

Univerzita Karlova

1. lékařská fakulta

Studijní program: NMgr. Adiktologie

Studijní obor: Adiktologie



Bc. Dita Hrubá

Strategie a rizika užívání LSD za účelem transpersonálního poznání: případová studie skupiny uživatelů

Strategies and risks of using LSD for transpersonal reasons: a case study of a group of users

Diplomová závěrečná práce

Vedoucí závěrečné práce: Mgr. Jaroslav Vacek, Ph.D.

Praha, 2024

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci zpracovala samostatně a že jsem řádně uvedla a citovala všechny použité prameny a literaturu. Současně prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Souhlasím s trvalým uložením elektronické verze mé práce v databázi systému meziuniverzitního projektu Theses.cz za účelem soustavné kontroly podobnosti kvalifikačních prací.

V Praze, 2.4.2024

Bc. Dita Hrubá

Podpis

Identifikační záznam: HRUBÁ, Dita. *Strategie a rizika užívání LSD za účelem transpersonálního poznání: případová studie skupiny uživatelů* [Strategies and risks of using LSD for transpersonal reasons: a case study of a group of users]. Praha, 2024. 54 s. Diplomová práce (Mgr.). Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie. Vedoucí závěrečné práce: Mgr. Jaroslav Vacek PhD.

Poděkování:

Děkuji vedoucímu mé diplomové práce Mgr. Jaroslavu Vackovi PhD. za jeho cenné rady, připomínky a odborné vedení. Velké dík patří mé rodině za trpělivost a podporu, kterou mi v průběhu psaní poskytovala. V neposlední řadě děkuji respondentům za jejich čas a ochotu sdílet své hluboké osobní prožitky.

Abstrakt (CZ)

Východiska: LSD, jedno z nejvýznamnějších psychedelik, je předmětem zájmu od svého objevu v roce 1943 díky své schopnosti měnit lidské vědomí a díky relativní bezpečnosti, protože nevykazuje závislostní potenciál. Transpersonální poznání, které zahrnuje stavy vědomí přesahující běžné smyslové a kognitivní zkušenosti, je jednou z oblastí, kde je LSD využíváno. Ačkoli existují potenciální přínosy této látky, je nutné také zohlednit možná rizika spojená s jejím užíváním.

Cíl práce: Cílem této diplomové práce je prozkoumat strategie, které skupina používá k minimalizaci rizik spojených s užíváním LSD za účelem transpersonálního poznání. Dále se zaměřuje na roli skupiny při užívání a integraci zážitků z psychedelických sezení.

Výzkumný soubor: Výzkumný soubor tvoří uzavřená skupina čtyř přátel užívající LSD za účelem transpersonálního poznání v časovém intervalu přibližně jednou za půl roku. Respondenti byli vybráni metodou záměrného výběru.

Metody: Data byla sbírána pomocí kombinace polostrukturovaných rozhovorů, ohniskové skupiny a zúčastněného pozorování. Pro analýzu dat byla použita interpretativní fenomenologická analýza (IPA), která umožňuje hlubší pochopení osobních zkušeností a významů, jak jsou prožívány a interpretovány účastníky.

Výsledky: Výsledky ukazují, že skupina uživatelů LSD používá několik strategií k minimalizaci rizik, včetně pečlivé přípravy prostředí – settingu a důkladného nastavení setu před každým sezením. Skupinová dynamika sehrává klíčovou roli nejen během samotného zážitku, ale i při následné integraci poznatků, kde členové skupiny poskytují vzájemnou podporu a reflexi.

Závěr: Studie pojednává o zajímavém fenoménu transpersonálního poznání vlivem LSD a poukazuje na přístup k užívání, který může být vcelku funkční. Záměrem bylo prozkoumání důležitosti zvládnutí bezpečnostních strategií a zodpovědného přístupu k užívání LSD, což bylo naplněno. Tato případová studie přispívá ke vhledu do mnohem komplexnější problematiky užívání psychedelických látek.

Klíčová slova: LSD, transpersonální poznání, strategie užívání, rizika užívání, psychonauti

Abstract (EN)

Background: LSD, one of the most important/well-known psychedelics, has been a subject of interests since its discovery in 1943 due to its ability to alter human consciousness and its relative safety it does not exhibit addictive potential. Transpersonal cognition, which includes states of consciousness beyond ordinary sensory and cognitive experiences, is one area where LSD is used. Although there is evidence about the potential benefits of this substance, the potential risks associated with its use should also be taken into consideration.

Aims: This study aims to explore strategies used by the group (participants) to minimize the risks associated with using LSD to achieve transpersonal cognition. This study further focuses on the role of the group while using and integrating experiences from psychedelics sessions.

Sample: The research group consists of a closed group of four friends using LSD for transpersonal cognition, approximately once every six months. The participants were selected using the purposive sampling method.

Methods: Data were collected using a combination of semi-structured interviews, focus group, and participant observation. Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) was used to analyse data. IPA enables a deeper understanding of personal experiences and meanings through the participant's interpretation of those experiences.

Results: Findings pointed out that the group of LSD users uses several strategies to minimise risks, including careful preparation of the environment and thorough self adjustment before each LSD session. Group dynamics play a key role not only during the experience but also in the subsequent integration of knowledge, where group members provide mutual support and reflection.

Conclusion: The study discusses the interesting phenomenon of transpersonal cognition under influence of LSD and points out an approach of use that can be functional. The purpose was to explore the importance of managing safety strategies and taking a responsible approach while using LSD, which was achieved. This case study contributes to an insight into much more complex issue of psychedelic substance use.

Key words: LSD, transpersonal cognition, strategies of use, risks of use, psychonauts

Obsah

1 Úvod	9
2 Psychedelika	11
2.1 Psychedelika – terminologie	12
2.2 Psychedelika – rozdělení	12
2.3 Motivace k užití	13
2.3.1 Psychedelická zkušenost	13
2.3.2 Uživatelé psychedelik, psychonauti aj.	14
3 LSD	16
3.1 Objev	16
3.2 Jak to bylo dál? Vývoj LSD v čase ve světě i u nás	17
3.3 LSD – Účinky	20
3.3.1 Set a setting	23
3.3.2 Rizika spojená s LSD	23
4 Vědomí	25
4.1 Změněné stavy vědomí	25
4.2 Transpersonální poznání	26
4.2.1 Psychospirituální krize	28
5 Výzkumný problém	29
5.1 Cíl výzkumu	29
5.2 Výzkumné otázky	30
6 Metodologický rámec	31
6.1 Výzkumný soubor	31
6.2 Metody tvorby dat	32
6.3 Metody analýzy dat	34
7 Etika výzkumu	35
8 Rozbor výsledků	36
8.1 Rozbor jednotlivých případů	36
8.1.1 Slunce	36
8.1.2 Mars	38
8.1.3 Venuše	39
8.1.4 Měsíc	40
8.2 Společná témata	40

8.3 Jak probíhá společný trip – jeho fáze, cykličnost	42
8.4 Vztahy ve skupině	44
8.4.1 Trip s někým „cizím“	45
8.5 Odpovědi na výzkumné otázky.....	45
9 Diskuse a závěr	47
Seznam použitých zdrojů.....	51

1 Úvod

Diethylamid kyseliny lysergové (LSD), objevený v roce 1938 švýcarským chemikem Albertem Hofmannem, získal značnou pozornost jak ve vědeckých kruzích, tak v širší veřejnosti díky svým výrazným psychotropním účinkům.

Tato látka se ve spojení s psychoterapií jevila jako slibný prostředek při léčbě různých duševních nemocí, včetně depresí, úzkostných poruch, alkoholismu a dalších závislostí. Po následujících dekádách intenzivního výzkumu a kontroverzního společenského užívání byl v 70. letech 20. století její legální status v mnoha zemích změněn, což vedlo k omezení výzkumu této látky (Hausner & Segalová, 2016).

V současné době se výzkum této látky obnovuje, zejména v kontextu psychedelické renesance, kdy se znovu zvažují terapeutické možnosti psychedelik a jejich potenciál pro duševní zdraví (Carhart-Harris et al., 2016).

Transpersonální poznání představuje zážitek, který přesahuje běžné osobní zkušenosti a může zahrnovat mystické nebo duchovní stavy, změněné stavy vědomí, pocity jednoty se světem, s vesmírem apod. Tento koncept, který vznikl v rámci transpersonální psychologie, integruje duchovní a transcendentní aspekty lidské zkušenosti s moderní psychologií.

Někteří jedinci k dosažení těchto stavů využívají právě potenciálu LSD. Avšak jak se mnozí vědci shodují: "LSD je dobrý sluha, ale zlý pán". Je to látka mocná, která může být užitečným nástrojem pro zkoumání vlastní mysli a duševních procesů, ale je potřeba k ní přistupovat obezřetně.

Domnívám se, že průzkum strategií a rizik užívání LSD za účelem transpersonální kognice je zajímavý hned z několika důvodů. V kontextu rostoucího zájmu o alternativní přístupy k dosahování duševního zdraví to může být příležitost pochopit fenomén užívání psychedelik nejen z terapeutického hlediska, ale i z hlediska osobního rozvoje a duchovního hledání. Dále může přinést důležité poznatky o bezpečnostních opatřeních a rizicích spojených s užíváním LSD, což je důležité pro minimalizaci potenciálních negativních dopadů na jednotlivce.

Tato práce se zaměřuje na případovou studii skupiny čtyř přátel, analyzovanou interpretativní fenomenologickou analýzou, kteří užívají LSD s cílem dosáhnout transpersonálního poznání. Cílem výzkumu je prozkoumat jejich strategie a zkušenosti, identifikovat rizika a výhody tohoto přístupu a přispět k širšímu porozumění této komplexní problematice. Analyzují nejen jejich subjektivní zážitky, ale také jejich přístup k užívání, bezpečnostní opatření a kontext, ve kterém k těmto zkušenostem dochází.

2 Psychedelika

Psychedelika se řadí mezi psychoaktivní látky. Psychoaktivní látky lze klasifikovat jako legální, regulované, nebo ilegální. Legální látky, které jsou běžně dostupné, zahrnují např. alkohol a tabák a užívání těchto látek je (i přes nespočet prokázaných negativních vlivů) sociálně přijatelné v mnoha kulturách. Regulované látky zahrnují léčiva na předpis, jako jsou benzodiazepiny nebo opioidní analgetika. Poslední skupinou jsou nelegální látky, jako je např. pervitin, kokain, psychedelika a jsou zakázány k používání v běžné populaci a jejich prodej a distribuce jsou trestně stíhány

Jiné dělení, a to podle účinků nabízí Zábranský (2003), a to na látky: tlumivé, stimulační a halucinogenní. Toto dělení poskytuje základní rámec pro pochopení, jak různé substance interagují s lidskou myslí a jaký mají vliv na psychiku. V rámci těchto kategorií zauímají zvláštní místo právě psychedelika, která jsou schopna navodit tzv. "změněné stavy vědomí".

Termín "změněné stavy vědomí" byl poprvé definován Arnoldem M. Ludwigem v roce 1966 a od té doby byl široce přijat v odborné literatuře. Ludwig tento termín uvedl pro popis stavů, které jsou odlišné od běžného stavu vědomí, které může být změněno fyziologickou, psychologickou nebo farmakologickou cestou.

Psychedelika jako psilocybin nebo diethylamid kyseliny lysergové (LSD) aj., patří mezi nejznámější látky schopné vyvolat tyto změněné stavy vědomí. Pro změněné stavy vědomí je v této práci vyhrazena zvláštní podkapitola.

Historie psychedelik sahá do období před zápisem písemných dějin, kde byly tyto látky využívány v různých sociokulturních a rituálních kontextech, vědecký výzkum psychedelik začal intenzivně až po objevu LSD.

Psychedelika jsou obecně považována za fyziologicky bezpečná a nevykazují závislostní potenciál, naopak z výzkumů vyplývá, že mají potenciál závislosti léčit (Cink, 2022a).

Psychedelika ovlivňují lidský mozek především tím, že mění způsob, jakým neurony komunikují mezi sebou. Hlavní mechanismus, kterým psychedelika působí, zahrnuje serotoninové receptory, zejména receptor 5-HT_{2A}. Aktivace těchto receptorů může vést k různým změnám v mozkové aktivitě a vnímání, což vysvětluje charakteristické efekty psychedelik, jako jsou změny vnímání, nálady, kognitivních funkcí a vědomí (Nichols, 2016).

2.1 Psychedelika – terminologie

Pro psychedelika, vzniklo v průběhu let mnoho označení jako např. psychotomimetika – látky vyvolávající psychózu. Tento termín se používal převážně během 50. let 20. století, jelikož probíhaly výzkumy, které měly potvrdit nebo vyvrátit hypotézu tzv. „modelové psychózy“ (Grof, 2022).

Dalším termínem jsou halucinogeny – látky utvářející halucinace. Cink (2022a) toto označení považuje za nešťastné z toho důvodu, že se zaměřuje jen na halucinace, byť psychedelika právě halucinace nezpůsobují, nebo jen velmi vzácně. Světová zdravotnická organizace (WHO) však tento pojem stále používá a to jako „nadřazený pojem zastřešující psychedelika, kanabinoidy, disociativa a delirogeny. „Toto řazení je absurdní, protože tyto skupiny nemají nic společného chemicky, fenomenologicky ani využitím“ (Cink, 2022a, p. 20).

Jiným možným označením jsou fantastika nebo psychodysleptika – látky rozkládající psychiku. Žádné z uvedených označení však nebylo ohledně povahy těchto látek přesné, až roku 1957 přišel Humphrey Osmond s mnohem přílehlavějším označením, a to právě PSYCHEDELIKA, což by se dalo přeložit jako látky, které odkrývají duši (Grof, 2022).

Můžeme se také setkat s pojmem entheogen. Toto označení se používá k odlišení účelu, pro jaký je psychoaktivní látka užitá, jelikož entheogeny jsou původně látky přírodního původu používající se výhradně pro šamanské a náboženské rituály. Dnes již můžeme hovořit i o nepřirodních entheogenech, ale velmi záleží na tom, zda je psychoaktivní látka použita právě pro nějaký mystický, duchovní smysl (Ott, 1996). Přeneseně řečeno – LSD užitá na psytrance party za účelem zábavy nemůžeme jmenovat jako entheogen.

2.2 Psychedelika – rozdělení

Cink (2022a) předkládá rozdělení psychedelik na klasická (typická) a atypická. Typická psychedelika působí primárně na serotonergní systém, kdežto atypická primárně ovlivňují jiné systémy než serotonergní. Typická psychedelika můžeme dále rozdělit na základě jejich chemické povahy na tryptaminy, lysergamidy a fenylethylaminy. Další možné dělení, které Cink nabízí je podle původu, a to psychedelika přírodní, kam se řadí např. psilocybin a meskalin nebo syntetická, kam spadá např. LSD. Miovský (2003) nabízí dělení psychedelik na látky přírodní rostlinného původu nebo z hub, látky přírodní živočišného původu a semisyntetické a syntetické látky.

2.3 Motivace k užití

Motivace pro užití psychedelík, jsou mnohostranné a mohou se lišit v závislosti na individuálních zkušenostech, očekávání a kontextu užití.

Základní motivace identifikované v systematickém přehledu prováděném Basedowem a Kuitunem (2022) zahrnují:

- Rozšíření vědomí – Nejčastěji uvedený důvod. Tento motiv zahrnuje touhu rozšířit (sebe)poznání, posílení duchovního vývoje a zvědavost. Jedná se o touhu po hlubším porozumění světu, sobě samému a univerzálním pravdám, prostřednictvím zkušeností, které psychedelika poskytují.
- Zvládání (coping) – Psychedelika jsou prostředkem k zvládání negativních stavů, emocí nebo stresu. Zde považují za zajímavé, že v případě jiných psychoaktivních látek se jedná spíše o potlačování negativních prožitků, kdežto u psychedelík se uvádí skutečně „zvládání“
- Obohacení – Obohacení běžných stavů vědomí, zpříjemnění zážitků nebo zvýšení pocitu spokojenosti a radosti ze života.

