

V době mého dospívání bylo pro rodiče nejdůležitější, abych dodělala školu a nezačala brát drogy. Když jsem měla rodinu, slyšela jsem to zase: „Hlavně aby tvoje děti měly pořádné vzdělání a nedaly se na drogy.“

S amozřejmě znám mnoho případů, kdy užívání drog znamenalo pro lidi pád na dno. Nebo je drogy dokonce přivedly do hrobu. Měla jsem od jakýchkoli látek tohoto druhu až takový odstup, že když jsem byla na marketingové konferenci v Madridu, tak jsem během oficiální večeře v restauraci pronesla: „Jak to, že tu v létě voní purpura?“ – „To je marihuana,“ uzemnil mě obchodní partner.



Mohou být psychedelika jednou z cest osobního růstu?

Když se mě čerstvě plnoletý syn jednoho podvečera zeptal, jestli nechci jointa, kupodivu jsem neupadla do hysterie, ale byla svým způsobem pyšná na to, že nic neskrývá a vypadá a chová se celkem normálně. Pak jsme si spolu o tomto tématu docela hezky povídali a připadalo mi, že je mnohem poučenější než já. A o to jde. Bát se a odmítat něco jenom proto, že všichni tvrdí, jak je to nebezpečné na straně jedné, a vědomá vlastní zkušenost bez toho, že by to byl únik před realitou, na straně druhé. Zpětně musím říct, že si svého syna za jeho otevřenost velmi vážím, věřím mu a svým způsobem se učím já od něho.

NEHÁZEJME DROGY DO JEDNOHO PYTLE

Úvodem je potřeba zmínit, že nejsou drogy jako drogy. Existuje mnoho druhů, působí na lidský organismus různě, zasahují různá centra a řada z nich je velmi návykových. Jejich klasifikace přesahuje možnosti tohoto článku, avšak důležité je vědět, že další text pojednává pouze

o psychedelikách (halucinogenech), tedy nenávykových látkách, které mají vliv na biologické a fyziologické aspekty člověka a jsou zařazeny mezi zákonem zakázané látky, tedy drogy.

Psychedelika mění způsob vnímání, myšlení i emotivitu člověka. Mezi nejznámější patří psilocybin (obsažený v lysohlávkách), meskalin (kaktus peyotl nebo san Pedro), DMT (nápoj ayahuasca), ibogain (keř iboga), syntetické LSD či MDMA získávané ze saffrolu.

Zjednodušeně se dá říci, že prostřednictvím chemických látek, které psychedelika obsahují, se mění filtry našeho vnímání. V šedesátých letech minulého století probíhaly u nás výzkumy s LSD často v rámci autoexperimentů odborníků na duševní zdraví. Tím, jak tuto zkušenost tito lidé hodnotí po více než čtyřiceti letech, se zabýval PhDr. Petr Winkler. Výzkumy probíhaly dále ve spolupráci s řadou umělců, kteří často vypovídali, jak tyto látky obohatily jejich tvorbu tím, že jim přinesly mnohem hlubší vnímání například barev, zvuků

a dalších prožitků. Intoxikace jim umožnila nazírat na běžné věci z úplně jiných úhlů pohledu.

V současné době výzkum psychedelik pokračuje v Národním ústavu duševního zdraví, kde vědci pod vedením MUDr. Tomáše Páleníčka podávají psilocybin zdravým dobrovolníkům a zkoumají jeho účinek na aktivitu lidského mozku. Tato látka totiž může účinně pomáhat při léčbě depresí, obsedantně-kompulzivní poruchy (OCD), různých závislostí včetně alkoholové, ulevovat nevléčitelně nemocným pacientům od útrap nemoci.

RIZIKA A PRAVIDLA

Zneužívání těchto látek je podle odborníků velmi málo pravděpodobné, protože, jak už bylo řečeno, na nich nevzniká závislost a při častém užívání přestávají fungovat. Hlavní rizika užívání těchto látek jsou dvě. Za prvé: v nechráněném prostředí se může pod vlivem prožitku stát úraz. Za druhé: pokud má člověk sklony k duševní poruše, která je třeba zatím latentní, může ji konzumace těchto látek nespécificky

spustit. Přesto se ukázalo, že celkové riziko u uživatelů vyšší není.

