

Heilung durch rituellen Gebrauch
entheogener Substanzen –
Zauberpilze in der modernen Welt

Frank Sembowski

Wann ist man krank?

Definition der WHO

(hier als Ausdruck von Gesundheit)

"Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen."

→ Krankheit = fehlendes Wohlbefinden einer Person

→ Person ist autonom in Bezug auf die Krankheit.

Wann ist man krank?

Modell der Homöostase

(als Ausdruck von Gesundheit)

Das Modell der Homöostase (Gleichgewicht und *automatische* Selbstregulation) hält den Menschen für gesund, wenn sich sowohl die physischen Funktionen des Organismus als auch das psychische Empfinden einer Person im Gleichgewicht befinden.

→ Krankheit = gestörte Selbstregulation

Beispiel: Krankheitserreger

Wann ist man krank?

Gesundheit als Flexibilitätserscheinung

(Krankheit als Ausdruck von Gesundheit)

Nach Aaron Antonovsky und Alexa Franke:

Gesundheit ist die Fähigkeit des Menschen, mit Stressoren und Situationen *aktiv* umgehen zu können (Antonovsky) und gesundheitsfördernde Einflussgrößen zu etablieren (Franke).

Krisen sind normal und auch notwendig, um der Stagnation zu entgehen.

→ Krankheit = unzureichende Flexibilität; fehlende Krisen- und Stressbewältigung

Beispiel: Trauer (auch: Gefahr der Verdrängung).

Wann ist man krank?

Modell der Transformation und Befreiung

- A. Krankheit ist Stagnation verursacht durch Konditionierungen, Indoktrinationen, Gewohnheiten, Traumata und Sozialisation.
 - B. Jedem Schritt des transformativen Prozesses geht eine befreiende Krise voraus.
- Krankheit = Zustand der Unfreiheit hervorgerufen durch biographische, psychische und mentale Blockaden

Was bedeutet Heilung?

- Gemäß WHO:
Die Wiederherstellung des Wohlbefindens.
- Gemäß des Modells der Homöostase und der Flexibilität:
Selbstregulation findet statt; Entwicklungen dürfen ablaufen und werden als Chance wahrgenommen.
- Gemäß des Modells der Transformation:
Die transformative Befreiung der Person schreitet fort.
- Heilung bedeutet hingegen *nicht* Symptombekämpfung oder -unterdrückung (-verdrängung).

Psilocybingestützte Heilung

Wie können Psilocybin und Psychedelika zur Heilung beitragen?

- Gemäß WHO:
Leisten einen Beitrag zum Wohlbefinden; vor allem aber: Stärkung der Autonomie.
- Gemäß des Modells der Flexibilität:
Fördert die aktive Lebensführung; Krisen werden als Chancen wahrgenommen.
- Gemäß des Modells der Transformation:
Eigentliches und primäres Wirkungsfeld der Psychedelika.

Psilocybingestützte Heilung

Zusammenfassung

Psychedelika konfrontieren eine Person mit der Macht der Freiheit, sich von gesellschaftlichen Konzepten, persönlichen Beziehungen, Erinnerungen und dem trügerischen Gefühl eines unwandelbaren Ichs zu lösen.

Psychedelika leiten eine Krise ein, die – unabhängig davon, ob sie emotionaler, psychosomatischer oder spiritueller Natur ist – zur persönlichen Entwicklung, Transformation und Heilung anregt.