Dle výsledků Národního psychedelického výzkumu (2021) jsou motivace k užití LSD v ČR následující (seřazeno sestupně):

1. Seberozvoj
2. Zábava
3. Spiritualita
4. Existencionální důvody
5. Léčení psychických obtíží
6. Sociální důvody
7. Léčení fyzických obtíží

2.3.1 Psychedelická zkušenost

Psychedelická zkušenost je změněný stav vědomí charakterizovaný hlubokými psychologickými, emocionálními a spirituálními prožitky, které mohou zahrnovat pocit jednoty s vesmírem, hluboké osobní prozření a různé vizuální a zvukové halucinace. Tento stav je často vyvolán užitím psychoaktivních látek, jako jsou LSD, psilocybin, a DMT, které ovlivňují serotoninové receptory v mozku (Nichols, 2016).

Dle Learyho, Metznera a Ram Dasse (1992) psychedelické zkušenosti mohou vést k hlubšímu porozumění osobních a duchovních aspektů existence, což bylo detailně popsáno v jejich manuálu založeném na "Tibetské knize mrtvých". Tito autoři zdůrazňují potenciál psychedelik pro rozšíření vědomí a podporu duševního zdraví.

Ve vědeckém kontextu studie ukazují, že psychedelické zkušenosti mohou mít terapeutický potenciál, například v léčbě depresí, úzkostí a posttraumatické stresové poruchy. Tyto účinky jsou často připisovány schopnosti psychedelik "resetovat" mozkové obvody spojené s těmito onemocněními (Carhart-Harris et al., 2016).

2.3.2 Uživatelé psychedelik, psychonauti aj.

Podle studie „Výzkum občanů 2022“ zkusilo LSD aspoň jednou za život 4,2 % dotazovaných ve věkové skupině 15+ let. Halucinogenní houby zkusilo 7,3 %. Podle studie „Prevalence užívání drog v populaci ČR 2022“ užilo LSD 5,5 % a srovnatelné množství lidí jako v první zmiňované studii zkusilo halucinogenní houby (Chomynová et al., 2023). Dle Národního psychedelického výzkumu proběhla on-line průřezová dotazníková studie, do které se respondenti (15+ let) sami jmenovali na základě zkušenosti s některou látkou s psychedelickými účinky by se dalo říct, že takový typický uživatel těchto látek je svobodný muž ve věku 25-34 let s dokončeným středoškolským nebo vysokoškolským vzděláním, užívající tyto látky za účelem seberozvoje nebo zábavy.

Uživatele psychedelik bychom mohli rozdělit podle několika možných kritérií – např. podle účelu užití na uživatele rekreační a terapeutické, podle frekvence na pravidelné a občasné, podle zkušeností, podle motivací a podle mnoha jiných kritérií.

Černá (2022) ve své diplomové práci nabízí dělení uživatelů na rekreační uživatele, psychonauty a na klinické pacienty. Takové dělení mi přijde trefné co do rozlišení větších skupin uživatelů podle jejich motivací, cílů a vůbec smýšlení o psychedelicích.

Rekreační uživatelé představují asi nejširší skupinu uživatelů s různými motivacemi užívání. Jsou to převážně jedinci, kteří vyhledávají psychedelické látky především pro zábavu, euforii a změněné stavy vědomí, často v sociálním kontextu jako jsou party, festivaly nebo jiné společenské události. Tato skupina uživatelů obvykle nemá hluboké intelektuální nebo terapeutické záměry při užívání těchto látek a zaměřuje se hlavně na krátkodobé potěšení, relaxaci a prohloubení sociálních vazeb (Nešpor, 2000).

Kliničtí pacienti užívají psychedelika jako součást strukturované léčby, často v kontextu klinických studií nebo terapeutických programů (Pollan, 2018).

Psychonauti jsou specifickou skupinou uživatelů, jejichž cílem je pochopit a prozkoumat mysl, vědomí a vesmír. Termín "psychonaut" je složeninou z řeckých slov "psyché" (duše) a "nautes" (námořník nebo cestovatel). Často se zajímají o duchovní a filozofické otázky. Psychedelika vnímají jako prostředek k sebepoznání, duchovnímu růstu, intelektuálnímu zkoumání a posunu vědomí. K užívání přistupují s vážností a respektem často s rituálními nebo metodologickými postupy (Černá, 2022).

3 LSD

3.1 Objev

Ve svých dvaceti třech letech Albert Hofmann jakožto velký nadšenec v oblasti chemie rostlin a živočichů po dokončení studií začal pracovat pro farmaceuticko-chemickou výzkumnou laboratoř společnosti Sandoz. V této firmě měl A. Hofmann spolu s dalšími výzkumníky pod vedením profesora Arthura Stolla za úkol izolovat aktivní látky ze známých léčivých rostlin, aby bylo možné je produkovat v čisté formě a tím začít s výrobou těchto látek jako farmaceutik. Tak se A. Hofmann věnoval až do roku 1935 výzkumu glykosidů starčeku středozevního. Poté začal aktivně zkoumat alkaloidy námelu, což bylo v té době něco relativně neprobádaného (Hofmann, 1943).

Pozn.: Námel je přezimovací stadium parazitické houby paličkovice nachové, která napadá traviny včetně hospodářských obilnin. Jiný název pro námel pocházející z francouzštiny je ergot, jak uvádí Trbušek (2022) – to vysvětluje názvosloví obsahových látek v dalším textu.

A. Hofmann si dal za svůj první cíl chemickou přípravu alkaloidu zvaného ergobasin z jeho dvou složek: kyseliny lysergové a propanolaminu. Kys. lysergovou objevili v New Yorku W. A. Jacobs a L. C. Craig jako společné jádro všech alkaloidů námelu. Proto A. Hofmann použil jiný alkaloid – ergotamin, který byl jako jediný v té době dostupný v čisté formě, aby z něj získal onu kys. lysergovou. Tu následně kombinoval s aminy a vytvořil množství sloučenin této kyseliny. Kombinací s amino-alkoholem promanolaminem poté získal sloučeninu totožnou s přírodním alkaloidem ergobasinem. Ten byl a je dodnes ve vylepšené formě hojně používán v porodnictví jako uterotonikum a hemostatikum (Hofmann, 1943).

Po tomto úspěchu se A. Hofmann dále věnoval výrobě dalších sloučenin kys. lysergové. Dne 16. listopadu 1938 (Cink a kol., 2022a) vytvořil již dvacátý pátý derivát této kyseliny pod označením LSD-25. Tento diethylamid kys. lysergové syntetizoval A. Hofmann za účelem získání oběhově respiračního stimulantu. Chemickou strukturou byla tato látka podobná některým v té době již známým analeptikům a během testování na zvířatech vykazovala určitou podobnost s ergobasinem. Její testování bylo přerušeno, protože nepředstavovala nijak zvláštní objev pro farmakologii a lékařství (Hofmann, 1943).

Účinky LSD-25 (dále LSD) však mohl na vlastní kůži pocítit sám A. Hofmann, když tuto látku o pět let později syntetizoval pro další zkoumání.

„Minulý pátek, 16. dubna 1943, jsem byl nucen zastavit svou práci v laboratoři uprostřed odpoledne a jít domů, když se mě zmocnil podivný neklid spojený s pocitem závratě. Po příchodu domů jsem ulehl a upadl do jakési opilosti, jež nebyla nepříjemná a byla charakteristická extrémně aktivní představivostí. Jak jsem tak ležel ve stavu omámenosti se zavřenými očima (denní světlo jsem vnímal jako nepříjemně jasné), valil se na mě neustálý proud fantastických obrazů výjimečné plasticity a živosti, doprovázený intenzivní kaleidoskopickou hrou barev. Tento stav po dvou hodinách postupně odezněl.“ (Hofmann in Grof, 2022, p.40-41)

Tak popsal svou náhodnou intoxikaci LSD sám A. Hofmann ve zprávě, kterou poslal prof. Stollovi. Tou dobou si však nebyl jistý, zda tyto stavy byly skutečně vyvolány touto látkou, i když domníval se, že se malé množství mohlo při manipulaci absorbovat přes kůži. Rozhodl se proto pro cílený pokus sám na sobě a tři dny poté užil 250 mikrogramů LSD – dávku, kterou v té době považoval za nepatrnou (Grof, 2022).

Tento Hofmannův autoexperiment je dnes již znám jako „Bicycle-day“. Hoffman chvíli poté, co pozřel LSD začal pociťovat podobné příznaky jako v předchozí zkušenosti, avšak mnohem intenzivnější a nepříjemnější a poprosil svého laboranta, aby ho doprovodil domů. Jeli na kole, jelikož auta nebyla kvůli válečným restrikcím k dispozici. Během cesty domů měl Hofmann pocit, že se vše kroutí a vlní a že se nemůže pohnout z místa, byť prý ve skutečnosti jel velmi rychle. Vše nabývalo hrůzostrašných podob. Poté, co dorazil domů se jeho závratě vystupňovaly natolik, že si musel lehnout na pohovku, kde prožíval další muka. Všechny předměty v místnosti se různě smotávaly a nabývaly strašných tvarů, avšak mnohem horší transformace vnímal ve svém vnitřním bytí. *„Cokoliv, čím jsem musel namáhat svoji mysl, jakýkoliv pokus zastavit rozklad vnějšího světa a rozklad svého ega, vypadal jako zbytečná námaha. Vstoupil do mě démon, posedl mé tělo, mysl a duši. Vyskočil jsem, řval jsem z plných plic a snažil se osvobodit od něj, ale po chvíli jsem se zhroutil a znovu jsem ležel bezmocný na pohovce. Látka, se kterou jsem se rozhodl experimentovat, mě porazila. Byl to démon, který opovržlivě triumfoval nad mou vůlí. Dostal jsem strach, že se úplně zblázním. Ocitl jsem se v jiném světě, na jiném místě, v jiné době. Moje tělo bylo bez citu, bez života, bylo mi cizí. Umíral jsem...“* (Hofmann, 1943, p.19). Po odeznění těchto hrozných psychických stavů se Hofmann pomalu navracel přes akusticko-vizuální prožitky zpět do reality. O několik dní později zkusili užít LSD ještě někteří Hofmannovi vědečtí kolegové. I oni měli podobnou zkušenost a již nebylo pochyb, že A. Hofmann objevil něco mimořádného (Hofmann, 1943).

3.2 Jak to bylo dál? Vývoj LSD v čase ve světě i u nás

Další důležitou postavou v historii LSD byl po Albertu Hofmannovi Walter Stoll. Ten jako první provedl vědecký výzkum LSD s psychiatrickými pacienty i se zdravými dobrovolníky včetně sebe a několika kolegů. Ve své studii se zaměřoval na psychotropní účinky LSD na lidskou psychiku a zkoumal LSD jako možný nástroj pro simulaci psychotických stavů, jako je schizofrenie, s cílem lépe porozumět těmto stavům a možná najít nové přístupy k jejich léčbě (Grof, 2022). Tento experimentální přístup měl poskytnout hlubší vhled do psychotických stavů tím, že si je mohli vědci „zažít“ v bezpečném prostředí.

V 50. a 60. letech 20. století se výzkum LSD rozšířil a látka byla zkoumána v širokém spektru psychologických a medicínských kontextů. Studie se zaměřily na možnosti využití LSD k léčbě alkoholismu, depresí, úzkosti a dalších duševních poruch (Dyck, 2008), ale také se zkoumaly chemoterapeutické či farmakologické vlastnosti LSD (Grof, 2022).

V průběhu 60. let došlo k úniku LSD z laboratoří do rukou širší společnosti. Výraznou postavou té doby byl Timothy Leary – významný psycholog a propagátor LSD, který hrál klíčovou roli v popularizaci této látky zejména mezi mladými lidmi a hnutím HIPPIES. Learyho heslo „*Turn on, tune in, drop out*“ – „*Zapni se, nalad' se a leť*“ lákalo širší veřejnost k užívání LSD, a to již přestalo být pouze předmětem vědeckého výzkumu, a stalo se symbolem protikulturního hnutí (Lee & Shlain, 1985).

V reakci na rostoucí popularitu LSD spojenou s protivládními postoji a odmítáním tradičních hodnot, vlády, včetně vlády Spojených států, začaly proti LSD aktivně vystupovat. Toto odrazování se projevovalo především prostřednictvím mediálních kampaní, které zdůrazňovaly potenciální rizika a negativní účinky LSD na jedince a společnost. Vše nakonec vedlo k zákazu LSD roku 1966 a roku 1970 bylo LSD v Americe zařazeno do nejpřísněji kontrolované skupiny drog (Controlled Substances Act) (Lee & Shlain, 1985).

V době, kdy byl výzkum LSD na vrcholu své popularity ve světě, začal být tento zájem patrný i v Československu (ČSSR). Krátce po objevu LSD začal s touto látkou dr. J. Roubíček experimentovat i u nás (Hausner, 2016). Na počátku 50. let dvacátého století byla sestavena skupina vědců (dr. M. Vojtěchovský, V. Vítek, S. Grof, K. Ryšánek, prof. Z. Votava), kteří studovali halucinogenní látky z hlediska neurochemie a jejich využití v různých oblastech medicíny včetně potenciálu pro využití v psychoterapii – konkrétně roku 1953 začal výzkum s LSD v ČSSR se zaměřením na jeho terapeutický potenciál (Hausner & Segalová, 2016).

LSD bylo využíváno pro terapeutické účely na psychiatrické klinice v Sadské u Prahy a v pražském Psychiatrickém výzkumném ústavu. Existovaly dva směry léčení duševních poruch s využitím LSD, a to psychedelický a psycholytický. Psycholýzy využíval převážně MUDr. Milan Hausner v klinice v Sadské. Tento přístup se zaměřoval na opakovaném podávání malých dávek LSD s následnou psychoterapií. Psychedelický přístup naopak představoval jednorázové podání velké dávky LSD a nabízel možnost dramatického odhalení a lepšího pochopení sebe sama (Janiger, 2016).

Dr. Milan Hausner z kliniky v Sadské byl přesvědčen, že LSD dává možnost prozkoumat vnitřní svět našeho vědomí, podvědomí a nevědomí. S pomocí této látky a za současné psychoterapie se soustřeďoval na odstraňování narušujících symptomů u psychiatrických pacientů a byl přesvědčen, že lze dosáhnout úplné rekonstrukce osobnosti pacienta a celkově přeprogramovat jeho myšlení i chování. Zároveň zdůrazňoval, že LSD není všelék (zvláště u těžkých duševních poruch) a že je potřeba odborného vedení při jeho užití, a že rozhodně není určeno pro konzum drogové kultury (Hausner, 2016).

Psychiatrický výzkumný ústav založený r. 1961 v Praze je spojován mimo jiné se jménem Stanislav Grof, jakožto spoluzakladatelem tohoto ústavu. S. Grof, Z. Dytrych aj. zde aplikovali psycholytickou i psychedelickou terapii (Grof, 2007). Stanislav Grof je český psychiatr a psychoterapeut, považovaný za jednoho z hlavních představitelů transpersonální psychologie. Grof je autorem mnoha knih a studií, ve kterých zkoumá vliv psychedelických látek na lidské vědomí a jejich potenciál pro léčbu duševních poruch. Vytvořil také metodu holotropního dýchání, která je zaměřena na dosažení změněných stavů vědomí bez použití drog. Jeho práce měla výrazný dopad na moderní psychoterapii a jeho teorie o lidském vědomí jsou stále předmětem diskusí a výzkumů.

Období experimentování a výzkumu však bylo vzápětí ukončeno s nástupem normalizace v 70. letech, kdy došlo ke zpřísnění postojů vůči drogám a tím také k omezení výzkumu psychedelik, včetně LSD, které se dostalo r. 1974 na zakázanou listinu i u nás. Tak byla psychoterapie s LSD po dvaceti letech ukončena. Paradoxem je, že totalitní systém nejdříve tento výzkum podporoval a financoval (Cink et al., 2022b, Hausner & Segalová 2016).

Většina výzkumů LSD byla tedy v 70. letech 20. století celosvětově zastavena nebo se přesunula do nelegálního prostoru.