Prof. MUDr. Jiří Horáček, Ph.D., z Národního ústavu duševního v rozhovoru pro DVTV řekl, že i jednorázová zkušenost s psychedelickými látkami je natolik unikátní, že to člověka může změnit jednou provždy. Podle výsledků dlouhodobých zahraničních výzkumů jsou změny u lidí takové, že se například snižuje míra jejich neuroticismu (*geneticky podmíněná náchylnost k emocionální a celkové duševní labilitě, k úzkostem a strachům a k onemocněním neurózou – pozn. red.*), zvyšuje se jejich otevřenost, spokojenost v životě a získávají nadhled. I přestože intoxikace má zpravidla určité společné charakteristiky, každá zkušenost se může lišit v závislosti na nastavení jedince a na okolním prostředí. Proto je důležité, aby užití probíhalo v bezpečí a pod odborným dozorem. Mělo by se stát jakýmsi rituálem. PhDr. Ivan Douda, vedoucí psycholog Střediska prevence a léčby drogových závislostí Drop In, uvedl, že mezi mladými lidmi je poměrně vysoká míra zkušeností s užitím psychedelík, zejména lysohlávek. To je podle něj realita, kterou je potřeba respektovat. Nemůžeme je strašit nebo jim vyhrožovat, ale spíše jim dát odbornou radu a pomoc, aby užití těchto látek bylo minimálně rizikové.

PŘINESE LETOŠNÍ ROK PRŮLOM V DROGOVÉ POLITICE?

Hlasů kritizujících leckdy zbytečnou válku proti drogám přibývá a jsou stále silnější. Ve světě jsou psychedelické látky



na černé listině od počátku 80. let (např. LSD bylo u nás kriminalizováno v roce 1974). Každoročně zemřou miliony lidí na následky kouření tabáku a pití alkoholu. Zemřou na následky užívání látek, které jsou povoleny, úmrtí spojených s těmito drogami je ale tolik, že už se nad čísla už nikdo nepozastavuje. Na rozdíl od hojně medializovaných případů neopatrného užívání psychedelík.

Válka proti drogám se se v současnosti jeví jako drahá a neefektivní. Počet uživatelů stoupá stejně jako počet opravdových závislých, o neklesající kriminalitě spojené s černým trhem s drogami ani nemluvě. Globální komise pro drogovou politiku, mezi jejíž členy patří i bývalý generální tajemník OSN Kofi Annan, se zasazuje už léta za dekriminálníci drog. Ta by měla vést ruku v ruce s novým přístupem k eliminaci fatálních následků, které válka

proti drogám nese (organizovaný zločin, statisíce úmrtí, neúnosné náklady). Přitom by se finance mohly mnohem efektivněji využít například na pomoc pro drogově závislé.

Když se v roce 2009 konalo zasedání OSN, na němž se řešila drogová politika, přijalo Valné shromáždění plán na mezinárodní spolupráci integrované a vyvážené strategie v boji proti celosvětovému problému s drogami. V roce 2014, tedy v půlce platného období dokumentu, pak Komise pro narkotika a drogy zrekapitulovala cíle a porovnávala je s dosavadními výsledky. Zjistilo se, že dosažení stanovených cílů je nereálné, a proto se letos bude konat mimořádné zasedání, kde se problém s drogami opět otevře a bude se řešit další postup. Je tedy možné, že dojde k zásadní změně ve světové politice dřív, než bychom čekali.

Odtabuizovat užívání psychedelik si klade za cíl Česká psychedelická společnost, která oficiálně vznikla loni v září.

Na začátku bylo třináct zakladatelů – mezi nimi Eva Césarová, Rita Kočárová, Stanislav Milotinský a Filip Tylš.

Halucinogeny mohou přinést více užitku než škody

Co vás vedlo k tomu, založit Českou psychedelickou společnost?