Substanzgestützte Heilung

Pilze als Symbol der Transformation

Vom amorphen Mycel (Unbewusstes)
zum Fruchtkörper (Bewusstheit):



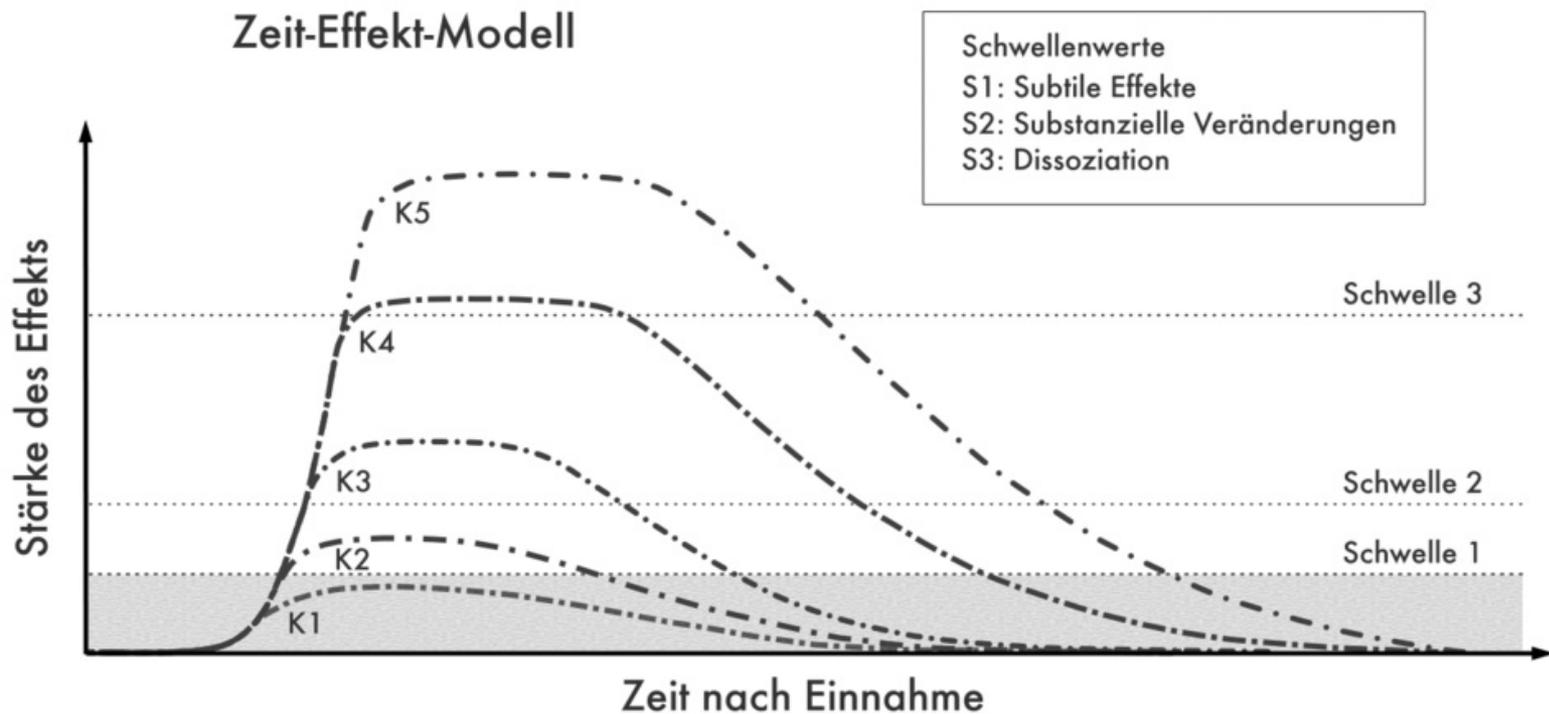
Wie wirkt Psilocybin?