V 90. letech 20. století a na počátku 21. století začalo docházet k postupnému změkčení postojů vůči psychedelickému výzkumu a zájem o terapeutický potenciál psychedelik, včetně LSD, opět vzrostl, což vedlo k obnovení výzkumných programů v několika zemích. Výzkum se nyní opět zaměřuje na možné využití LSD v léčbě různých psychických poruch, jako jsou posttraumatická stresová porucha, závislosti nebo v paliativní péči (Pollan, 2018, Carhart-Harris & Goodwin, 2017).

V České republice studie s LSD v současné době neprobíhá, avšak výzkum s psychedeliky má u nás bohatou historii a stále se rozvíjí.

Po roce 1990 došlo k transformaci Psychiatrického výzkumného ústavu na Psychiatrické centrum Praha, kde byl pod vedením profesora Jiřího Horáčka obnoven zájem o psychedelický výzkum. Iniciální studie se zaměřily na modelování psychózy na zvířatech, které vedl Dr. Tomáš Páleníček. Později, zvláště po transformaci centra do Národního ústavu duševního zdraví v Klecanech (NÚDZ) v roce 2015, byly zahájeny ambicióznější projekty zaměřené i na lidské subjekty. Velkým mezníkem byl rok 2015, kdy tým Dr. Páleníčka zahájil studie s psilocybinem. Tento výzkum probíhá v bezpečném prostředí a zahrnuje sledování vlivu psilocybinu na mozek pomocí moderních zobrazovacích metod jako jsou funkční magnetická rezonance a kvantitativní EEG a zároveň se sledují psychologické proměnné. NÚDZ ve spolupráci s Compass Pathways provádí rozsáhlou multicentrickou studii zaměřenou na výzkum psilocybinu jako potenciální léčby pro pacienty s depresemi. Tato studie představuje významný krok v pochopení možností psilocybinu v klinické praxi. Výsledky této studie mohou mít zásadní vliv na budoucí léčebné protokoly a přístupy k pacientům s rezistentní depresí. Posledním význačným příspěvkem v oblasti psychedelické terapie je zavedení ketaminem asistované psychoterapie v psychedelické klinice Psyon. Tato forma léčby je nyní dostupná s částečnou úhradou zdravotními pojišťovnami, což znamená významný posun v přístupu k psychedelické terapii v České republice (Česká psychedelická společnost, 2024).

3.3 LSD – Účinky

Jak trefně popisuje Meckelová Fischerová (2017), pokud hledáte účinky LSD na internetu nebo třeba i v odborných publikacích, záleží, kdo účinky popisuje. Pokud je to osoba, která má z LSD obavy nebo s ní má špatně zkušenosti, bude poukazovat převážně na negativní účinky jako nevolnost, zvracení, halucinace, schopnost LSD vynést na povrch negativní potlačené prožitky, pocity zbláznění se apod. Člověk mající s LSD dobré zkušenosti bude popisovat jeho schopnost otevírání mysli a možnost nahlédnutí na svět jinýma, možná vnímavějšíma a otevřenějšíma očima a bude popisovat mystické zážitky. Já jsem člověk, který nemá s LSD žádné zkušenosti a byť mě něčím fascinuje, mám z této látky respekt. Pokusím se tedy o co nejobektivnější popis.

LSD, jak již bylo popsáno výše, je syntetický lysergamid – psychedelikum odvozené od kys. lysergové a svým mechanismem účinku se řadí mezi psychedelika typická. Tato kyselina je známá svou vysokou potencí. LSD je tedy účinné již v extrémně nízkých dávkách, a to přibližně 25 mikrogramů.

LSD může být podáno různými způsoby, avšak nejběžnější je jej polknout, nechat rozpustit na jazyku nebo absorbovat kůží a je téměř úplně vstřebáno gastrointestinálním traktem. Při různých experimentech bylo LSD podáno i nitrožilně, avšak takové užití nemá nikterak větší význam, co se účinků týče.

Po podání LSD, obvykle v rozmezí dvaceti minut do jedné hodiny, uživatelé často zaznamenávají řadu **fyzických a psychických** účinků. I když koncentrace LSD v těle dosahuje nejvyšších hodnot již několik minut po aplikaci a poté rychle klesá, psychické účinky vrcholí asi po 1-3 hodinách. Celkově celý tento „trip“, jak se užití LSD slangově říká, trvá v rozmezí 10-20 hodin. Měřitelné hodnoty látky v těle jsou přibližně ještě 8 hodin po aplikaci (Stafford, 1997).

Co se **tělesných** pocitů týče, člověk může pociťovat lehké mrazení, dilataci zřítelnic, nejasný pocit fyzického diskomfortu, může pociťovat napětí v končetinách, otupělost, nevolnost, bolest hlavy (Cink, 2022b). Uživatelé, kteří jsou výzkumným souborem pro tuto práci ještě zmiňovali, že člověk ztrácí pocit únavy nebo hladu. Fyzické projevy po užití LSD nejsou většinou příliš závažné.

Za objektivní fyzické projevy lze považovat:

- lehké zvýšení krevního tlaku
- lehké zrychlení pulsu
- zvýšené slinění, laktace u žen
- lehké zvýšení teploty
- zúžení zornic
- zvracení (Stafford, 1997, p.154, Cink, 2022b).

V následujícím přehledu jsou shrnuty **psychické** účinky LSD. Jedná se o širokou škálu sensorických, emocionálních a kognitivních změn prožívaných jedincem. Tyto účinky jsou často velice intenzivní a mohou mít hluboký dopad na vnímání reality uživatele.

LSD může navodit výrazné změny ve vizuální, auditivní, taktilní, čichové a kinestetické percepci, což znamená, že uživatelé mohou vidět intenzivnější barvy, slyšet zvuky jasněji, cítit doteky intenzivněji, vnímat pachy více vyhraněně a mít zvýšenou vnímavost vlastního těla.

Dalším významným aspektem je změna v prožívání času a prostoru, člověk může mít pocit, že se čas natahuje nebo smršťuje, stejně tak prostor. Uživatelé mohou zažívat rapidní změny v obsahu a frekvenci myšlenek, což může vést k přetížení informacemi nebo naopak k pocitům hlubokého vhledu. Může být zvýšeno emocionální prožívání, což se projevuje například rychlým střídáním nálad nebo intenzivními emocionálními výlevy. Stafford

(1997) a Miovský (1999) uvádí halucinace, ale Cink et al. (2022a) uvádí, že právě halucinace, které jsou příznakem psychotických onemocnění, psychedelika nezpůsobují, nebo jen velmi ojedinelé.

Výrazným projevem může být pocit odosobnění nebo ztráty ega, což může vést k zážitkům, kde se člověk cítí oddělený od svého fyzického těla nebo od své identity.

Člověk má pocit, že dokáže lépe komunikovat neverbálně, někdy má pocit, že má telepatické schopnosti. Člověk je empatičtější, může mít až pocit, že soucítí se všemi a vším na světě.

Mohou se otevřít hlubší filozofické, kosmologické nebo religiózní otázky, což může vést k intenzivnímu zkoumání těchto témat, ať už v osobním rozjímání nebo v diskusích s ostatními (Stafford, 1997).

Přesto je obecný účinek LSD těžko klasifikovatelný, jelikož velmi záleží na spoustě okolnostech. Jednou z věcí, která ovlivňuje, jak bude „trip“ probíhat je velikost dávky. U většiny konzumentů působí dávky od 20 mikrogramů (Stafford, 1997), Meckelová-Fischerová (2017) uvádí 25 µg. Dávky by se daly rozdělit tedy na nízké: přibližně 20–50 µg, 75–125 µg je nejobvyklejší užívaná dávka, a na dávky vysoké: 150-200 µg. Stafford (1997) uvádí, že nad hranicí 400-500 µg – dávkou, která nejspíše představuje „bod nasycení“, jsou rozdíly zanedbatelné (p. 162).

Působení LSD přesto nemá jednoduché biochemické a fyziologické determinanty, dalo by se říct, že i když ta samá osoba užije stejnou dávku, každý z „tripů“ bude jiný, jelikož nejdůležitějšími faktory ovlivňující působení LSD jsou:

- role osobnosti subjektu
 - emoční stav subjektu
 - současná životní situace
 - přítomnost/nepřítomnost průvodce či terapeuta
- ... a ostatní doplňkové prvky obvykle uváděné jako **set** a **setting** (Grof, 2022, p. 87).

3.3.1 Set a setting

„Produkujeme látky umožňující lepší seberealizaci a lepší sebereflexi, aniž bychom si osvojovali moudrost, jak tento proces kontrolovat.“

(Hausner & Segalová, 2016, p. 32)

Je důležité mít na paměti, že ačkoli mohou psychedelika nabídnout pozitivní zkušenosti, jsou s nimi spojena také rizika, včetně možnosti nepříjemných nebo traumatizujících zážitků (tzv. "bad trips"), psychické nestability nebo trvalých psychologických změn. Bezpečné užívání by mělo vždy zahrnovat důkladnou přípravu, vhodné prostředí a podporu zkušených osob.

Ve většině odborných publikací se dočteme, že o tom, jak bude celková intoxikace LSD probíhat a jaký bude mít na člověka vliv, rozhoduje několik faktorů, k nimž můžeme zařadit **SET** (vnitřní stav a očekávání uživatele) a **SETTING** (vnější prostředí a kontext, v němž je látka užívána).

Grof (2022) a Cink et al. (2022) kladou velký důraz na koncept „setu“ jako klíčového faktoru ovlivňujícího psychedelický zážitek. Autoři do setu zahrnují psychologický stav a očekávání uživatele, což znamená postoje, aktuální náladu a celkovou mentální připravenost. Grof (2022) popisuje, že pozitivní očekávání mohou vést k více obohacujícím a pozitivním zážitkům, zatímco negativní očekávání mohou vyvolat úzkost nebo strach. Cink (2022) navíc uvádí, že záměr, s jakým uživatel přistupuje k užití látky (např. pro osobní růst, terapeutické účely nebo rekreačně), také ovlivňuje výsledný zážitek.

Do „settingu“ autoři zahrnují fyzické prostředí – místo, sociální prostředí – přítomnost přátel, průvodců nebo terapeutů, ale i celkový kontext užití.

3.3.2 Rizika spojená s LSD

Přestože je LSD účinné již při velice nízkých dávkách, je třeba zdůraznit, že z hlediska fyziologie je látka téměř inertní. To znamená, že LSD má minimální fyziologické vedlejší účinky a případy fyzického předávkování prakticky nejsou známy (Sessa 2022). Stafford (1997) uvádí jeden jediný případ *údajného* předávkování LSD, kdy šlo nejspíše o nitrožilní aplikaci dávky 320 mg.

Vzhledem k ilegálnímu charakteru užívání LSD a jiných psychedelik čelí uživatelé významným rizikům spojených s nákupem těchto látek na černém trhu. Tato rizika nejenže zahrnují právní důsledky (výroba, přechovávání nebo distribuce je trestná. Závažnost je posuzována dle množství držené látky. Za množství „větší než malé“ je v ČR považováno

nad 5 kusů papírků/kapslí/krystalů. Držení většího množství již může být posuzováno jako trestný čin.), ale také zdravotní rizika spojená s možnou záměnou látek. LSD, obvykle distribuované ve formě papírků (blotterů) nasáklých kapkou roztoku, může být snadno zaměněno za jiné vysoce potentní psychedelické látky. Mezi tyto látky patří zejména fenetylaminy třídy DOx (DOC, DOB a DOI) a 25I-NBOMe. Tyto látky mají sice podobnou účinnost jako LSD, ale je pro ně charakteristická vyšší toxicita a delší trvání účinků. Navíc bylo hlášeno i úmrtí spojené s NBOMe. Na černém trhu se objevily i papírky nasáklé fentanylem – opioidem, který mimo jiné tlumí dechové centrum a v případě předávkování může vést až k smrti. Rozlišení papírků napuštěných LSD a papírků napuštěných jinými látkami je na první pohled prakticky nemožné (czeps.org).

Mezi rizika spojená s užíváním LSD patří možnost výskytu psychicky náročných situací, které mohou zahrnovat intenzivní úzkost, paniku nebo dokonce psychotické epizody. Studie ukazují, že uživatelé LSD mohou zažít tzv. psychospirituální krizi, což je hluboká duchovní transformace, která může být pro některé lidi velmi stresující a obtížně zvládnutelná (Grof, 2000). O psychospirituální krizi budu ještě psát v dalším textu. Navíc pro jedince s predispozicí k duševním nemocem, jako je schizofrenie nebo bipolární porucha, může užívání LSD působit jako spouštěč pro první epizodu nemoci nebo zhoršení stávajících symptomů (Abraham, Aldridge & Gogia, 1996).

Výše zmíněné náročné situace však lze ovlivnit právě díky správnému setu a settingu.

4 Vědomí

Vědomí je komplexní fenomén, který zahrnuje vnímání, myšlení, uvědomování si vlastního já a interakci s okolním světem. Na vědomí je nahlíženo z různých perspektiv, včetně filozofické, psychologické a neurovědecké.

Dualismus, jehož známým zastáncem byl René Descartes, tvrdí, že mysl (nebo duše) a tělo jsou dva různé druhy podstaty. Mysl je nehmotná a zodpovědná za vědomí, myšlení, vnímání a další mentální procesy, zatímco tělo je fyzický objekt, který může být pozorován a měřen (Descartes, 1641/1996).

Podle tohoto pohledu spolu tělo a duše komunikují a interagují prostřednictvím specifického orgánu nebo mechanismu, přičemž Descartes identifikoval šišinku mozkovou (epifýzu) jako toto místo interakce (Robinson, 2018).

Plháková (2023) popisuje vědomí jako komplexní fenomén, který zahrnuje subjektivní zážitky, myšlení, vnímání a uvědomování si sebe sama. Podle Plhákové (2023) vědomí umožňuje člověku nejen reflektovat svou vlastní existenci, ale také zpracovávat informace a rozhodovat se na základě těchto informací. Ve svých pracích zdůrazňuje význam vědomí pro lidskou identitu a fungování v sociálním a kulturním kontextu. Podle Grofa (1985) vědomí není jen produktem mozku, ale je propojeno s širším univerzálním vědomím. Grof se zaměřuje na rozšířené stavy vědomí, které mohou být dosaženy různými metodami, jako jsou psychedelické látky, holotropní dýchání nebo meditace. Podle Grofa tyto stavy vědomí mohou odhalit hlubší úrovně psychiky, které nejsou běžně dostupné ve stavu běžného bdělého vědomí. Grof tvrdí, že tyto zkušenosti mohou mít terapeutický potenciál a umožnit jedinci prozkoumat a integrovat různé aspekty svého vědomí a podvědomí (Grof, 1985).

4.1 Změněné stavy vědomí

Psychedelika jsou látky, které mají schopnost navozovat tzv. změněné stavy vědomí. Abychom však nehovořili o těchto stavech jen v kontextu s psychedeliky, je důležité podotknout, že změněných stavů se dá dosáhnout mnoha způsoby. Vědomí může být změněno záměrně nebo i nechtěně. V případě nechtěných změn můžeme zmínit ty patologické - např. nějaké choroby, deprivace nebo trauma a nepatologické, a to je snění. Něčím trochu jiným je však lucidní snění, při kterém si člověk uvědomuje, že sní a dokáže obsah snu řídit. Dále pokud budeme hovořit o záměrné změně vědomí, nabízí se možnosti jako půst, cvičení, dýchání, sensorická deprivace, stimulace světlem a zvuky a také již zmíněné užití psychoaktivních látek (Sessa, 2022). Stejně tak Kirchhoff (2008) uvádí psychedelika, sny, zkušenost blízké smrti, éros a tantru, holotropní dýchání, meditaci, bolest, nemoc aj. jako možné spouštěče změněných stavů vědomí.

Výraz „změněný stav vědomí“ byl do akademického diskurzu zaveden Arnoldem M. Ludwigem v roce 1966 a do běžného užívání jej uvedl Charles Tart r. 1969. Ludwig (1975) se pokusil o první definici těchto stavů v kontextu různých fyziologických, psychologických nebo farmakologických vlivů.