Založením společnosti jsme reagovali na neinformovanost odborné i laické veřejnosti o psychedelických látkách, která bohužel často vede k předsudkům. Chceme poukazovat na možnosti terapeutického užití těchto látek při léčbě. Často by mohlo jít o efektivnější léčbu s výrazně menšími vedlejšími účinky, než nabízejí současné standardní terapeutické postupy. Dosavadní poznatky naznačují široké využití psychedelických látek v psychoterapii, dále pro studium psychotických onemocnění

(například schizofrenie) a lidského vědomí vůbec. Další oblastí, kde by mohla psychedelika hrát důležitou roli, je vzdělávání odborníků na duševní zdraví (včetně vlastní zkušenosti, rozvíjející pochopení některých příznaků duševních onemocnění).

Bohužel kvůli stigma, které si psychedelika nesou, je jejich výzkum velice komplikovaný a jeho umožnění stojí spoustu peněz, které by se mohly využít na výzkum, a ne na financování jeho umožnění. Věříme, že právě veřejnost může dopomoci k přehodnocení jejich pozice v legislativě, tím pádem i k lepšímu prostředí



Na fotografii jsou zástupci CZEPS na psychedelické konferenci v Londýně (*Breaking Convention*) s Rickem Doblinem, zakladatelem psychedelického výzkumného centra MAPS. Zleva Martin Malec, Eva Césarová, Rick Doblin, Rita Kočárová a Jaroslav Farkaš.

pro výzkum a samotnou terapii. Aby k tomu mohlo dojít, je třeba lidi informovat o tom, jak se věc skutečně má.

Jaké máte cíle a program?

Jeden z cílů se zaměřuje na destigmatizaci těchto látek v očích veřejnosti. Tomu pomáháme zpřístupňováním informací o skutečných účincích psychedelik, podložených vědeckými studiemi. Vytváříme prostor, kde se mohou podporovatelé i odpůrci setkávat a diskutovat. Organizujeme přednášky českých i zahraničních odborníků, diskuse nebo dokumentární projekce k tématu. Dalším cílem je podpora výzkumu a mezioborové odborné diskuse o psychedelických látkách. Snažíme se pomáhat studentům, kteří se tématem chtějí zabývat v rámci svých závěrečných prací, ale nevědí, kam se obrátit. Usilujeme o snížení rizik a negativních důsledků požívání se zneužíváním psychedelických látek a současnou represivní drogovou politikou. Důležitou částí naší činnosti je i příprava podkladů pro změnu legislativy ohledně kontrolovaného výzkumného a terapeutického využití psychedelik v České republice. Tato změna by měla vést především k usnadnění výzkumu těchto látek, abychom získali data o jejich skutečném účinku a jednou také o jejich využití k léčbě.

Co v současnosti připravujete?

Nových projektů je víc, spousta z nich teprve vzniká a čeká na nové nadšence, některé z nich mají již velmi konkrétní obrysy. Na letošní rok plánujeme přednášku Friederike Meckel Fischer, německé psychoterapeutky působící ve Švýcarsku, která

zhruba deset let využívala MDMA, LSD, 2CB a psilocybin v rámci psychoterapie (přestože to není legální), nebo profesora Torstena Passieho, jenž se zabývá výzkumem LSD psychoterapií. Také plánujeme sdružovat pacienty se zájmem o tento typ léčby a vytváříme síť psychoterapeutů, kteří by mohli pomoci lidem se zpracováním náročných psychedelických zkušeností.

Máte specifickou cílovou skupinu?

Záleží na tom, pro který cíl. Pro destigmatizaci cílíme na širokou veřejnost. Chceme rozšířit informace o účincích psychedelických látek mezi všechny. V odborné části jsou to vědci a studenti, kteří mají k psychedelikům co říci a chtějí společně diskutovat. V sekci harm reduction (*péče mající za cíl snížení rizik zdravotních a ekonomicko-sociálních poškození drogami u osob, které užívají různé návykové látky a nemají motivaci toho nechat – pozn. red.*) se zase zaměřujeme na lidi, kteří v souvislosti s psychedeliky utrpěli újmu nebo kteří jsou kvůli jejich užívání v nebezpečí.

