

# **Psykedeelit tieteen tutkimuskentällä**

Turun yliopisto

Historian, kulttuurin ja taiteiden tutkimuksen laitos

Uskontotieteen proseminaariesitelmä

Valde Orrenmaa 79302

26.3.2012

## Sisällysluettelo

1. Tutkimuksen sisältö.....	2
1.1 Lähtökohdat ja rajaus.....	2
1.2 Tutkimuskirjallisuus.....	3
2. Taustatietoa psykedeeleistä.....	4
2.1 Psykedeelit kategoriana.....	4
2.2 Psykedeelit ja ihmiskunnan historia.....	6
2.3 Käyttölaajuudesta lyhyesti.....	7
3. Psykedeelitutkimuksen historia.....	9
3.1 Ensimmäinen aalto.....	9
3.2 Toinen aalto.....	11
3.3 Stanislav Grof.....	11
4. Psykedeelinen kokemus.....	12
4.1 LSD-tyyliset psykedeelit mielen katalyyttinä.....	12
4.2 LSD-tyylisten psykedeelien vaikutukset mieleen.....	13
4.3 Uusi teoreettinen viitekehys LSD-kokemukselle .....	15
4.4 Psykedeelit ja ei-farmakologisesti muuntuneet tajunnantilat.....	17
5. Tutkimuksista.....	19
5.1 Psykedeelien terapeuttiset ominaisuudet.....	20
5.1.1 Psykolyttinen ja psykedeelinen terapia.....	21
5.2 Terminaalivaiheessa olevat potilaat.....	22
5.3 Tutkimuksia psilosybiinin vaikutuksista terveisiin vapaaehtoiisiin.....	22
5.3.1 The Good Friday experiement.....	23
5.3.2 Griffithsin psilosybiinitutkimukset vuosilta 2006 ja 2011.....	25
5.3.3 Johtopäätöksiä.....	27
5.4 Miksi tutkia lisää.....	28
6. Johtopäätökset ja loppupäätelmät.....	29

Lähteet

Internet-sivustoja

## 1. Tutkimuksen sisältö

*”Tunsin rinnastani puhkuvan euforian nousevan välähdyksinä päähäni. Sekunnissa elin tuhansia vuosia, sillä jokainen välähdys oli kohtaaminen elämästäni, tapahtuma jonka elin uudestaan ja hyvinkin yksityiskohtaisesti ja pikkutarkasti. Minä tarhassa, minä naapurin tytön kanssa kiipeämässä puuhun, minä harrastamassa ekaa kertaa seksiä, minä joutumassa pahoinpidellyksi, minä rakastumassa ekaa kertaa, minä nähdessäni painajaisia ja pelätessäni yöllä nukkumista, minä itkiessäni kun isä löi äitiä, minä halatessani pikkuveljeäni kun olin kiusannut häntä, minä tekemässä ties mitä. Näin myös vaihtoehtoisia tapahtumia, kuinka tilanteet olisivat voineet mennä tai ehkä menivätkin jossain toisessa todellisuudessa. Olin yhteydessä multitodellisuuksiin, kaikki rajat liukenivat minun ja maailman välillä. Minä? Mikä minä? Mikämikämikäminä? Elin elämäni uudestaan tuhansia kertoja, elin sen eri versioina, näin tulevaisuuteni ja näin entiset elämäni, näin Ykseyden ja yhdyin siihen ja tulin takaisin ja yhdyin siihen uudestaan uudessa elämässä, ikuista loputonta looppausta ja toistoa ajassa joka ei kulje mihinkään.”(www8)*

-kohokohta nimimerkki wRRa:n kirjoittamasta LSD-kokemuksesta suomalaiselle psyvaulit forumille.

### 1.1 Lähtökohdat ja rajaus

Aloittaessani kandidityötäni, lähdin tarkastelemaan, mitä tiedemaailmalla on nykyään sanottavaa psykedeelista. Eri tutkimuksia lukiessani kävi hyvin nopeasti ilmeiseksi, että psykedeelitutkimuksella on varsin omalaatuinen historia, jolla on ollut merkittävät vaikutukset myös nykyisen tutkimuksen laatuun ja määrään. Näin ollen olen päätenyt esittelemään lyhyesti myös psykedeelitutkimuksen historiaa. Tutkimusta tehdessä huomasin, että yleisesti ihmiset, ja jopa uskontotieteilijät, tietävät psykedeelista melko vähän ja pintapuolisesti, jos siis ylipäätään tietävät. Psykedeelista levinnyt tieto ei ole mitenkään systemaattista ja se on monilta osin väritynyttä kaupallisten ja poliittisten syiden vuoksi (Grof, 2008, 6). Lisäksi psykedeelit ovat yhteiskunnassamme jonkinasteinen tabu: olen huomannut tämän muun muassa ihmisten ensireaktioissa kuullessaan tutkimusaiheeni. Tiedon puutteellisuuden ja värityneisyyden vuoksi olen päätenyt luomaan kokonaisvaltaisen esityksen psykedeelista. Jos olisin keskittynyt tarkemmin vain esimerkiksi uuteen tutkimustietoon, olisi luki-

jan käsitys aiheesta saattanut jäädä liian yksipuoliseksi. Lukijalle on tarpeen korostaa jo tässä vaiheessa, että tutkimuksessa esiintyvien psykedeelien käyttäminen on Suomessa laitonta.