Charles Tart, jeden z předních vědců v oblasti vědomí a změněných stavů vědomí, popisuje změněný stav vědomí jako hlubokou změnu v celkovém vzoru subjektivních zkušeností, což napovídá, že změna vědomí nespočívá pouze v kvantitativní změně jedné kognitivní funkce, jako je např. zvýšený stav bdělosti. Místo toho poukazuje na to, že se jedná o multidimenzionální fenomén, v němž se mění relativní intenzita více aspektů vědomí. Zároveň subjekt, který tento změněný stav prožívá pociťuje odlišnost od stavu běžného (Tart, 1975).

Revonsuo et al. naopak zastávají názor, že změna, která při těchto stavech nastává, není změnou přímo ve vědomí (nebo subjektivní zkušenosti), ale změnou ve vztahu k nesprávnému zpracování informací, jako jsou halucinace, bludy a zkreslení paměti (2009).

Plháková (2023) se vyjadřuje ke změněným stavům vědomí jako k mentálním stavům, které jsou odlišné od normálního bdělého stavu, aniž by musely být nezbytně patologické. Dále naznačuje, že tyto stavy mohou zahrnovat kvalitativní změny ve způsobu, jakým jedinec zpracovává svět kolem sebe. Současně zmiňuje i terapeutický potenciál těchto stavů, stejně tak Móró (2010).

Wittman v knize „Altered States of Consciousness: Experiences Out of Time and Self“ zkoumá změněné stavy vědomí z neuropsychologické perspektivy. Podle Wittmana je během těchto stavů změněno naše vnímání času a sebe sama, můžeme dokonce mít pocit, že se čas a naše Já rozplývají (2018).

4.2 Transpersonální poznání

Zde se dostáváme k tomu, že skrze změněné stavy vědomí, může člověk dosahovat transpersonálního poznání. Abychom lépe porozuměli transpersonální sféře, je třeba přehodnotit naše chápání vědomí. To by mělo být vnímáno jako něco, co existuje nezávisle na nás samotných, a co není omezeno hmotnými strukturami. Transpersonální vědomí je charakterizováno jako neomezené, rozšiřující se mimo tradiční omezení času a prostoru (Grof, 1993).

Transpersonální poznání může zahrnovat prožitky jako hluboké stavy překračující každodenní zkušenost jako např: meditace, mystické zkušenosti, transcendentní stavy a další zkušenosti spojené s rozšířeným vědomím, tedy i např. po užití psychedelik. Tyto zkušenosti jsou často považovány za způsob, jak prohloubit porozumění lidské psychice a podstatě existence (Winkler & Vančura 2016).

V psychologii má transpersonální poznání své místo jako součást oblasti, která se snaží rozšířit pochopení lidské psychiky tím, že zahrnuje tyto vyšší a často transcendingující zkušenosti do teoretických modelů a terapeutických praxí. Je to reakce na vnímání, že tradiční psychologické teorie byly často omezené a nezahrnovaly celou škálu lidských zkušeností a potenciálů.

Transpersonální psychologie, která zkoumá transpersonální prožitky, se zaměřuje na studium duchovních zkušeností a vyšších stavů vědomí. Jedná se o oblast psychologie, která překračuje tradiční rámce a zkoumá aspekty lidského zážitku přesahující normální hranice ego a osobnosti. Transpersonální psychologie tak integruje duchovní a transcendentní zkušenosti do širšího kontextu psychologické teorie a praxe.

Hartelius et al. (2007) definovali transpersonální psychologii třemi přístupy:

- První přístup zkoumá stavy překračující ego, způsoby, jak k tomu dochází, a také jaký to má smysl, význam
- Druhý pohled na transpersonální psychologii ji prezentuje jako obor, který vnímá osobnost jako komplexní bio-psycho-sociálně-duchovní entitu. Tento směr se zaměřuje na zkoumání specifických aspektů lidské existence, které jsou vždy ovlivněny i spirituálními faktory.
- Třetí pohled na transpersonální psychologii ji prezentuje jako nástroj pro transformaci jednotlivce i celého lidstva, zaměřující se na potenciál psycho-spirituálního rozvoje.

Winkler (2016) v kapitole „Transpersonálně orientované výzkumy s LSD“ dává do souvislosti vývoj ve výzkumu psychedelik s vývojem transpersonálně orientované psychologie a psychiatrie. Představuje zde, jaké mělo mít původně LSD uplatnění, a to konkrétně ve třech oblastech:

- mělo uvolňovat potlačené obsahy mysli a navozovat mentální relaxaci
- k navození experimentální psychózy – psychiatři tak lépe porozuměli různým duševním onemocněním
- mělo usnadnit výzkum duševních poruch

V souvislosti s výzkumy s LSD přišla otázka, jak psychedelika aplikovat a co tím sledovat a začaly se uplatňovat tři přístupy k jejich užití:

- První přístup zdůrazňoval potenciál psychedelik vyvolat zkušenosti, které jsou podobné psychotickým stavům.
- Druhý přístup zdůrazňoval potenciál psychedelik uvolnit potlačené myšlenky a emoce. S použitím nízkých dávek, pravidelných sezení a pod vedením zkušeného terapeuta měl tento přístup usnadnit pokrok v psychoanalytické terapii.
- Třetí přístup zdůrazňoval schopnost psychedelik ve vyšších dávkách vyvolávat hluboce transformační zážitky, jež byly srovnatelné s „peak prožitky“.

(Pojem "Peak prožitek" byl původně vyvinut Abrahamem Maslowem, který tyto stavy popsal jako „momenty nejvyššího štěstí a naplnění“ ve své práci z roku 1964 s názvem "Religions, Values, and Peak-Experiences")

Během výzkumů s LSD a jinými psychedeliky se právě v kontextu s transpersonální psychologií a psychiatrií začal vynořovat čtvrtý přístup, který je zakotven v entheogenetické tezi a který zdůrazňoval ony mystické, šamanské, náboženské aspekty psychedelické zkušenosti (Winkler, 2016, p. 69-73).

Dalo by se říct, že se „transpersonální poznání“ velmi podobá „psychedelické zkušenosti“, nicméně zatímco psychedelická zkušenost může být součástí transpersonálního růstu, pokud je integrována a reflektována v širším rámci osobního rozvoje, transpersonální poznání není omezeno pouze na zkušenosti s psychedeliky a může zahrnovat širokou škálu nechemických cest a praxí zaměřených na rozšíření vědomí a duchovní růst.

4.2.1 Psychospirituální krize

Psychospirituální krize je definována jako stav, kdy člověk prochází intenzivními psychologickými a emocionálními zážitky souvisejícími s duchovním probuzením nebo existenciální transformací. Může zahrnovat širokou škálu zážitků, od hlubokého osvícení a pocity jednoty až po úzkost, dezorientaci a psychotické epizody. Psychospirituální krize může být vyvolána různými faktory, včetně intenzivních meditací, traumatických událostí, ale i užíváním psychedelických látek (Grof & Grof, 1989). V Čechách se člověk může obrátit v rámci náročných psychedelických zkušeností či psychospirituálních krizí např. na Českou psychedelickou společnost CZEPS. Je to nezisková organizace, která se zaměřuje na výzkum a vzdělávání v oblasti psychedelik. Poskytují také kontakty na terapeuty a odborníky, kteří mají zkušenosti s psychospirituálními krizemi. Další možností, kam se obrátit je organizace Diabasis, která se zaměřuje na podporu lidí procházejících duchovní krizí či transformací. Nabízejí různé formy podpory včetně krizové intervence a terapeutických služeb.

5 Výzkumný problém

LSD je považováno za jeden z největších objevů 20. století. Jak již bylo popsáno výše, od jeho objevu roku 1943 se LSD stalo předmětem mnoha vědeckých studií. Tyto výzkumy prováděné až do roku 1974 ukázaly, že tato látka může mít významné terapeutické účinky, což vedlo k jejímu využívání v psychiatrii (Hausner & Segalová 2016).

Moderní výzkumy rovněž potvrzují, že LSD může mít terapeutický potenciál. Například studie provedená v roce 2014 ukázala, že LSD může pomoci pacientům s úzkostí spojenou s terminálními diagnózami (Gasser et al., 2014). Další výzkumy se zaměřují na jeho použití při léčbě závislostí a dalších duševních chorob (Carhart-Harris et al., 2016).

V posledních letech se zvýšil zájem o užívání psychedelik, jako je LSD, zejména mezi rekreačními uživateli, kteří hledají rozšířené stavy vědomí. Přestože LSD je nelegální látkou s vysokým potenciálem zneužití: užívání, držení, výroba a distribuce LSD jsou tedy v České republice trestně postižitelné (Zákon č. 167/1998 Sb., o návykových látkách), jeho užívání zůstává rozšířené. Podle Evropského monitorovacího centra pro drogy a drogovou závislost (EMCDDA) je LSD jedním z nejčastěji užívaných psychedelik v Evropě (EMCDDA, 2020) a je tomu tak i u nás (Chomynová et al., 2023). To vyžaduje hlubší pochopení motivací, které vedou jednotlivce k jeho konzumaci.

Tato práce se zaměřuje na zkoumání motivací a strategií užívání skupiny uživatelů LSD, se zvláštním důrazem na dosažení transpersonálního poznání. Výzkum bude prováděn na vzorku čtyř rekreačních uživatelů LSD, kteří tuto látku užívají společně.

Tento výzkum nemá být a svým rozsahem a zaměřením na konkrétní uzavřenou skupinu uživatelů ani nemůže být dostatečně reprezentativní, avšak může poskytnout bližší prozkoumání určitého fenoménu, odhalení nových perspektiv, identifikaci vzorů a ověření či vyvrácení teoretických konceptů.

5.1 Cíl výzkumu

Cílem této práce je zkoumat strategie a rizika spojená s užíváním LSD za účelem transpersonálního poznání. Práce se zaměřuje na detailní analýzu zkušeností a perspektiv konkrétní skupiny uživatelů, s důrazem na identifikaci klíčových faktorů, které ovlivňují jejich přístup k užívání této látky. Výsledky této studie umožní hlubší porozumění dynamiky užívání LSD v kontextu transpersonálního poznání sdílené ve skupině.

5.2 Výzkumné otázky

Výzkumný cíl jsem shrnula do třech klíčových výzkumných otázek a to:

1) Jaký význam dávají uživatelé LSD svým prožitkům?

- Tato otázka se zaměřuje na osobní a subjektivní interpretaci zkušeností jednotlivých uživatelů. Pomáhá odhalit, jaké významy a hodnoty jednotlivci přiřkládají svým prožitkům s LSD, což může zahrnovat duchovní, terapeutické, kognitivní či osobní růstové aspekty. To považuji za klíčové pro pochopení, proč lidé LSD užívají a jaké transpersonální poznání očekávají nebo získávají.

2) Uvědomují si uživatelé nějaká rizika spojená s LSD? Jak s nimi pracují?

- Tato otázka se zaměřuje na praktické a bezpečnostní aspekty užívání LSD. Zjišťuje, jaké konkrétní kroky podnikají uživatelé pro minimalizaci rizik a zkoumá jejich povědomí o potenciálních rizicích různého charakteru. Tím poskytuje důležitý kontext pro zhodnocení bezpečnosti a informovanosti uživatelů.

3) Jakou roli zde hraje skupina v rámci užívání LSD?

- Otázka se zajímá o to, jaké konkrétní funkce zde skupina má. Jaká je struktura skupiny? Jaké jsou vztahy ve skupině a jak přispívá dynamika skupiny k celkovému prožitku tripu. Jak ovlivňuje skupina možná rizika?

6 Metodologický rámec

Vzhledem k povaze výzkumného problému byla pro tuto práci jako základní metodologický přístup zvolena případová studie. Tato výzkumná metoda je kvalitativního charakteru zkoumající jevy, jako jsou například přesvědčení, postoje, pocity. Zohledňuje souvislosti různých oblastí, kterých se případ dotýká a umožňuje hluboké a detailní porozumění komplexních fenoménů v jejich kontextu (Miovský, 2006).

Kvalitativní přístup je velmi flexibilní a adaptabilní, což se mi zdálo důležité pro studium jevu, jako je užívání LSD za účelem transpersonálního poznání. Tento přístup umožňuje průběžně reagovat na specifické aspekty a dynamiku studované skupiny uživatelů.

Cílem této práce je identifikovat rizika a strategie spojené s užíváním LSD. Kvalitativní metody umožňují detailně zkoumat, jak uživatelé vnímají a zvládají tato rizika, jaké strategie používají k minimalizaci negativních účinků a jaké významy dávají své zkušenosti. Tento typ detailního zkoumání by byl obtížně realizovatelný pomocí kvantitativních metod, které se více zaměřují na měření a analýzu předem definovaných proměnných.

Pro analýzu dat byla vybrána fenomenologická interpretativní analýza (IPA), která se jeví jako vhodný přístup ke kvalitativním datům, pokud je cílem mimo jiné pochopit a interpretovat, jaké významy přisuzuje jedinec žité zkušenosti (Koutná Kostínková & Čermák, 2013).

6.1 Výzkumný soubor

V kvalitativním výzkumu se často používají nepravděpodobnostní metody výběru vzorků. Tyto metody nejsou založeny na náhodném výběru, a tudíž neumožňují statistickou generalizaci výsledků na celou populaci, nicméně poskytují hluboké porozumění konkrétnímu fenoménu (Miovský, 2006).

Pro tento výzkum byl použit záměrný výběr, kdy byl výzkumný vzorek tvořen čtyřmi přáteli – mými známými, kteří jsou rekreačními uživateli LSD za účelem transpersonální kognice. Tito jedinci byli vybráni na základě jejich specifických zkušeností a ochoty sdílet své praktiky a ochranné mechanismy užívání. Výzkumný vzorek mě vlastně inspiroval k formování cíle a výzkumných otázek.

Konkrétněji je výzkumný soubor tvořen třemi muži a jednou ženou ve věkovém rozmezí 30 až 35 let. Všichni respondenti mají dokončené vysokoškolské vzdělání a všichni jsou výdělečně činní. Žijí ve svých bytech nebo v podnájmech. LSD užívají společně v časových intervalech jednou za cca půl roku, protože „přibližně za tu dobu se nahromadí určitá témata, která si tam můžeš otevřít, začít s nimi pracovat a poznatky z toho tripu zúrodnit“ (přímá citace jednoho z respondentů – konkrétně respondenta pod přezdívkou Slunce).

Z hlediska IPA je zásadní určitá homogenita vzorku, aby respondenti reprezentovali daný fenomén (Koutná Kostínková & Čermák, 2013). Pro zachování anonymity označím respondenty muže jako Slunce, Mars, Měsíc a ženu jako Venuši (odůvodnění těchto přezdívek je v kapitole Výsledky).

Následující tabulka uvádí bližší vztahy ve skupině:

Slunce bydlí s Marsem a Venuší. Seznámil všechny členy skupiny.

Venuše – dlouholetá kamarádka Slunce, partnerka Marse. Venuše a Slunce spolu prakticky vyrůstali, Slunce Venuši seznámil s Marsem.

Mars – partner Venuše, bydlí spolu s ní a Sluncem.

Měsíc – věrný kamarád Slunce již od základní školy, tedy zná velmi dobře i Venuši a Marse, bydlí sám.

6.2 Metody tvorby dat

K získávání dat byla v této práci zvolena metoda polostrukturovaného interview v kombinaci s ohniskovou skupinou. Tyto dva přístupy byly ještě doplněné o zúčastněné pozorování.

Miovský (2006) ve své práci o kvalitativním výzkumu uvádí několik výhod polostrukturovaného interview, a to: flexibilita, hloubka informací, přirozenost rozhovoru a možnost reflektovat a okamžitě reagovat na nejasnosti či zajímavé body, které se během rozhovoru objeví, což zvyšuje kvalitu získaných dat. Nevýhody naopak spatřuje v časové náročnosti, v náročnosti na výzkumníkovu schopnost zůstat co nejvíce objektivní a v tom, že zmiňovaná flexibilita může přinést vlastně dosti nesourodá data, která je potom obtížnější zpracovat.