Mohou se psychedelika stát jednou z cest osobního růstu?

Psychedelické látky mohou rozšiřovat vědomí, umožnit změnu perspektivy, člověk začne přemýšlet jinak, může obdržet řadu cenných vhledů do svého života. Jejich užití může také vést k zásadnímu přehodnocení vlastních hodnot. To je velmi pravděpodobně podkladem léčebného účinku u pacientů umírajících na nevléčitelné onemocnění, kterým často ukazují novou cestu ze zdánlivě bezvýchodné situace.

Existuje víze, že by se jednou psychedelika mohla užít legálně na klinice pod odborným dohledem?

Ano, my tomu věříme. V některých oblastech světa je tato víze realitou. Existují kliniky pro léčbu závislosti psychedelikem Ibogain na Novém Zélandu a v Mexiku. Rehabilitaci závislých pomocí tradičního psychedelického nápoje ayahuasca se zase věnuje centrum Takiwasi v Peru. V současné době ve světě také probíhá řada studií, v rámci kterých je v kontrolovaném prostředí zcela legálně podávána menší dávka psychedelik (nejčastěji MDMA a psilocybin) v průběhu psychoterapeutického sezení. Všechny tyto formy léčby prozatím vykazují velmi slibné výsledky.

Co je na tomto tématu v současné době nejkontroverznější?

Rozhodně je to legislativní stránka věci. I přes jejich relativní bezpečnost a terapeutický potenciál jsou tyto látky stále v ilegalitě. Myslíme si, že upírání změněných stavů vědomí je základním omezením lidských práv a svobod. Proč by člověku tento druh zkušenosti měl být odíráán, pakliže tím nijak neublíží společnosti? To, že jsou tyto látky krimi-



Indoor pěstování lysohlávek (*Psilocybe*).

nalizované, znamená, že uživatelé riskují nejen svobodu, ale i vlastní bezpečnost, když nakupují látky, u nichž si nemohou být jisti složením. Pokud by došlo k jejich legislativnímu přeřazení do jiné skupiny látek, byl by to rozhodně velký krok vpřed. Ostatně v Portugalsku dekriminlizovali všechny látky již v roce 2001 a k dnešnímu dni mají prokazatelné výsledky snížení kriminality spojené s drogami nebo počet nově nakažených virem HIV.

Existuje nějaký popis psychedelické zkušenosti?

Psychedelická zkušenost může být vizuálně hodně barevná, emočně intenzivní, lidé uvádějí například katarze minulých

strachů či úzkostí, čímž se jich zbavují. Také dosažení nových náhledů a poznání na své životy. Psychedelická zkušenost může být hodně rozmanitá.

Pro ilustraci, co je možné s psychedeliky zažít, přikládáme část výpovědi jednoho z pacientů centra Takiwasi z terénního výzkumu terapeuticky účinných faktorů ayahuasky při léčbě závislostí. Tento pacient popsal, že se narodil mrtvý v těle svého bratra, kterého jeho matka skutečně potratila rok před tím, než se narodil on sám. Této události přikládá velký terapeutický význam.

„Moje druhá ceremonie byla o potratu mé matky. Ale neviděl jsem potrat, osobu, která by potratila. To já jsem byl

uvnitř mojí mámy, narodil jsem se jako můj bratr, mrtvý při ayahuasce. Nemohl jsem dýchat. To jsem pil první dávku. Při té druhé jsem se znovu narodil, tentokrát živý, narodil jsem se jako já, Fernando. To mi připadalo tak úžasné, protože jsem se propojil s mojí matkou, s bratrem, který by byl býval existoval, nebo lépe řečeno, který existoval, když já jsem nebyl. Takže jsem se spojil se smrtí, se životem, s bolestí, s radostí, se vším.“

Článek rozhodně **nenabádá k užívání drog**, pouze mapuje realitu ve společnosti a poukazuje na možná rizika a přínosy v případě řízeného užívání **psychedelik pod odborným dohledem**.