Pharmakokinetik und Pharmakodynamik

Zeitlicher Verlauf einer psychedelischen Dosis:

1. Die Wirkung setzt nach ungefähr 35 bis 55 Minuten ein.
2. Psychedelische Erlebniswelt (maximal 1 Stunde)
3. Dissoziative Phase (1 bis 3 Stunden)
4. Rückkehr (1 bis 2 Stunden)
5. Ausklang (mehrere Stunden)
6. Integrationsphase (Wochen bis Monate, je nach Intensität der Erfahrung)

Psilocybin: PK-PD-Modell



Wirkung von Psilocybin

Aspekte der Wirkung

In der akuten Phase:

- Beseitigt psychische und emotionale Blockaden und Konditionierungen.
- Lässt den Probanden verdrängte Problem erkennen.
- Bringt das Selbstverständnis des Ich ins Wanken oder löst es komplett auf: Angstbehaftete Ich-Auflösung (Ego-Tod).
- Konfrontation mit der Sterblichkeit und dem Tod.
 - Motiv: Tod und Wiedergeburt (Erneuerung)
 - Schamanismus: Zerstückelung und Selbstheilung

Wirkung von Psilocybin

Weitere Aspekte der Wirkung

- Das Bewusstsein überwindet die Grenzen der Wahrnehmung: Gipfelerfahrung (engl. *peak experience*).
→ Gefühl der Verbundenheit mit der Natur und dem Kosmos (ozeanische Entgrenzung; transpersonales Erleben)

Nach der akuten Phase:

- Verbessert die emotionale Empathie und Sozialität.
- Reinigt das Bewusstsein; Zitat: „Resettet das Gehirn“.
- Versetzt das neuronale Netzwerk in eine Art embryonalen Zustand zurück.
→ Beobachten, Lernen und Verstehen beginnen von Neuem.

Die psychedelische Erfahrung

Die Welt als Ganzes

Die Welt ist zu komplex, um sie als Ganzes erfassen zu können.

Abhilfe: Reduktionismus.

- A. Da das Ganze unzugänglich ist, betrachtet man lediglich einen Ausschnitt.
- B. Vorauswahl des eigentlich Messbaren, da nur dieses objektiven Kriterien zugänglich ist.
- C. Filter: Biologie, Physik, Chemie, Ethnologie, Psychologie usw. (Interdisziplinarität, besser: Multidisziplinarität)
Beispiel: Bedeutung eines Baumes aus Sicht der Disziplinen

Die psychedelische Erfahrung

Grenzen des Reduktionismus

- Das reduktionistische Vorgehen birgt die Gefahr der Ausschließlichkeit.
 - Es besteht die Gefahr, dass das Beschränkte mit der Wirklichkeit gleichgesetzt wird.
- Die psychedelische Erfahrung hilft, die Ganzheit nicht aus den Augen zu verlieren. Sie ist Quelle unmittelbarer (intuitiver) Erkenntnis, und zwar auch in Bezug auf wissenschaftliche Aussagen.
- Beispiel: Kreisläufe in der Natur

Psilocybin

Ein Wort der Warnung

- Allein die Intensität der Erfahrung ist eine Warnung wert!
- Die Erfahrungen sind durchaus nicht immer angenehm:
Himmel und Hölle.
Aber: Das Erlebte – wie intensiv es auch immer sein mag – ist nicht traumatisierend.
- Nicht nur zu therapeutischen Zwecken, dennoch:
keine Party-Substanz!
- Man wird mit dem Zustand der Freiheit konfrontiert, was zu existenziellen Krisen führen kann („spirituelle Notlage“).
Beispiel: Unzufriedenheit mit der beruflichen Tätigkeit.