Polostrukturovaný rozhovor je přesto nejčastěji doporučovanou metodou i z hlediska interpretativní fenomenologické analýzy (Smith, Flowers a Larkin, 2009).

Před začátkem samotného výzkumného rozhovoru byli účastníci seznámeni s podmínkami výzkumu a byl jim přečten informovaný souhlas. Ten zajistil jejich plné porozumění a dobrovolnou účast a jeho potvrzení bylo zaznamenáno současně s celým rozhovorem na diktafon. Rozhovory probíhaly v prostředí, které bylo respondentům dobře známé, což jim umožnilo cítit se komfortně a umožnilo zajistit uvolněnou komunikaci. Každý rozhovor trval přibližně 60-90 minut a byl strukturován do několika tematických okruhů.

Další použitou metodou byla ohnisková skupina. Morgan (1997) zdůrazňuje, že ohniskové skupiny jsou zvláště efektivní pro zkoumání názorů, postojů a motivací a jsou zajímavé z hlediska údajů, které přináší skupinová interakce. S tím souhlasí i Krueger a Casey (2015). Obecně se doporučuje pro tento typ sběru dat mít 6-12 účastníků pro větší rozmanitost názorů a větší dynamiku. Čtyři účastníci nejsou tedy příliš optimální, ale už při tomto počtu vzniká určitá skupinová interakce (Miovský, 2006). Já se pro ohniskovou skupinu i v takto malém počtu rozhodla právě pro lepší prozkoumání společných témat a zároveň, abych zjistila, jak daná skupina spolu interaguje, jaké mají vztahy a proč jim to možná funguje tak, jak jim to funguje. I tato skupinová diskuse probíhala v účastníkům dobře známém prostředí. Na začátku opět proběhl informovaný souhlas všech účastníků, který byl spolu s celou diskusí zaznamenán na diktafon. Délka ohniskové skupiny byla cca 90 minut.

Obě tyto metody byly doplněné o zúčastněné pozorování, avšak pouze v rámci rozhovorů a ohniskové skupiny. Když byl výzkum ve fázi příprav, zvažovala jsem i svoji účast přímo na „skupinovém tripu“. Tři respondenti s tím neměli problém, jeden váhal a já sama jsem byla nerozhodná. Měla jsem obavy, aby moje účast nějakým způsobem negativně neovlivnila nejen setting celého „tripu“, ale i celý výzkum a v neposlední řadě i vztahy s účastníky. I tak se domnívám, že pozorování v rámci rozhovorů je přínosné hlavně proto, že umožňuje výzkumníkovi pozorovat přirozené chování a interakce účastníků v reálném čase. Může poskytnout kontextuální pochopení prostředí, jelikož místo, kde jsme se sešli, je jakousi základnou, kde je většinou LSD užíváno. Zároveň může pozorování lépe odhalit vztahy a dynamiku skupiny. Během rozhovorů jsem si tedy dělala poznámky na papír, které se týkaly pozorovaných jevů.

Kombinace těchto metod se mi zdála vhodná proto, že polostrukturované rozhovory poskytly dostatek prostoru pro individuální názory a zkušenosti respondentů, zatímco ohniskové skupiny podpořily interakci a dynamiku mezi účastníky, což přineslo nové perspektivy a podněty k diskusi. Zúčastněné pozorování navíc umožnilo pozorovat chování a reakce účastníků v jejich přirozeném prostředí a odhalit vztahy ve skupině.

6.3 Metody analýzy dat

Pro zpracování a analýzu dat jsem pro tuto práci zvolila interpretativní fenomenologickou analýzu (IPA). Tuto metodu jsem zvolila proto, že mi přišlo stejně důležité jako „co“ a „jak“ tito uživatelé dělají, také „proč“ to dělají. IPA je specifická metoda, která se zaměřuje na zkoumání prožitků lidí a toho, jak tito lidé interpretují své zkušenosti a jaký jim dávají význam. IPA propojuje fenomenologii, hermeneutiku a idiografický přístup (Smith, Flowers a Larkin, 2009).

Ještě před zahájením sběru dat v rámci mého výzkumu jsem věnovala několik dní introspektivnímu dialogu, abych zhodnotila svůj vlastní vztah ke zkoumanému tématu. Tato reflexe je klíčovou součástí interpretativní fenomenologické analýzy (IPA).

Osobně nemám mnoho zkušeností s návykovými látkami a obecně ve mně vyvolávají zvědavost, ale přistupuji k nim s velkou opatrností. Zajímají mě však jevy, stavy a poznatky, které se zdají být mimo běžné chápání. V rámci tohoto zájmu jsem slyšela od svého okolí převážně pozitivní ohlasy na LSD.

Přesto jsem LSD ještě nikdy nezkusila. Cítím ohledně toho obavy, a to nejen kvůli legislativě, ale převážně proto, že jsem člověk, který potřebuje mít kontrolu nad svým chováním, myšlenka na ztrátu této kontroly mě děsí a s takovým mind-setem bych do toho ani vstupovat nechtěla. LSD mě fascinuje jako možný prostředek k dosažení různých poznatků, zároveň mě psychedelika zaujala i svými zmiňovanými terapeutickými schopnostmi, ale jsem skeptická kvůli svému strachu.

Další věc, kterou jsem potřebovala reflektovat před sběrem dat, ale i během něj, je fakt, že respondenti jsou moji známí. Snažila jsem se tedy k tématu přistupovat co nejvíce otevřeně a empaticky a odlišovat své reakce jako někoho, kdo respondenty osobně zná, od svého přístupu jako výzkumníka.

Po sběru dat následoval pečlivý přepis rozhovorů, což umožnilo detailní analýzu získaných informací. Každý rozhovor byl opakovaně čten a poslouchán, přičemž jsem si zaznamenávala důležitá témata, která se objevovala. Koutná Kostínková a Čermák (2013) navrhuje utřídit si své poznámky do třech typů: deskriptivních, lingvistických a konceptuálních (s.18). Snažila jsem se tedy v tomto kontextu nad poznámkami přemýšlet. Nad tím, co je skutečně sdělováno, nad tím, co by se dalo přečíst mezi řádky a nad tím, co bych měla reflektovat jako spíše už svojí interpretaci. Byla provedena podrobná analýza každého jednotlivého případu zvlášť, aby bylo možné plně pochopit specifické zkušenosti a perspektivy jednotlivých respondentů. Poté byly tyto individuální nálezy porovnány a hledala se společná témata napříč všemi případy. Obdobně byla analyzovaná i ohnisková skupina. Hledala jsem společná témata skupiny, společné významy, a především jsem se zaměřovala na fungování skupiny jako takové, na její dynamiku a vztahy.

7 Etika výzkumu

V rámci tohoto výzkumu byli respondenti podrobně informováni o cílech a povaze zkoumání ještě před samotným sběrem dat. To zahrnovalo komplexní vysvětlení účelu studie, metodologie, očekávaného průběhu a možných výstupů.

Klíčovým prvkem etického přístupu bylo zajištění anonymity respondentů. Pro ochranu jejich identity byly veškeré osobní údaje anonymizovány a záznamy byly uchovávány s maximální péčí o bezpečnost dat. Souhlas s účastí a nahráváním rozhovorů byl získán od všech zúčastněných předem a byl nahrán na nahrávací zařízení.

Respondenti měli plné právo odstoupit od výzkumu kdykoliv bez jakéhokoliv vysvětlování či následků. Tento aspekt byl zdůrazněn na začátku spolupráce, aby se účastníci cítili svobodně a nebyli pod psychickým tlakem. Účast ve výzkumu byla tedy zcela dobrovolná.

Celý proces však obsahoval jeden specifický prvek rizika: osobní známost s respondenty. Tento faktor mohl potenciálně ovlivnit nejen objektivitu výzkumu, ale také naše vzájemné vztahy do budoucna. Abych minimalizovala toto riziko, rozhodla jsem se o záležitosti otevřeně komunikovat ještě před zahájením výzkumu. Všichni jsme se vzájemně ujistovali, že pokud by došlo k jakémukoliv nepříjemnému stavu, máme možnost výzkum okamžitě přerušit nebo ukončit.

Byly vybrány a připraveny odkazy na konkrétní služby, které by mohly poskytnout odbornou pomoc v případě, že by se během rozhovorů otevřela citlivá témata, která by mohla vyvolat emocionální nebo psychickou nepohodu. Naštěstí, žádná taková krizová situace nenastala, a výzkum probíhal hladce bez jakýchkoliv incidentů.

Otevřená komunikace a vzájemná důvěra mezi mnou a respondenty byly klíčovými faktory, které přispěly k úspěšnému a eticky odpovědnému průběhu výzkumu.

8 Rozbor výsledků

Následující kapitola přináší podrobné výsledky, kde podle principů interpretativní fenomenologické analýzy (IPA) věnuji každému respondentovi samostatnou podkapitulu se zaměřením převážně na osobní prožitky, zkušenosti a motivace a zaměřím se na vyzdvižení klíčových témat pro každého z nich jedinečně. Po individuálních rozbořech se další kapitola soustředí na společná témata, která se objevila napříč celou skupinou, a to jak v individuálních rozhovorech, tak v rámci ohniskové skupiny. Dále zde uvedu, jaké strategie a jaká bezpečnostní opatření skupina uvádí a jak společně popisují jejich užívání LSD. Součástí této kapitoly jsou tedy i odpovědi na výzkumné otázky. Tato kapitola zahrnuje také analýzu interpersonálních vztahů uvnitř skupiny, čímž rozšiřuje porozumění dynamice a společným zkušenostem účastníků.

8.1 Rozbor jednotlivých případů

Pro přehlednost jsem v textu *kurzívou* zvýraznila citace vlastní respondentům a **tučně** jsem zvýraznila témata nebo myšlenky, které považuji za důležité pro zodpovězení výzkumných otázek.

8.1.1 Slunce

Slunce je mužem s nejbohatšími zkušenostmi s psychedeliky z celé skupiny. Kromě LSD, se kterým má největší spojení, vyzkoušel také lysohlávky, DMT a žábu Bufo, což mu poskytlo široké spektrum zkušeností.

Jeho první setkání s LSD proběhlo asi před deseti lety, avšak tehdejší zkušenost byla spíše „...nijaká. **Tehdy jsem od toho nic nečekal a ani jsem vlastně nevěděl, že by se na tom daly dít nějaké zajímavé věci.**“ Ve svém povídání Slunce zmiňuje „*huličské období s Venuší*“, kdy oba prý potlačovali emoce z nešťastné lásky. Slunce tou dobou prý hodně řešil svoji **sexualitu** „...*byl jsem nešťastně zamilovaný, chtěl jsem se vlastně tak trochu zabít, řešil jsem hodně dilema v mojí hlavě ohledně orientace, jak to tedy mám a potřeboval jsem si to vyhulit z hlavy*“.

Následně se pak Slunce dal na křesťanskou mystickou cestu. „...*Prostě jsme se jednou s Venuší vzbudili po nějakým jointu a najednou nám to oběma už přišlo zbytečný.*“ Slunce se poté rozhodl pro striktně asketický život, chtěl se prý vyhnout jakýmkoliv pudovým a látkovým stimulům. „**Potřeboval jsem se ujistit, jestli život tady je jen o pěti smyslech nebo je to něco víc a dařilo se mi to. Během této cesty jsem začal dosahovat určitých transpersonálních prožitků.**“

Z celého vyprávění působí Slunce velmi spirituálně založený, což ostatně potvrzuje i ve svých popisech různých meditačních technik. „...ale bohužel ta cesta, kterou jsem nastoupil je archaická, v podstatě pro poustevníky, tak jsem to nemohl žít úplně tak, jak by se mělo.“ Slunce potom potkal Marka – svůj první vztah s mužem. „Tehle vztah už vůbec nešel dohromady s mystickou cestou, tak jsem ji ukončil.“ Marek byl prý velmi „s psychedeliky spjatý, ale on to měl spíš jako prostředek k dosažení rauše, on potřeboval přehlušit sám sebe.“ S Markem dvakrát nebo třikrát LSD zkusil, ale prý to byly spíše nepříjemné stavy, ba dokonce „**bad tripy**“ – jeden z nich popisuje takto: „... byli jsme na PsyTrance festivalu, kde jsme si dali tripa s Markem a jednou kamarádkou. Marek najednou odešel s nějakou svojí jinou fetovací partou a já tam zůstal sám s kamarádkou, na festivalu, kam jsme jeli kvůli němu... uběhlo pár hodin, Marek se nevracel, a tak jsem si šel lehnout do stanu. A tam byl Marek a osahával tam jednoho svého úplně zfetovaného kamaráda – heteráče... na tom tripu mi to v tu chvíli přišlo prostě šílený... teď bych to asi dokázal lépe zpracovat, hlavně bych to už takto ani nebral, ale v tu dobu to mělo úplně katastrofický scénář...“ „**Bylo to hodně tím prostředím, a i celkovou náladou. Ten vztah byl prostě průser a projevovalo se to i při tom tripu.**“

„Teď to bereme úplně jinak.“

Slunce připisuje prostředí, celkovému rozpoložení a soustředěnosti se v rámci tripu velkou důležitost. Popisuje, že „první funkční lejtro bylo, kdy jsem do toho začal aplikovat meditační stavy, který jsem měl nacvičený a taky jsem byl s fajn lidma na fajn místě... Já se do toho prostě musel promeditovat. Předtím to pro mě byla jen vizuálně zajímavá droga, ale nic extra.“ Zároveň však zmiňuje, že jeho cílem není vyloženě se vyhýbat „bad tripu“, ale spíše se s tím naučit pracovat. „Jde o to, že kdybychom se úplně vyhýbali nepříjemným stavům na tripu, tak se vlastně hrozně ochudíme. Jako určitě se nechci dostávat do nějakých „schíz“ nebo katastrofických scénářů, proto se to snažíme dělat co nejpříjemnější, ale když zvládneš nějakou náročnější situaci na tom tripu, hrozně tě to obohatí a dává ti to jakýsi manuál do života.“

Velký význam pro něj samotného má skupina jako taková, říká, že je pro něj důležité mít jakýsi svůj „kmen“, ve kterém může svoje dosavadní poznání **SDÍLET** a zároveň se obohacovat o poznání ostatních. „Mám to tak, že až sdílením se poznání verifikuje a užitek umocňuje.“

Co se **transpersonálního poznání** a onoho **přesahu**, které mu LSD pomohlo odkrýt, týká, ho Slunce popisuje tak, že „...jsi vším a vše je tebou.“ Významy, které mu toto poznání dává je „získání určitého **NADHLEDU**, refresh zatuhlých částí mysli, **sociální naplnění a SPOJENÍ SE SEBOU**.“

Nejsilnější osobní prožitek popisuje Slunce takto: „...*na lesní mýtině jsem v sedě začal vést dech do podzemní části svého já (říká se tomu dýchat do čakry Země, ale nerad bych, aby to sklouzlo do „eza“). Tímto prostým dýcháním se vzdmul mnou neřízený proces. Vortex jiskřiček spolu s větrem udělal kolem nás torzní pole. Poté přiletěli dva geometričtí sokoli a zobáky s gotickou přesností otevřeli portál nad mou hlavou. Náhle se ze země pode mnou vzdmul obří perleťový had bez očí, za to měl něco jako beraní rohy. Byl perleťově bílý, ale opalizoval všemi barvami. Prošel mi tělem ale i ve svém vlnění se vždy ocital i mimo moje tělo až se temenem vydal do otvoru, který otevřeli sokoli předtím...sotva se jeho hlava dostala do toho záhadného otvoru, nastala imploze/exploze a přesto, že celý proces byl dramaticky epický, po explozi nastal orgastický mír a klid, Jednota, všepropojení, všeuvolnění, božství. Tento zážitek vnímám jako pravé zasvěcení, protože jej v některých situacích můžu v „demoverzi“ znovu zapnout a pomoci si tím třeba při určitém výkonu. Například na dodání klidu, když mě čeká zátěžová situace.“ – možný výklad nabídnu v kapitole „Diskuse a závěr“.*

8.1.2 Mars

Mars je kamarádem Slunce a první zkušenost s LSD byla s ním. Jeho pohnutky k vyzkoušení byly prý zvědavost a možnost „**sáhnout si na to, co je za oponou**“. O LSD prý slyšel jen samé pozitivní věci, nejen od svých přátel. Věří, že existuje něco víc, co přesahuje běžnou realitu, a tuto vyšší sílu vnímá jako energii, která vše stvořila.

