge, A. (2015). *The Music of Being: Music Therapy Winnicott and the School of Object Relations*, London, Jessica Kingsley Publishers.
6. Bonny, H. L. (2002). *Music and Consciousness: The Evolution of Guided Imagery and Music*, New Braunfels Barcelona Publishers.
7. Maslow, A. H. (1962). Lessons from peak experiences. *Journal of Humanistic Psychology*, 2, 9.
8. Bonny, H. L., and Pahnke, W. N. (1972). The use of music in psychedelic (LSD) psychotherapy. *Journal of Music Therapy*, 9, 64–87. doi: 10.1093/jmt/9.2.64
9. Grocke, D. E. (2019). *Guided Imagery and Music: the Bonny Method and Beyond*, Barcelona Publishers. New Braunfels
10. Grocke, D. & Moe, T. (Eds.) (2015), *Guided Imagery and Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy*, Jessica Kingsley Publishers
11. Bonde, L. O. (2007). Music as Co-Therapist.: Investigations and reflections on the relationship between music and imagery in The Bonny Method of Guided Imagery and Music, in *Receptive music therapy*. ed. I. Frohne-Hagemann Dr. Ludwig Reichert Verlag, 43-74.
12. Kaelen, M., Giribaldi, B., Raine, J., Evans, L., Timmerman, C., Rodriguez, N., et al. (2018). The hidden therapist: evidence for a central role of music in psychedelic therapy. *Psychopharmacology* 235, 505–519. doi: 10.1007/s00213-017-4820-5
13. O'Callaghan, C., Hubik, D. J., Dwyer, J., Williams, M., and Ross, M. (2020). Experience of music used with psychedelic therapy: a rapid review and implications. *J. Music. Ther.* 57, 282–314. doi: 10.1093/jmt/thaa006