Psilocybin und Neurologie

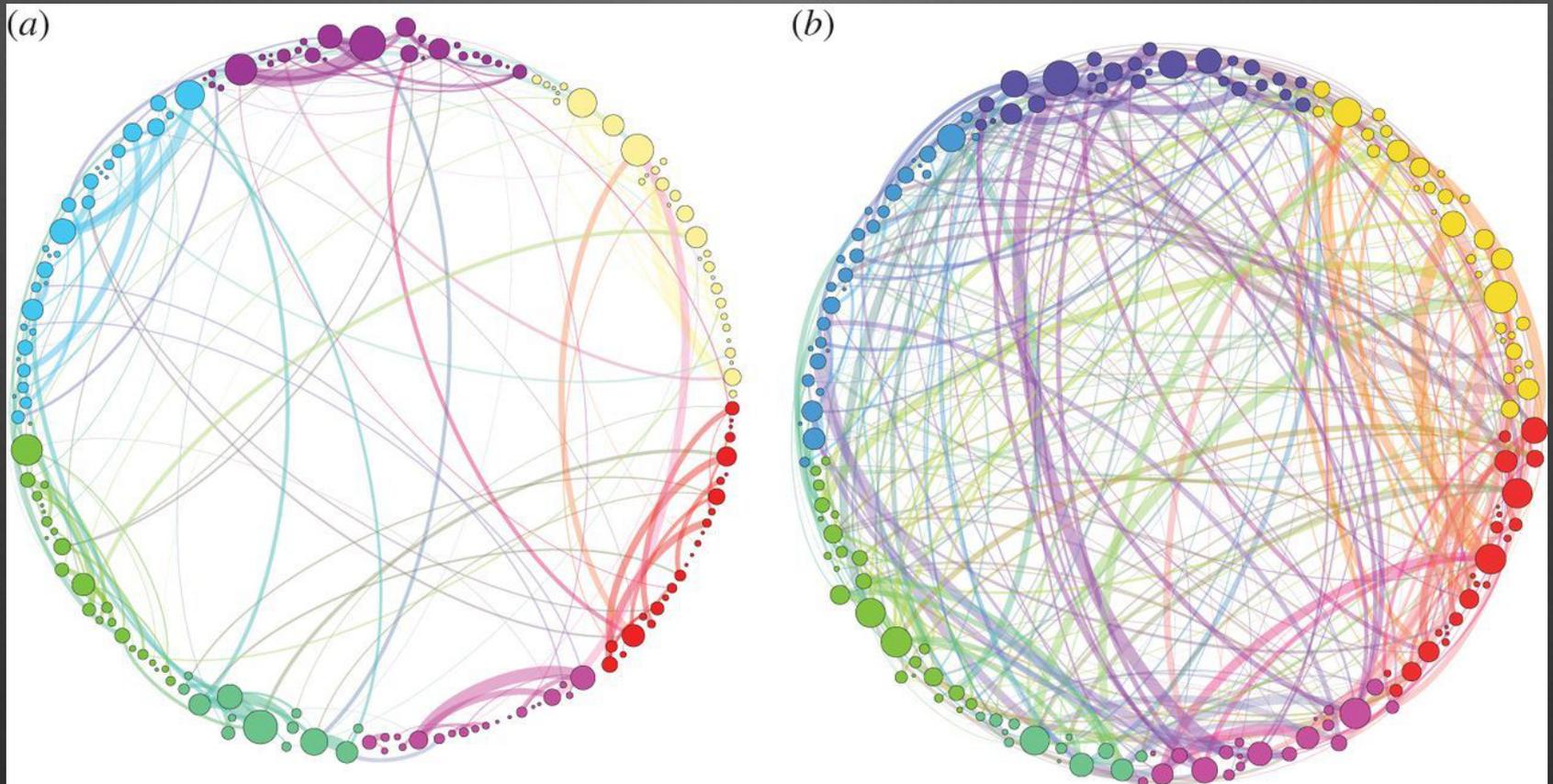
Wie kann man sich die Wirkung einer in der Breite wirksamen Substanz vorstellen?

1. Mentale und emotionale Netzwerke werden aufgelöst.
2. Das Potenzial, neue Netzwerke bilden zu können, wird gestärkt.
3. Mit Abklingen der Wirkung kommt es zu einer Neuvernetzung und -ausrichtung.

Die Etablierung und Ausformung der neuen Netze benötigen Wochen und Monate.

Psilocybin und Neurologie

Petri, G.; Expert, P.; Turkheimer, F.; Carhart-Harris, R.; et al. (2014): *Homological scaffolds of brain functional networks*. Journal of the Royal Society. Vol. 11, Issue 101: 20140873.