Když mluví o svých prožitcích, hovoří o nich s nadšením. Zmiňuje, že ony prožitky jsou velmi silné a je pro něj obtížné je verbalizovat, protože spíš, než **vizuální** projevy to dokáže **cítit**. „*Cítíš **SPLYNUTÍ se vším**, jsi energií tohoto a možná i jiného světa... je to zajímavý, nepopsatelný, a hlavně hmatatelný jev...všechno je dobré a špatné zároveň a je to všechno v pořádku“ ... „cítíš tu sílu, která nás všechny a všechno tvoří“. Svě nejintenzivnější prožitky připodobňuje k filmu Avatar. „*Byli jsme na takovém zalesněném kopci a sedli si do mechu. Byla to taková ta fáze, kdy jsme potichu a každý si prožívá ty svoje věci. A já zabořil hlavu do mechu a najednou jsem měl pocit, že **cítím celý svět i vesmír***.“ Zároveň reflektuje skutečnost, že to může někomu, kdo to nezažil, znít jak „*fantasmagorie*“, ale že on o tom prožitku vlastně vůbec nepochybuje, že by to nebyla pravda.*

Tyto prožitky popisuje jako hluboce transformativní. Popisuje, že zažil pocity odosobnění, viděl sebe a ostatní členy skupiny z výšky a když se na ně podíval, měl pocit, jako kdyby viděl jejich osobnosti a že byli všichni krásní – krásní uvnitř. To také připisuje tomu, že je prý ve své podstatě šťastný a bezstarostný člověk a že se snaží vše kolem sebe vnímat pozitivněma očima i v běžném životě. „*Ten trip ještě více odkryje, kým jsi... Což třeba může být náročné pro nějaké depresivní lidi...ale myslím, že je důležité nechat věci plynout a **nekontrolovat** je, protože přesah si tě najde sám.*“

Na otázku, zda se pokouší o transpersonální přesah jinou cestou, než skrze LSD Mars sdělil, že tomu podobné „záblesky“ zažívá v přírodě, v horách, při sportu, ale ne v takové míře. V rámci skupiny občas praktikuje nějaké meditační techniky, ale nepřijde si ohledně toho nijak zkušeně a má dojem, že se v těchto praktikách nedokáže ponořit do sebe tak hluboko jako třeba v přírodě nebo na tripu a že si spíš „sám vizualizuje“ než aby něco „přicházelo samo“.

8.1.3 Venuše

Venuše popisuje, že ohledně první zkušenosti LSD byla jako „tabula rasa“. Nevěděla, co by se mohlo dít a vlastně všechny informace měla zprostředkované skrze přátele. Venuše také zmiňuje „huličské období“, které prožila se Sluncem a uvádí, že tenkrát to bylo něco, co oba v tu dobu potřebovali a kvituje, že při tom dokázali „normálně fungovat“. Ona při tom napsala diplomovou práci a Slunce to také nijak neomezovalo. Venuše toto období považuje zpětně jako jakýsi restart mysli. Po tomto období neměla vyjma alkoholu a nikotinu žádnou návykovou látku a ani ji to nelákalo. Z Venušina vyprávění je zřejmé, že Slunce a Mars ji o LSD vyprávěli převážně pozitivní věci a na základě toho, že ji to začalo lákat vyzkoušet, přesto, že měla nejdříve obavy. I po rozhodnutí se pro vyzkoušení LSD ještě asi rok čekala na to, až bude ve větší psychické pohodě, protože tou dobou procházela těžkým obdobím a z vyprávění věděla, že je důležité do stavu změněného vědomí vstupovat v pohodě. Svůj první zážitek popisuje jako „**nad očekávání krásný**“, popisuje přítomnost **bezpodmínečné lásky a jednoty se skupinou i celým světem a vesmírem...** „*ten pocit byl jako příjemný elektrický výboj, který mnou projel od paty až po hlavu...ani zdaleka se tomu nepodobá hodně dobrý orgasmus. A hlavně tu lásku jsme najednou cítili všichni, jen jsme se na sebe podívali a věděli jsme to...*“ připisuje to k uvědomění si **vícevrstevné reality**, má pocit, že poprvé pochopila filozofický termín „esence věci samé“. Venuše také popisuje, jak jsou na tripu fascinující smyslové prožitky.

Má však i nepříjemný zážitek, kdy „...jsme přišli na jedno místo, kde byla hora kompostu a taková plechová dělnická budka. Z toho kompostu se viditelně odpařovaly plyny a na mě to celé působilo jako hromada těl v koncentračním táboře. Řekla jsem ostatním, že mi tam není dobře, že to vypadá jak v Osvětimi, a oni mě z toho místa odvedli. Dodnes na to místo pravidelně chodím a snažím se vybavit si ty pocity, které ve mně to místo během tripu vyvolalo. Myslím, že i tyto nepříjemné momenty je dobré si na tripu vyzvednout a dále s nimi pracovat.“

Na otázky, jak a jestli ji LSD nějak obohacuje odpovídá: „*Žiju v nějakých zajetých kolejkách, žiju v něčem, co mám naimpregnováno už třeba z dětství a na tom tripu se ti to najednou tak hezky odkryje a dokážeš to přijmout a zároveň to vidět s takovým **nadhledem**...pak v životě, když se za něčím ženeš, za nějakou prestiží nebo tak, stačí se vzpomenout si na to „prostředí **bezpodmínečné lásky**“.*“

Dalším obohacením je pro ni upevnění pouta se skupinou. Popisuje také, že **sdílení** všemu dává úplně jiný rozměr „...ale ne každý trip tě zahlí tou bezpodmínečnou láskou... jednou jsem se těšila, jak se mi **rozpustí to ego**, ale vůbec to nepřicházelo... a najednou jsem zjišťovala, jak mi to ego strašně vadí.“

V běžném životě Venuše pravidelně medituje a cvičí jógu. Nedovede si představit svůj život bez těchto meditací a „úniků“ do jiných světů.

8.1.4 Měsíc

Měsíc se dlouho odhodlával k vyzkoušení LSD, protože ho děsilo, jaké **skryté pravdy** by mohly vyplavat na povrch. S jinými návykovými látkami měl spíše malé zkušenosti – alkohol pil střídavě a jen párkrát vyzkoušel THC. Do své první zkušenosti s LSD chtěl vstoupit s tím, že bude k sobě maximálně upřímný. *"Takže ze mě pak padaly různé hluboko skrývané pravdy. Možná jsem to, v určitém ohledu, chtěl vnímat jako nějaký přechodový moment a ta substance mi pomohla v tom vypnout si ty ochranný štíty a jít s pravdou ven,"* svěřil se. Z rozhovoru nakonec vyplynulo, že Měsíc dlouhé roky v sobě řeší otázku **sexuality** a LSD mu ohledně této věci poskytuje jakýsi nadhled. *„Pomáhá mi, že v rámci aplikace se člověk přijímá snáz tak, jak to je, a to mě vlastně pokaždý posune o kus dál...taková ta sebehanba se ztlumí a dokážu to nazřít bez obalu těch soudů, co tomu normálně dávám.“* Onen přesah pro něj znamená „...stav vědomí, který nezná v běžném životě...dává mi to zostření se na to podstatné, co má v daný moment největší význam...**pomáhá mi to uvědomit si relativitu věcí a složitých momentů.**“ Pro Měsíce je získávání **nadhledu** a **sebepřijetí** klíčové. Velmi si cení nastavení komunity, ve které se pohybuje. *"Miluju tu **sounáležitost a bezpodmínečné přijetí**, které cítím nejen díky LSD, ale i díky skupině jako takové... během tripu je to zvláštní, autentická láska, která pramení z daného momentu,"* sdílí. Jako riziko spojené s užíváním LSD vnímá náročnost některých situací, které mohou nastat. Popsal nepříjemný stav, který zažil, když jeden člen skupiny měl nevyřešený zdravotní problém, což silně ovlivnilo celý trip: *"Z perspektivy toho okamžiku to byla šílená bezmoc... zároveň jsem si uvědomil, jak moc mi na skupině záleží a jak hluboce se mě to dotýká... možná víc, než by mělo... došlo mi, že potřebuji, aby kolem mě panovala určitá harmonie, jinak se cítím ztracený."* Měsíc také zmiňuje, že LSD může obecně být spíše "berličkou" než prostředkem k poznání, zejména když se užívá ve špatném „nastavení“. Občas se pokouší meditovat, ale většinou jen v rámci skupiny.

8.2 Společná témata

Z individuálních rozhovorů i během ohniskové skupiny vystalo hned několik témat, která se prolínají napříč všemi rozhovory. To, že se tato témata objevovala u všech respondentů je zřejmě dáno specifikou skupiny, podobným smýšlením respondentů, víceméně stejnými strategiemi užívání i společným sdílením prožitků.

Zde jsou uvedena společná témata:

Touha po přesahu a transpersonálním poznání je základním motivem, který vede respondenty k experimentování s LSD. Tato motivace je často spojena s hledáním hlubšího smyslu života, duchovního růstu a překonání omezení běžného vědomí. LSD umožňuje uživatelům zažít stavy vědomí, které přesahují jejich běžné zkušenosti a vedou k pocitům univerzálního propojení – se všemi a se vším.

S tím úzce souvisí téma **transformace a sebepřijetí**, kde užívání LSD často vede k významným osobním změnám. Uživatelé popisují, jak se mění jejich hodnoty, postoje a sebepojetí. Respondenti popisují, že jim to umožňuje se „více ponořit do sebe“ a v podstatě i objevit sebe sama. Respondenti popisují jakousi „**obnaženou anatomii**“, kdy LSD ještě více umocní a odkryje to, kým daný člověk je. Pro dva respondenty bylo společným tématem i téma **sexuality**, které vlastně díky prožitkům na LSD dokážou v sobě lépe zpracovat.

Dalším důležitým tématem – jevem, který respondenti popisovali, bylo **odosobnění a rozpuštění ega**, kdy uživatelé zažívají stavy, ve kterých jejich individuální „já“ mizí a dochází k pocitu jednoty s vyšší silou nebo „bohem“.

Dalším podstatným tématem, které vystupuje ve více významech a kontextech je **KONTROLA**.

Primárně jde o kontrolu ve smyslu **sebekontroly** nebo spíše schopnosti udržovat **pozornost** určitým směrem. Respondenti zmiňují, že vlivem nepozornosti se člověk může ochudit o vyšší stádia tripu (budou popsány dále). „*Ohledně tohoto mi přijde vlastně úplně nepochopitelný dávat si to na nějaký párty...*“ (Venuše) Zároveň připisují pozornosti důležitost i v rámci rozpoznání zátěžových situací nebo nepříjemných stavů včas a nenechat se jimi příliš „potopit“. Tímto způsobem se respondenti chrání před negativními „propady“, které by mohly ohrozit jejich duševní rovnováhu. Tyto „vykřičníky“ respondenti poznali většinou až po jejich prvním prožití.

Na druhé straně je zde naopak aspekt **nekontrolování**, který klade důraz na uvolnění se a nezasahování nadměrně do přirozeného průběhu událostí. Tento postoj vychází z myšlenky, že občasná ztráta kontroly a přijetí nevyhnutelného může přispět k vnitřnímu poznání.

Další zajímavý rozměr kontroly se projevuje v rámci skupinové dynamiky. Zde se kontrola vztahuje na vzájemné sledování a hlídání se mezi členy skupiny. Respondenti se vzájemně dobře znají a dokážou u sebe navzájem také rozpoznat rizikové situace.

Za zmínku stojí i důležitost pocitu **sounáležitosti** a **jednoty**, který uživatelé LSD zažívají v rámci skupiny. Domnívám se, že jednota je zde umocněna LSD prožitkem, naopak sounáležitost je zde podpořena skupinou. Skupinová dynamika se zde zdá být velmi přínosná a poskytuje členům pocit bezpečí a podpory, jelikož vědí, že se na sebe můžou spolehnout.

Významným tématem je i **sebepřijetí**. Domnívám se, že tento proces je výsledkem interakce již zmiňované „obnažené anatomie“, kdy LSD odkryje pravou podstatu člověka, jakési konfrontace s tím a setkáním se s všudypřítomným „božstvím“, kdy respondenti popisují, že „je vše, jak má být“.

Napříč rozhovory se objevuje důležitost **SETU** a **SETTINGU**. Z vyprávění je zřejmé, že Slunce byl v rámci této skupiny jakýsi „průkopník“ jehož slogan by mohl být „vyzkoušeno za vás“, ale nechci to zlehčovat. Tak jako tak, vyzkoušel toho mnohem víc, včetně velmi nepříjemných stavů, než dle jeho slov přišel na to, jak to dělat správně. „*Při špatném setu a settingu je bad trip zaručen.*“ (Slunce) Ostatní členové prý díky důvěře k němu nikdy nezažili vyloženě „bad trip“, k celému užívání přistupují s **RESPEKTEM**.

8.3 Jak probíhá společný trip – jeho fáze, cykličnost

Respondenti se shodují v popisu fází, kterými během tripu procházejí. Interpretace těchto fází umožňuje lépe pochopit vnímání prožitků celé psychedelické zkušenosti. Detailní popis nejen těchto fází, ale i příprav poskytuje také náhled na strategie a opatření, která respondenti popisují jako důležitá pro minimalizaci rizik.

Termínu uskutečnění tripu předchází společná domluva. Všichni by měli být ve fyzické (prý i obyčejná rýma dokáže trip dost znepríjemnit) i psychické pohodě. Pár dní před domluveným tripem se respondenti snaží žít jídlem bohatým na serotonin a tryptofan – to aplikují i pár dní po intoxikaci. Domluví si místo – chalupa na samotě uprostřed přírody, čas – ideálně prý pátek odpoledne, aby nešli spát příliš dlouho a zároveň měli víkend na regeneraci, jelikož se po aplikaci cítí pár dní vyčerpaní a nepozorní.

1) Aplikace a cesta „ven“ do přírody

- cca 30 minut, než nastoupí první účinky jako pocity na zvracení, „*zuby se nevejdou do pusy*“, apod.

2) Iniciační fáze

- cca 60 minut
- respondenti ji nazývají „*vychechtávací*“ a připodobňují ji stavu „zhulení“ nebo opilosti
- smyslové vjemy jsou výraznější
- v této fázi je pro respondenty důležité vypnout snahu „chtít to plně ovládnout“

3) Fáze dítěte – fáze fascinace

Tato fáze by se dala připodobnit dětskému věku, kdy byl člověk zvědavý, objevoval svět a vše ho fascinovalo. Zároveň měl den pocitově mnohem více hodin, **čas** jakoby **zaniká**, den je nekonečný. „*Není tam to, že máš tu realitu naučenou, ale vše znovu objevuješ.*“ (Slunce)

4) Rozplynutí ega

Respondenti prý už dokážou odhadnout, kdy tato fáze přichází a zjišťují ji tak, že si zkusí před sebe „položít“ něco, co se jich v bdělém stavu nějakým způsobem dotýká. Pokud se jich to i nadále dotýká – ego je přítomno. Pokud cítí vyrovnanost, ego je pryč.