Psychedelická zkušenost ve mně objevila talenty

Herečka, malířka, zpěvačka, režisérka a tanečnice Monica Foris se s čtenáři REGENERACE podělila o svoje osobní zkušenosti s psychedeliky.

Monica Foris vystudovala konzervatoř v Praze se zaměřením na herectví, zpěv a tanec. V šesti letech začala s hereckou kariérou a vytvořila kolem šedesáti rolí ve filmech, seriálech, pohádkách, v divadle i v muzikálech, dabingu a reklamách (seriál *My všichni školou povinni*, *Hříchy pro pátera Knoxe*, *Pojížďtovna štěstí*, *The Immortal*, filmy – *Prázdniny pro psa*, *Čekání na Patrika*, *O život*, *Muž který se směje*, muzikály – *Pomáda*, *Kráska a zvíře* aj.) Po revoluci se začala věnovat malování, grafice, designu a cestování. Pořádala výstavy v Los Angeles, Londýně i v Praze. Se svým manželem Pinem produkuje akce a festivaly pro děti. Má dva syny.



Několik let jsem žila v Indii, kde jsem měla příležitost vyzkoušet psychedelika. Jejich užitím se můj život změnil jednou provždy, dodnes z toho čerpám a žiji. Už první zkušenost mi odhrnula závoj běžného vnímání života. Uviděla jsem lidi a svět kolem sebe úplně jinak, nově. Člověk cítí, vnímá, jednotu všeho a všech, souvislosti za běžných okolností neviditelné, propojení na úrovni energie a srdce, vše v jasných barvách a bez masek. Otvírají se nové možnosti vnímání sebe sama, ale i druhých, rozvíjejí se talenty, schopnosti a možnosti, můžete se rozpomenout na minulé životy a na vše, co jste se v nich naučili a co můžete využít i dnes. Na druhou

stranu se otvírají i bolesti a rány, můžete spadnout až na dno a zůstat tam velmi dlouho. Odhaluje se nevědomí, probouzí se obrovská síla, která může směřovat oběma směry, pozitivním i negativním, vždy záleží na každém člověku a jeho úrovni vývoje duše.

Proto je nutné a bezpečné mít dobrého průvodce, který si již psychedelickou zkušeností prošel. Začínala jsem jako herečka, ale psychedelická zkušenost mě otevřela nové talenty, jako je malování tanec, režie, zpěv, ale i léčitelské schopnosti. Ideální stav je, když můžete psychedelickou zkušenost mít s životním nebo duchovním partnerem, protože dochází k vzájemnému propojení, poznání zku-

šeností, pochopení smyslu života a smrti. Osobně jsem s partnerem zažila silnou telepatii i tvoření v reálném čase, takzvané v 5D. Zároveň ale dostáváte tvrdé lekce, procházíte mnohými strachy, otvírají se dveře do temných zákoutí duše, dojde k pochopení a uchopení strachu. Také ovšem získáte silné napojení na intuici, dostanete se do stavu, kdy znáte odpovědi na všechno. Zažila jsem pocit nekonečna, kdy padne iluze smrti, protože vnímáte nekonečno.

Důležité je říci, že tyto zkušenosti člověk nemůže pochopit rozumem. Vše je na úrovni prožitků a pocitů. Zcela se uvolní veškeré hranice, předsudky, omezení a jste v ráji. Osobně vnímám užívání psychedelik za průlom ve vývoji lidstva, vývoji duše, procesu sebepoznání.

Své prožitky přenáším do obrazů, které jsou velmi barevné až luminiscentní, propojují několik úrovní, zobrazují mnoho cest, ale nejsou tam výjevy pouze z nirvány – obsahují i plno strachů, které je potřeba zpracovat. Zkušenost s psychedeliky mi nikdo nikdy nevezme, jde se mnou dál, posunula moje vnímání a změnila mi navždy život.

Renáta Kiara VARGOVÁ

**Obrazy:
Monica FORIS
Ostatní obrazová
dokumentace:
Česká psychedelická
společnost**