Placebo

Psilocybin

Psilocybin und Neurologie

Der Langzeiteffekt existiert!

Die Probanden sind neugieriger, offener, kommunikativer, weniger ängstlich; sie zeigen eine positive Einstellung gegenüber dem Leben und dem Selbst, eine positive Stimmungsänderung, eine Zunahme des altruistischen Verhaltens, gesteigertes Wohlbefinden und eine größere Lebenszufriedenheit (gemessen nach 1 und 12 Monaten).¹

¹) Schmid, Yasmin; Liechti, Matthias E. (2017): *Long-lasting subjective effects of LSD in normal subjects*. Psychopharmacology. Vol. 235(2): S. 535–545.

Psilocybin:

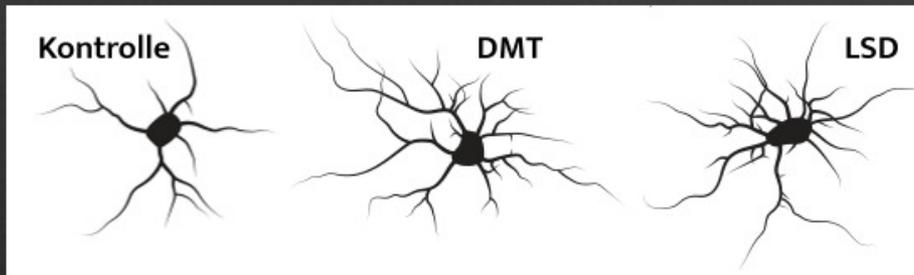
Mason, Natasha L.; Mischler, Elisabeth; Uthaug, Malin V.; et al. (2019): *Sub-Acute Effects of Psilocybin on Empathy, Creative Thinking, and Subjective Well-Being*. Journal of Psychoactive Drugs. 2019: S. 1–12.

Psilocybin: Langzeiteffekt

Wie kommt es zum Langzeiteffekt?

- Neuroplastizität statt klassischer Pharmakodynamik.
- Erster Nachweis 2018 durch Ly et al.:

„Wir haben festgestellt, dass [...] serotonerge Psychedelika in der Lage sind, die Neuritogenese oder Spinogenese sowohl in vitro als auch in vivo robust zu erhöhen. Diese Veränderungen der neuronalen Struktur gehen einher mit einer erhöhten Anzahl und Funktion der Synapsen [...]“



Ly, Calvin; Greb, Alexandra C.; Cameron, Lindsay P.; et al. (2018): *Psychedelics Promote Structural and Functional Neural Plasticity*. Cell Reports. Vol. 23, Issue 11: S. 3170–3182.

Ritueller Gebrauch

Einschub: Westliche Geschichte der Zauberpilze

- 1936: Erst Belege für lebendige Pilzrituale in Mexiko.
- 1955: Aktive Teilnahme an einem traditionellen Pilzritual (Valentina Pavlovna und R. Gordon Wasson).
- Die Leiterin des Rituals, die mazatekische Schamanin Maria Sabina, wird zu einer bedeutenden Kulturvermittlerin.
- 1958: Isolation von Psilocybin und Psilocin als aktive Wirkstoffe der Zauberpilze durch Albert Hofmann und Kollegen.
- 1963: Erste Versuche mit Psilocybin im therapeutischen Umfeld.

Ritueller Gebrauch

Welche Aufgabe erfüllt ein Ritual?

- Rituale dienen der Förderung und Ausrichtung der Konzentration auf einen bestimmten Bewusstseinsinhalt.
→ Beispiel: Morgentliches Kaffeeritual
- Ein Ritual ist Bestandteil eines Settings.
- Ein passendes Setting ist *wesentliche* Voraussetzung für eine heilende, therapeutische Sitzung!