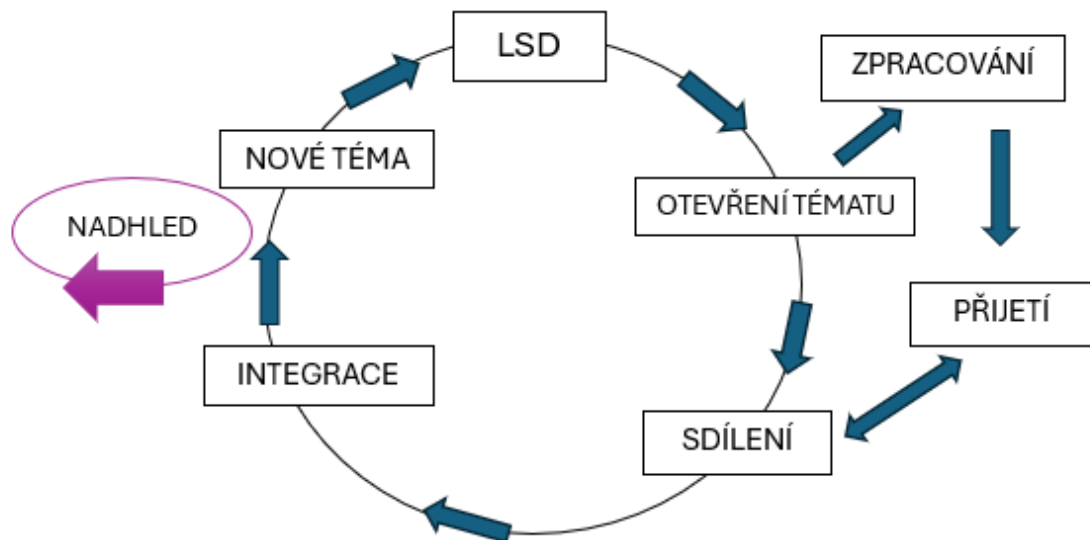
5) Přijde božství?

- nejvyšší fáze
- propojení mikro a makrokosmu
- „hmatatelná“ jednota

... postupně účinky LSD odeznívají.

„...časem přijdeš na to, že „to“ nikam neodchází...dává ti to možnost volby a takový manuál do bdělého stavu...“ (Slunce)

Následující schéma znázorňuje vzorec užívání LSD zkoumané skupiny:



Členové skupiny užívají LSD v časovém rozmezí přibližně jednou za půl roku. Za zmíněnou dobu si prý „nashromáždí“ témata, která si v rámci tripu otevřou. Následuje proces zpracování problému. V rámci skupiny členové oceňují možnost sdílení, což umocňuje pocit přijetí a sounáležitosti. Poznatky získané na LSD poté integrují do běžného života. V dalším půlroce se buď otevřou nová témata nebo dojde k prohlubování získaných poznatků. Zároveň členové skupiny tvrdí, že i v případě, že už by si LSD nikdy nedali, tak je to velmi obohatilo. Získali prý určitý nadhled nebo manuál na to, jak opravdověji žít ve smyslu řešení problémů nebo toho být vnímavější vůči sobě i okolí.

8.4 Vztahy ve skupině

Ač se výběr přezdívek může na první pohled zdát zvláštní, má své opodstatnění. Tyto přezdívky jsem vybrala proto, že mi umožňují lépe popsat dynamiku a vztahy v analyzované skupině a zároveň tato označení představují určitou paralelu ve smyslu „psychonautů“, kteří jako kosmonauti cestují vesmírem – zde představuje LSD propojení mikro a makrokosmu.

Slunce je středem této malé galaxie. Je to muž, který vyzařuje teplo a světlo, kolem kterého se vše točí. Díky němu se všichni ostatní znají a jejich společné okamžiky září jasněji. Slunce je dlouholetým kamarádem Měsíce a Marse. Je to právě Slunce, kdo působí jako spojka mezi různými energiemi a charaktery ve skupině. Jeho vliv je nepopiratelný, jako je nepopiratelný vliv Slunce na celou soustavu. Zároveň Slunce působí jako průvodce během LSD tripů, pomáhající ostatním navigovat jejich zážitky. *„Snažím se udržet pozornost, aby se nám to nikam nerozuteklo, ale zároveň nechat každému co nejsvobodnější cestu.“*

Mars je živelný muž, partner Venuše, který vnáší do skupiny dobrodružství a pragmatismus. Jeho energie je mužná a sálá z něj síla a nezávislost. Jako skutečný Mars je neohrožený a akční, přináší dynamiku a pohyb, je tím, kdo žene skupinu vpřed a přichází s novými nápady na společná dobrodružství.

Měsíc je tichý a nenápadný, ale jeho přítomnost je pro skupinu stejně důležitá jako přítomnost Měsíce pro Zemi. Je dlouholetým přítelem Slunce a vnáší do skupiny klid a stabilitu. Je to právě Měsíc, kdo tiše podporuje ostatní, přináší potřebný mír a je vždy spolehlivým přítelem. Navzdory své tichosti vždy vše pečlivě sleduje a vnímá, co se kolem něj děje. Měsíc možná není nejviditelnější, ale jeho vliv je hluboký a stálý, jako měsíční světlo, které provází noci.

Venuše je jedinou ženou ve skupině a jako opravdová Venuše je plná energie, živosti a vřelosti. Její přítomnost přináší do skupiny jemnost a emocionální hloubku. Vztahy mezi přáteli díky ní rozkvétají, stejně jako Venuše rozkvétá na noční obloze. Její ženská energie dodává skupině harmonii a krásu, a její schopnost empatizovat a porozumět činí přátelství ještě pevnějšími. Venuše je planetou lásky, krásy, harmonie a umění, a tyto své charakteristiky vnáší i do skupiny. Cení si upřímných vztahů a s láskou o ně pečuje.

Do této skupiny každý člen přispívá svou jedinečnou energií. Slunce svítí ve středu, hýčká a propojuje všechny kolem sebe. Mars přináší akci a dobrodružství, Měsíc poskytuje klid a stabilitu, zatímco Venuše vnáší do všeho krásu a jemnost. Zároveň v rámci tripů prý Venuše a Mars fungují spíš jako přátelé, což jim občas vnáší otázky v rámci jejich stability partnerského vztahu, ale fungování skupiny to prý nijak neohrožuje a ani je samotné už to nijak nepřekvapuje a „ví, s čím počítat“. Zdá se tedy, že tato skupina společně tvoří harmonickou a vyváženou skupinu, kde každý prvek hraje klíčovou roli, podobně jako tělesa ve vesmíru, dokud nedojde k narušení soustavy například vlivem jiných těles. Takové narušení skupina zažila při posledním tripu, kdy zkusili přizvat jinou osobu.

8.4.1 Trip s někým „cizím“

Jak jsem zmínila výše, poslední trip, který skupina zažila, probíhal na místě jako vždy, ale skupina se po dlouhém zvažování rozhodla přizvat někoho nového. Tento muž je převážně přítelem Slunce a Venuše, ale zná se i s ostatními členy skupiny. Tento zážitek nebudu dlouze popisovat, ale domnívám se, že je důležité ho zmínit v kontextu toho, jak vlastně ovlivnil celý prožitek z tripu. Skupina ho označila jako „výchovní trip“, který jim prý připomněl, jak je důležitá „pokora“ v užívání LSD a ve kterém se prý vůbec nedostali vlivem cizího člena do „vyšších fází“, jak jsou zvyklí. Ne, že by vyloženě došlo k narušení skupiny jako takové, ale celý zážitek z tripu byl spíše „nijaký“. Respondenti zmiňovali, že už se v rámci skupiny natolik znají a ví o svých rizikových situacích nebo stavech, že se na sebe můžou ve všem téměř i beze slov spolehnout. Tento cizí člen jim celý trip narušoval svými otázkami na věci (které jim již přijdou samozřejmé), přehnanou kontrolou a jinými projevy – zjednodušeně nebyl se zbytkem skupiny „naladěný na stejnou vlnu“ a ani skupina neměla velký zájem ho do skupiny integrovat. Skupina se po skončení shodla, že toto již opakovat nebudou, jelikož z toho necítili nikdo žádný velký užitek.

8.5 Odpovědi na výzkumné otázky

1) Jaký význam dávají uživatelé LSD svým prožitkům?

Uživatelé LSD dávají svým prožitkům hluboký a mnohvrstevnatý význam. Sociální naplnění a spojení se sebou i s ostatními lidmi jsou pro mnohé klíčové aspekty, které posilují jejich pocit sounáležitosti a emočního propojení. Transcendentální zážitky, které prožívají, zahrnují pocity jednoty, propojení a hlubokého pochopení bytí, žití a života jako celku. Tyto prožitky jsou často popisovány jako momenty, kdy se uživatelé cítí nejbližně něčemu, co by se dalo nazvat „pravou podstatou bytí“. Po rozpuštění ega, kdy mizí hranice mezi „já“ a světem, prožívají silné pocity splynutí ve smyslu splynutí s bohem, se vším živým i neživým, což jim přináší nové vhledy a porozumění nejzákladnějším aspektům existence.

Tímto způsobem LSD nejenže otevírá dveře k introspekci a osobnímu růstu, což jim umožňuje nahlížet na své životní zkušenosti s novým nadhledem, ale také jim poskytuje širší perspektivu, která může obohatit jejich každodenní život a mezilidské vztahy. Co se pravidelnosti, s jakou respondenti LSD užívají týče, ta jim prý poskytuje reflexi uplynulého období a „osvěžení zatuhlých částí mysli“ (Slunce).

2) Uvědomují si uživatelé nějaká rizika spojená s LSD? Jak s nimi pracují?

„Stát se může cokoliv. Je to jako když vyjedeš autem na silnici. Předpokládáš, že dojedешь v pořádku, ale kdo ti to zaručí? Jediné, co můžeš do určité míry řídit, jsi ty sám, ale pokazit se může vlastně cokoliv.“ (Měsíc)

Velkou důležitost dávají uživatelé nastavení "setu a settingu". Uvědomují si, že je klíčové být v psychické pohodě a že LSD není vhodné pro každého. Jako bezpečnostní opatření uživatelé považují i skupinu jako takovou, jelikož jim poskytuje emocionální podporu a praktickou bezpečnost. Bezpečnost se uživatelé snaží zajistit i v kontextu shánění LSD. Uvádějí, že získávají látku od důvěryhodného zdroje, kde spoléhají na to, že papírek obsahuje pouze čistou látku bez příměsí. Jsou si vědomi ilegálního statusu LSD, proto je zachování anonymity pro ně důležité. Kombinaci LSD s jinými látkami považují za rizikovou a ani ji nepraktikují, protože užívají LSD s jasným účelem. Důvěra v rámci skupiny může zajišťovat určité bezpečí, může být "bezpečným přístavem", ale domnívám se, že se může stát rizikovým prostředím, pokud dojde k narušení vztahů uvnitř skupiny, přeci jen je skupina dynamická soustava. Z rozhovorů ale vyplývá, že to uživatelé reflektují, což napomáhá minimalizovat potenciální rizika a zajistit bezpečnější užívání LSD.

3) Jakou roli zde hraje skupina v rámci užívání LSD?

Z výsledků je zřejmé, že skupina zde hraje významnou roli v rámci setu a settingu, neboť vytváří bezpečné a podpůrné prostředí. Přítomnost důvěryhodných přátel poskytuje nejen emocionální podporu, ale i praktickou bezpečnost, kdy si členové skupiny navzájem poskytují dohled a pomoc v případě potřeby. Skupinová reflexe po zážitku zajišťuje hlubší pochopení a integraci zkušeností, což může být klíčové pro osobní růst a sebepoznání. Sdílení prožitků a posilování sociálních vazeb utváří pocit přijetí a sounáležitosti, což je důležité pro celkový pozitivní účinek zážitku. V neposlední řadě může být významná i určitá ritualizace celého procesu, která dodává zážitku strukturu a smysl, čímž posiluje pocit sdíleného významu mezi členy skupiny.

9 Diskuse a závěr

Diplomová práce pojednává o strategiích a rizicích spojených s užíváním LSD za účelem transpersonálního poznání, které zaujímá uzavřená skupina čtyř přátel. Poukazuje na to, jaké psychedelické zážitky respondenti popisují, jaký jim dávají význam, co pro ně konkrétně znamená onen přesah a jak ovlivňují celou intoxikaci, aby proběhla v pořádku a s naplněním jejich cíle.

Téma psychedelických zkušeností je předmětem zájmu různých studií zahrnující jak historické studie, tak moderní vědecký výzkum. V kontextu transpersonálního poznání a s odkazem k naší domovině stojí za opětovnou zmínku jméno Stanislava Grofa. Tento významný český psychiatr a psychoterapeut se transpersonálními prožitky v rámci změněných stavů vědomí, včetně těch vyvolaných LSD, zabývá téměř celý svůj život. Grofovy průkopnické práce v oblasti psychedelické terapie a výzkumu změněných stavů vědomí nejenže položily základy moderního chápání těchto fenoménů, ale také ovlivnily nespočet dalších výzkumníků a terapeutů po celém světě. Jeho knihy, jako „LSD Psychotherapy“ a „The Adventure of Self-Discovery“, patří mezi klíčové texty, které pomáhají porozumět hlubokým a někdy i transformativním zážitkům, jež mohou psychedelické látky nabídnout. Grofův přínos je nepopíratelný a jeho práce stále rezonuje v současném výzkumu psychedelik.

Abych byla konkrétní, Grof (1985) pod pojem transpersonální poznání zahrnuje zážitky a stavy vědomí, které překračují běžné hranice ega, času a prostoru. Tyto zážitky dle něj mohou zahrnovat pocity jednoty s vesmírem – propojení s celým univerzem a všemi živými bytostmi... Takové prožitky popisují i respondenti zkoumané skupiny. V jejich nejsilnějších prožitcích se dostávají právě pocity jednoty, sounáležitosti, božství, pochopení sebe i světa kolem.

Roztočilová (2021), která ve své práci zkoumá vliv psychedelické zkušenosti na postoje k užívání návykových látek uvádí, že psychedelické zážitky v uživatelích vyvolávaly silné pocity, jako je smysluplnost, splynutí a jednota. Dále zmiňuje, že tyto zážitky poskytují uživatelům hluboký smysl a chuť k životu a pomáhají jim pochopit a přijmout svou podstatu bytí na Zemi. S těmito výroky mohu na základě mé studie jen souhlasit. Pozitivní vliv psychedelik na uživatele kvituje i Černá (2022), která se shoduje i v podstatných společných tématech týkajících se transpersonálních zkušeností uvedených ve výsledcích této práce.

Pozitivní zkušenost s LSD je však ovlivněna několika faktory, které se většinou skrývají pod pojmy set a setting. Důležitost setu a settingu zmiňuje už Albert Hoffman (1943) ve své knize „LSD: My Problem Child“, doktor Stanislav Grof napříč mnoha svými publikacemi, Cink et al. (2022) v souhrnné publikaci „Psychedelika a psychonautika“ nebo např. i Michael Pollan (americký novinář, profesor literatury faktu) ve své knize i stejnojmenném televizním dokumentu „How to change your mind“.

Respondenti zkoumané skupiny přikládají největší význam několika klíčovým faktorům, které ovlivňují jejich zkušenosti v rámci setu a settingu. Primárně se jedná o prostředí, jež zahrnuje podpůrnou atmosféru skupiny a přítomnost přírody, dále o psychickou pohodu a potřebný dostatek času. Tyto faktory považují za zásadní pro pozitivní prožitky a minimalizaci rizik.

Dále respondenti kladou velký důraz na správné nasměrování své pozornosti. Toto se může na první pohled jevit jako obecné tvrzení, ale má hlubší význam. Respondenti totiž na základě svých zkušeností popisují, jak se během intoxikace setkali i s nepříjemnými stavy či "propady". Tyto situace jim poskytly cenné ponaučení, jak se těmto negativním prožitkům vyhnout, a to právě prostřednictvím soustředění své pozornosti správným směrem.

Jedním z téměř klíčových aspektů, pokud jde o bezpečnost, je pro respondenty samotná skupina. Skupina neslouží pouze jako podpůrné prostředí, ale také místo pro reflexi a posiluje pocit sounáležitosti. Toto prostředí umožňuje sdílení zkušeností a usnadňuje proces sebezpřijetí, což je podle respondentů neocenitelnou součástí celkového zážitku. O tom hovoří i Grof (1975), který uvádí, že sdílení může být klíčové pro integraci transpersonálních zážitků, které mohou být intenzivní a obtížně pochopitelné bez podpory ostatních. Skupina tedy funguje jako opora, která nejenže zvyšuje pocit bezpečí, ale také obohacuje individuální prožitek každého účastníka (Tart, 2001).

Mimo shodující se významy, které uživatelé dávají svým transpersonálním prožitkům se také shodují v jejich projevech. Vraťme se ještě k jednomu respondentovi – Slunci a jeho nejsilnějšímu prožitku. Pro připomenutí ještě vkládám zde:

„...na lesní mýtině jsem v sedě začal vést dech do podzemní části svého já (říká se tomu dýchat do čakry Země, ale nerad bych, aby to sklouzlo do „eza“). Tímto prostým dýcháním se vzedmul mnou neřízený proces. Vortex jiskřiček spolu s větrem udělal kolem nás torzní pole. Poté přiletěli dva geometričtí sokoli a zobáky s gotickou přesností otevřeli portál nad mou hlavou. Náhle se ze země pode mnou vzedmul obří perleťový had bez očí, za to měl něco jako beraní rohy. Byl perleťově bílý, ale opalizoval všemi barvami. Prošel mi tělem ale i ve svém vlnění se vždy ocital i mimo moje tělo až se temenem vydal do otvoru, který otevřeli sokoli předtím...sotva se jeho hlava dostala do toho záhadného otvoru, nastala imploze/exploze a přesto, že celý proces byl dramaticky epický, po explozi nastal orgastický mír a klid, Jednota, všeproponení, všeuvolnění, božství. Tento zážitek vnímám jako pravé zasvěcení, protože jej v některých situacích můžu v „demoverzi“ znovu zapnout a pomoci si tím třeba při určitém výkonu. Například na dodání klidu, když mě čeká zátěžová situace.“

Zde nabízím možnou interpretaci a význam dané symboliky:

Vědomé dýchání pod sebe zde mohlo znamenat propojení mezi fyzickým a spirituálním světem. Jako kdyby LSD bylo vstupenkou a dech vědomým eskalátorem vzhůru. Vortex jiskřiček může symbolizovat spirálovou dynamiku energie, což je koncept, který se nachází v mnoha spirituálních a vědeckých teoriích. Pod symbolem hada si můžeme představit Kundalini – latentní životní energii dle indické duchovní tradice (Jung, 1932).

Beraní rohy jsou často spojovány se silou, odvahou a vedením. Mohou být považovány za kanály pro duchovní energii nebo jako prostředek k propojení s vyššími silami (Andrews, 2008). Kundalini bývá považována za spící, dokud není probuzena prostřednictvím různých duchovních praktik. Poté stoupá osou těla a otevírá všechny čakry. Konečným cílem je, aby Kundalini dosáhla korunní čakry na vrcholu hlavy. Tento stav je často spojován s osvícením, duchovním probuzením nebo jednotou s univerzem (Jung, 1932) – to by mohl být okamžik, kdy Slunce popisuje otevření prostoru nad hlavou za pomoci sokolů. Sokol je zase symbolem vize, pronikavé mysli a svobody. V egyptské mytologii je sokol spojen s bohem Horem, který představuje sluneční božstvo a ochranu. Sokolí můžou naznačovat potřebu **otevřít svou mysl** novým možnostem a hledět na věci z širší perspektivy (Andrews, 2008). Ve spojení s hadem stoupajícím vzhůru mi tento výklad přijde odpovídající.

Co však chci ještě na tomto symbolickém prožitku podtrhnout je skutečnost, že archetypální obrazy a symboly, které lidé zažívají ve změněných stavech vědomí, jsou často velmi podobné napříč různými kulturami a historickými obdobími. Toto naznačuje, že existují určité univerzální prvky lidské psychiky, které se projevují bez ohledu na kulturní kontext. Jungova teorie kolektivního nevědomí poskytuje vysvětlení pro tento fenomén: kolektivní nevědomí je společným základem pro všechny lidské bytosti, kde jsou uloženy archetypální vzorce a obrazy (Grof, 1993).

Vraťme se ještě ke zkoumané skupině. Význam transpersonálních prožitků byl u těchto uživatelů popsán výše, stejně tak bezpečnostní opatření, která skupina zaujímá. Co ještě považuji za důležité zmínit, je poznání, jaké jim to přináší, a to by se dalo shrnout pod pojmy nadhled, sebepřijetí a přiblížení se pochopení "pravé podstaty bytí". Co je dále podstatné, je to, že tito jedinci využívají LSD jako nástroj pro osobní transformaci a růst, přičemž kladou důraz na to, aby se jejich prožitky skutečně promítaly do běžného fungování. V praxi to znamená, že se z prožitých stavů učí a aplikují získané poznatky do vztahů, práce i osobního rozvoje. Navzdory rizikům spojeným s užíváním LSD, se zdá, že pro tuto skupinu má užívání LSD hluboký a pozitivní význam.

Kombinací bezpečnostních opatření a vědomé integrace prožitků si členové této skupiny vytvořili pro ně fungující přístup užívání LSD. Přestože je důležité si uvědomovat rizika a věnovat pozornost prevenci negativních dopadů. Tato případová studie naznačuje, že LSD může být mocným nástrojem pro dosažení hlubokých vnitřních změn a poznání.

Je rovněž klíčové zdůraznit význam přístupu k užívání LSD s respektem a pokorou. Tento přístup umožňuje uživatelům nejen minimalizovat možná rizika, ale také maximalizovat potenciální přínosy. Uživatelé, kteří přistupují k LSD s otevřenou myslí a odpovědností, mají větší šanci dosáhnout hodnotných a transformačních prožitků, které lze integrovat do každodenního života.

Na závěr je třeba zdůraznit, že tato práce se nesnaží propagovat užívání LSD ani ho bagatelizovat. Výsledky této studie mohou sloužit jako podklad pro další výzkumy a k informované debatě o potenciálních přínosech a nebezpečích psychedelických látek v kontextu osobního růstu a poznání. Práce tak může přispět do širšího pole sbíraných poznatků o této problematice

Limitem této studie může být skutečnost, že se s respondenty osobně znám. Mohla z jejich strany proběhnout určitá sebekorekce, aby nenarušili náš vztah.

Osobní známost s respondenty má i svá pozitiva. Díky vzájemné důvěře a otevřenosti jsou přátelé často ochotnější hovořit upřímně a sdílet hlubší, osobní zkušenosti. Komunikace je v tomto kontextu snazší, což může usnadnit interpretaci získaných dat a zajistit lepší spolupráci a porozumění. Výsledkem tak může být hlubší a autentický vhled do zkoumané problematiky.

Dalším úskalím je omezená diverzita názorů a zkušeností, jelikož se jedná o uzavřenou homogenní skupinu – účastníci sdílejí podobné sociální a kulturní zázemí. Zde však byla homogenita žádoucí, neboť se jedná o případovou studii skupiny. Mohla jsem však pro získání komplexnějšího pohledu na problematiku do výzkumu zahrnout například respondenta s odlišným pohledem („antityp“), který by mohl poskytnout kontrastní odpovědi.

Během výzkumu jsem se snažila být co nejvíce obezřetná, abych minimalizovala možné konflikty zájmů. Často jsem byla v rámci rozhovorů vtažena do vyprávění a často dalo práci udržet určitou strukturu rozhovoru, neboť rozhovory probíhali s přáteli. Snažila jsem se však tyto roviny odlišovat během analýzy, abych zajistila co nejobjektivnější interpretaci dat a propojovat tyto roviny jen v momentech, kdy jsem se pokoušela daným interpretacím co nejvíce naslouchat a porozumět.

Troufám si tvrdit, že výzkum nenarušil vztahy s respondenty, ba naopak, vlivem rozhovorů, které se zabývaly velice osobními prožitky, je spíše prohloubil. Dokonce dva respondenti nezávisle na sobě tvrdili, že výzkumný rozhovor pro ně byla užitečná reflexe.

Seznam použitých zdrojů

- Abraham, H. D., Aldridge, A. M., & Gogia, P. (1996). The psychopharmacology of hallucinogens. *Neuropsychopharmacology*, 14(4), 285-298. [https://doi.org/10.1016/0893-133X\(95\)00201-V](https://doi.org/10.1016/0893-133X(95)00201-V)
- Andrews, T. (2008). *Animal-Speak: The Spiritual & Magical Powers of Creatures Great & Small*. St. Paul, MN: Llewellyn Publications
- Basedow, L. A., & Kuitunen-Paul, S. (2022). Motives for the use of serotonergic psychedelics: A systematic review. *Drug and Alcohol Review*, 41(6), 1391-1403. <https://doi.org/10.1111/dar.13480>
- Carhart-Harris, R. L., & Goodwin, G. M. (2017). The therapeutic potential of psychedelic drugs: past, present, and future. *Neuropsychopharmacology*, 42(11), 2105-2113.
- Carhart-Harris, R. L., Bolstridge, M., Rucker, J., Day, C. M., Erritzoe, D., Kaelen, M., ... & Nutt, D. J. (2016). Psilocybin with psychological support for treatment-resistant depression: an open-label feasibility study. *The Lancet Psychiatry*, 3(7), 619-627
- Cink, V. et al. (2022a). Psychedelika a psychonautika I.: *Mechanismy účinku, etnobotanika, historie a psychoterapie*. Praha: dybbuk
- Cink, V. et al. (2022b). Psychedelika a psychonautika II.: *Rizika užívání, spiritualita, etika a právo*. Praha: dybbuk
- Černá, Ž. (2022). Spiritualita z pohledů uživatelů psychedelik. Retrieved from: [BP_Cerna_Spiritualita_z_pohledu_uzivatelu psychedelik.pdf \(theses.cz\)](BP_Cerna_Spiritualita_z_pohledu_uzivatelu psychedelik.pdf (theses.cz))
- Česká psychedelická společnost. (2024). LSD-25. Retrieved from: <https://czeps.org/factsheety>
- Česká psychedelická společnost. (2024). Retrieved 16.4.2024 from [Česká psychedelická společnost \(CZEPS\) - Czech Psychedelic Society](#)
- Descartes, R. (1996). *Meditations on first philosophy* (J. Cottingham, Trans.). Cambridge University Press. (Original work published 1641).
- Dyck, E. (2008). *Psychedelic psychiatry: LSD from clinic to campus*. Johns Hopkins University Press.
- Gasser, P., Kirchner, K., Passie, T. (2014). LSD-assisted psychotherapy for anxiety associated with a life-threatening disease: A qualitative study of acute and sustained subjective effects. *Journal of Psychopharmacology*, 28(1), 71-79.

- Grof, S. (1975). *Realms of the Human Unconscious: Observations from LSD Research*. New York, NY: Viking Press.
- Grof, S. (1985). *Beyond the Brain: Birth, Death, and Transcendence in Psychotherapy*. Albany: State University of New York Press.
- Grof, S. (1993). *Holotropní vědomí. Tři úrovně vědomí, formující naše životy* Praha: Gemma 89
- Grof, S. (2000). *Psychology of the Future: Lessons from Modern Consciousness Research*. Albany, NY: State University of New York Press.
- Grof, S. (2007). *Nové perspektivy v psychiatrii a psychologii*. Moraviapress
- Grof, S. (2022). *LSD Psychoterapie: Znovuzrození psychedelického léčení*. Praha: Práh
- Grof, S., & Grof, C. (1989). *Spiritual Emergency: When Personal Transformation Becomes a Crisis*. Tarcher.
- Hartelius, G., Vaplan, M., Rardin, M. A. (2007). Transpersonal psychology: Defining the past, divining the future. *The Humanistic Psychologist*, 35(2), 135-160
- Hausner, M. & Segal, E. (2016). *LSD: výzkum a klinická praxe za železnou oponou*. Praha: Triton
- Hofmann, A. (1943). *LSD: My Problem Child*. McGraw-Hill.
- Chomynová, P., Grohmannová, K., Dvořáková, Z., Orliková, B., Černíková, T., Galandák, D., Franková, E., Fidesová, H., Vopravil, J. 2023. *Zpráva o nelegálních drogách v České republice 2023 [Report on Illicit Drugs in the Czech Republic 2023]* Chomynová, P. (Ed.). Praha: Úřad vlády České republiky.
- Janiger, O. in Hausner a Segalová (2016). *LSD: výzkum a klinická praxe za železnou oponou*. Praha: Triton
- Jung, C. G. (1999). *The Psychology of Kundalini Yoga: Notes of the Seminar Given in 1932* (1st ed., S. Shamdasani, Ed.). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Kirchhoff, J. (2008), *Jinosvět. Prostor, čas a vlastní já ve změněných stavech vědomí*. Praha: dybbuk
- Koutná Kostínková, J a Čermák, I. In Řiháček, T., Čermák, I., Hytych, R. a kol. (2013). *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*, Brno: Masarykova Univerzita
- Krueger, R. A., & Casey, M. A. (2015). *Focus Groups: A Practical Guide for Applied Research* (5th ed.). Sage Publications.
- Leary, T., Metzner, R., & Ram Dass. (1992). *The Psychedelic Experience: A Manual Based on the Tibetan Book of the Dead*. Citadel

- Lee, M. A., & Shlain, B. (1985). *Acid Dreams: The Complete Social History of LSD: The CIA, the Sixties, and Beyond*. Grove Press.
- Ludwig, A. M. (1966). Altered states of consciousness. *Arch Gen Psychiatry*, 15(3), 225-234. doi: 10.1001/archpsyc.1966.01730150001001
- Ludwig, A. M. (Ed.). (1975). *Altered States of Consciousness: A Book of Readings*. Wiley
- Meckelová-Fischerová, F. (2017). *Terapie se substancí. Psycholitická psychoterapie v 21. století*. Praha: DharmaGaia
- Miovský, M. (1999). *LSD a jiné halucinogeny*. Boskovice: Albert
- Miovský, M. (2003). Halucinogenní drogy. In Kalina, K et al. (Eds.), *Drogy a drogové závislosti 1: mezioborový přístup (s.169-173)*. Praha: Úřad vlády České republiky
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada
- Morgan, D. L. (1997). *Focus Groups as Qualitative Research*. Sage Publications.
- Móro, L. (2010). Hallucinatory altered states of consciousness. *Phenomenology and Cognitive Sciences*, 9 (2), 241-252. doi: 10.1007/s11097-010-9162-2
- Národní psychedelický výzkum 2019-2021. In *Zaostřeno* (2021). Praha: Úřad vlády České republiky
- Nešpor, K. (2000). *Látky měnící vědomí: zneužívání, léčba a prevence*. Praha: Grada Publishing.
- Nichols, D. E. (2016). Psychedelics. *Pharmacological Reviews*, 68(2), 264-355
- Ott, J. (1996). *Pharmacotheon: Entheogenic drugs, their plant sources and history*. Kennewick, WA: Natural Products
- Plháková, A. (2023). *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia.
- Pollan, M. (2018). *How to Change Your Mind: The New Science of Psychedelics*. Penguin Press.
- Revonsuo, A., Kallio, S., & Sikka, P. (2009). What is an altered state of consciousness? *Philosophical Psychology*, 22(2), 187-204. doi: 10.1080/09515080902802850

Robinson, H. (2018). Dualism. In E. N. Zalta (Ed.), *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Winter 2018 Edition). Retrieved from <https://plato.stanford.edu/archives/win2018/entries/dualism/>

Roztočilová, D. (2021). *Vliv psychedelické zkušenosti na postoje k užívání návykových látek: zakotvená teorie*. Praha. Retrieved from [120396501.pdf \(cuni.cz\)](#)

Sessa, B. (2022). *Změněné stavy. Mysl, Drogy a kultura*. Praha: Dokořán

Smith, J. A., Flowers, P., Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*. London: Sage Publications

Stafford, P. (1997). *Encyklopedie psychedelických látek*. Praha: Volvox Globator

Tart, C. T. (1975). *States of Consciousness*. New York: E. P. Dutton

Winkler, P. & Vančura, M. (Eds.) (2016), *Transpersonální myšlení v psychologii a psychoterapii*. Praha: Triton

Wittmann, M. (2018). *Altered States of Consciousness: Experiences Out of Time and Self*. MIT Press. doi: 10.7551/mitpress/11468.001.0001

Zábranský, T. (2003). *Drogová Epidemiologie – 1. vyd.* Olomouc: Univerzita Palackého

Zákon č. 167/1998 Sb., o návykových látkách a o změně některých dalších zákonů. (1998). *Sbírka zákonů České republiky*. Retrieved from <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1998-167>