Vergleich der Gebrauchsformen

Traditioneller, ursprünglicher und westlicher therapeutischer Gebrauch

Für beide gilt:

- Ritualcharakter und Bedeutung des Settings: Betreuung, unterstützende und sichere Umgebung etc.
- Leitung durch ausgebildete Spezialisten.
- Verwendung der gleichen Substanz
Identischer Effekt: Naturdroge ↔ reine Substanz
- Erstellen Diagnosen, erkennen Krankheitsursachen.
- Bringen das Verborgene, das Unbewusste und Verdrängte ans Licht.

Vergleich der Gebrauchsformen

Eigenheiten der jeweiligen Gebrauchsform

Einflusssphäre des Schamanen

- Körperseelen (Psyche), Natur und Kosmos, die Welt der Geister und Ahnen und das Animalische.

Eigenheiten des Schamanen

- Bewährtes Setting.
- Dosierung individuell aufgrund von Wissen und Erfahrung.
- Tragende Säule und Bewahrer der lokalen Kultur.
- Ekstasespezialist und -vermittler.
- Ist auch Dramaturg, Sänger, Erzähler, Kosmologe, Berater etc.
- Ihm gelang beispielhaft die Selbstüberwindung einer existenziellen Krise während der Initiation.

Vergleich der Gebrauchsformen

Eigenheiten der jeweiligen Gebrauchsform

Einflusssphäre des Psychotherapeuten

- Psyche und endogene Faktoren; Einbeziehung des sozialen Umfeldes.

Eigenheiten des Psychotherapeuten

- Systematisches Vorgehen
- Exakte Dosis in Abhängigkeit von messbaren Größen.
- Keine Berufung nötig.
- Greift auf wissenschaftliche Modelle zurück.

Anwendung in der Medizin

Welche klassifizierten Krankheiten können mit Psilocybin behandelt werden?

- Nikotin- und Alkoholsucht
- Angststörungen
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- Depressionen
- u. a.

Anwendung in der Medizin

Statistiken zu Depressionen

- Laut WHO sind weltweit 4,4 % der Menschen von Depressionen betroffen, in Deutschland 5,2 % (4,1 Millionen).
- Die 12-Monatsprävalenz unter den Studienteilnehmern der DEGS1 beträgt 9 % (13 % der Frauen und 6 % der Männer).
- Weiterführend statistische Analysen schätzen das Risiko, bis zum Alter von 75 Jahren eine Depression zu entwickeln, bei Männern auf über 20 % und bei Frauen auf über 35 %.

Quelle: Robert-Koch-Institut

Anwendung in der Medizin

Ursachen von Depressionen

Die Ursachen von Depressionen sind vielfältig.

- Jedes Jahr knapp eine Millionen bestätigte Fälle von Kindesmisshandlungen allein in den USA! Hiervon sind klassifiziert: 60 % Vernachlässigung, 20 % körperlicher und 10 % sexueller Missbrauch.
- Missbrauch in der Kindheit findet statt bei 30 % der Frauen und bei gut 40 % der Männer.
- Heim, Christine; Shugart, Margaret; Craighead, W. Edward; et al. (2010): *Neurobiological and Psychiatric Consequences of Child Abuse and Neglect*. *Developmental Psychobiology*. Vol. 52(7): S. 671–690.

Anwendung in der Medizin

Studien zur Wirksamkeit von Psilocybin gegen Depressionen

Aktuelle Nachweise:

- Carhart-Harris, Robin L.; Bolstridge, Mark; Rucker, James; et al. (2016): *Psilocybin with psychological support for treatment-resistant depression: an open-label feasibility study*. The Lancet Psychiatry. Vol. 3, Issue 7: S. 619–627.
- Griffiths, Roland R.; Johnson, Matthew W.; Carducci, Michael A.; et al. (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. Vol. 30(12): S. 1181–1197.
- Roseman, Leor; Nutt, David J. and Carhart-Harris, Robin L. (2018): *Quality of Acute Psychedelic Experience Predicts Therapeutic Efficacy of Psilocybin for Treatment-Resistant Depression*. Frontiers in Pharmacology. Vol. 8: S. 974.

Anwendung in der Medizin

Psilocybin zur Behandlung von Depressionen

Vorteile:

- Entfaltet seine Wirkung bereits mit und nach der ersten Sitzung (Langzeiteffekt).
- Nur wenige Anwendungen nötig; keine Abhängigkeit.
- Echte Heilung, nicht Depressionsmanagement.
- Gut verträglich; kaum Nebenwirkungen.
- Kostengünstig
- Dosierung relativ unkritisch (im Vergleich zu MDMA).
- Dauer der akuten Phase relativ kurz (im Vergleich zu LSD).

Anwendung in der Medizin

Psilocybin zur Behandlung von Depressionen

Zu beachten:

- Betreuungsaufwand erforderlich; speziell bei Depressionen: psychotherapeutische Begleitung erforderlich.
- Vorsicht: Viele Antidepressiva sind irreversible MAO-Hemmer! Wirkung wird verlängert und verstärkt (Gefahr des Serotonin-Syndroms). Erforderlich ist eine zeitliche Distanz nach Absetzen (Wochen, unter Umständen Monate).

Was ist der Haken?

Legalitätsstatus

- Psilocybin wurde schon vor Jahrzehnten (USA: 1960er-Jahren) *ohne* wissenschaftliche Begründung illegalisiert.
- Psilocybinhaltige Pilze sind in einer gesetzlichen Grauzone: zu Rauschzwecken und zu therapeutischen Zwecken illegal.
- Vollständig illegalisieren lassen sich psilocybinhaltige Pilze nicht, da sie ubiquitär vorkommen.

Zur Erinnerung:

- Psilocybin macht nicht süchtig, ist kein Zellgift, ist nicht karzinogen und verursacht keine Veränderungen des Erbguts. Bisher nicht geklärt: Auswirkungen von Micro-, Minidosing.

Wie geht es weiter?

Humanitäre Verpflichtung

- Vielfältig wirksames und *günstiges* Therapeutikum.
- Steigerung der Zufriedenheit und des Wohlbefindens durch innere Einsichten und durch eine daraus resultierende individuelle Lebensführung.
- Steigerung der Kreativität und Innovationskraft.
- Naturrecht und Persönlichkeitsrecht: Das Verbot steht im Widerspruch zu Artikel 2 des Grundgesetzes.

Wie geht es weiter?

Liberalisierung

- Freigabe für therapeutische Zwecke.
- Förderung und Ausweitung der wissenschaftlichen Forschung.
- Für mündige Bürger 23+
- Aufklärung: Information und Respekt vor der Substanz.

Literaturempfehlung



Alexa Franke (2012):

Modelle von Gesundheit und Krankheit.

Bern: Verlag Hans Huber

Literaturempfehlung

Frank
Sembowski

LIBERALISIERUNG PSYCHOAKTIVER SUBSTANZEN



Warum ein Umdenken
dringend erforderlich ist

NACHTSCHATTEN
VERLAG

Frank Sembowski (2017):

*Liberalisierung psychoaktiver
Substanzen.*

Solothurn: Nachtschatten Verlag

frank.sembowski@substanz.info

Fragen?

Erklärungen benötigen Raum ...

„Wenn man die Größe eines Buches nicht nach der Zahl der Blätter, sondern nach der Zeit misst, die man nötig hat, es zu verstehen, so könne man von manchem Buche sagen: dass es viel kürzer sein würde, wenn es nicht so kurz wäre.“

Abt Terrasson nach Kant

Kontakt und Revisionen

Korrespondenz an:

frank.sembowski@substanz.info

Revisionen

8.5.2019

Tag des Vortrags

9.5.2019

Rechtschreibkorrekturen