Psykedeelit linkittyvät monella tavalla uskontoon ja uskonnollisiin ilmiöihin, joten lähtökohtaisena oletukseni oli, että eri tieteenalojen tutkimukset linkittyvät selvästi myös uskontotieteen alaan. Selkeimmin tämä tulee esiin psykedeelisen kokemuksen uskonnollisen tai transpersoonallisen luonteen vuoksi. Tutkimus on monin osin poikkitieteellinen: painopisteenä ovat kliiniset tutkimukset, psykiatria ja psykologia, monien kiinnostavien uskontoanropologien ja muiden humanististen alojen tutkimusten jääden taka-alalle. Tutkimuksessa tarkastellaan aihetta hieman myös neurotieteen, psykofarmakologian ja tieteenfilosofian näkökulmista. Tutkimuksesta on muotoutunut siis jonkinlainen yleisesitys psykedeeleistä, ja tarkastelun keskiöön on tullut eritoten kaksi kysymystä: (1) miksi psykedeelit ovat uskontotieteellisesti merkittäviä ja (2) minkälaista tieteellistä tutkimusta psykedeeleistä on tehty. Koen tutkimukseni onnistuneeksi, jos lukijan käsitys psykedeeleistä sen luettuaan on muuttunut syvällisemmäksi, ja jos hän yhdistellen erilaisia tutkimuksessa esille tulleita aiheita kykenee näkemään psykedeelit hieman laajemmassa kontekstissa.

## 1.2 Tutkimuskirjallisuus

Tutkimus perustuu pääasiassa tieteellisiin tutkimuksiin ja artikkeleihin. Useat näistä liittyvät kliinisiin tutkimuksiin, joten pidän niitä lähteinä melko luotettavina. Mielenkiintoisin ja vaikuttavin kirja on ollut psykiatri Stanislav Grofin *LSD – Doorway to the Numinous* (2009). Grofista tarkempaa tietoa löytyy kappaleesta 3.3. Yleistä tietoa psykedeeleistä olen kerännyt muun muassa biologi Sinikka Piipon ja Ulla Salon kirjasta *Mielen ja Rakkauden Kasvit* (2006), sekä Michael Winkelmanin artikkelista *Psychointegrator Plants: Their Roles in Human Culture, Consciousness and Health* (1995). Nykyaikaisista tutkimuksista tärkeimmät ovat olleet Roland Griffithsin suorittamat kaksi psilositybiini-tutkimusta terveisiin vapaaehtoiisiin vuosina 2006 ja 2011, jotka esittelen tarkemmin kappaleessa 5.3. Antropologien ääni pääsee hieman kuuluviin erityisesti Michael Harnerin toimittamasta kirjasta *Hallucinogens and Shamanism* (1979). Olen lukenut lisäksi kourallisen internetistä löytyviä tieteellisiä artikkeleja eri ajoilta. Syventääkseni yleistä kuvaa psykedeeleistä ja psykedeelitutkimuksesta, olen lukenut lisäksi LSD:n ”keksijän”, kemisti Albert Hofmanin kirjan *LSD – My Problem Child* (1980), Rick Strassmanin kirjan hänen tuottamistaan mittavista DMT-tutkimuksista *DMT, Spirit-molecule* (2001), James Kentin hyvin mielenkiintoisen, ja osittain tieteellisiin tutkimuksiin ja teorioihin perustuvan kirjan *Psychedelic Information Theory – Shamanism in the Age of Reason* (2010), Joni Koskimaan tutkielman *Psykedeelinen Uskonnollinen Kokemus ja Suomalainen*

*Päihdekulttuuri*, sekä filosofin ja psykedeelisen kulttuurin puolestapuhujan Terence McKennan kirjan *Food of the Gods* (1992).

## 2. Taustatietoa psykedeelista

### 2.1 Psykedeelit kategoriana

Psykedeelista käytetyille runsaslukuiselle termien joukolle ei ole syntynyt yhtenäistä käyttötapaa, myöskään tieteilijöiden keskuudessa. Useat määritykset on koettu korostavan liian yksipuolisesti näiden aineiden tiettyjä puolia, liittyen esimerkiksi tarkastelijan myönteiseen tai kielteiseen suhtautumiseen tai liian yksipuoliseen vaikutusten kuvailuun. Käytettyjä termejä ovat mm. mystikomi-meetti, psykogeeni, skitsogeeni, fantastika, enteogeeni, psykedeeli, psykointegraattori ja hallusinogeeni. Yleisimmät käytössä olevat termit ovat psykedeeli ja hallusinogeeni, jotka toki nekin ovat saaneet kritiikkiä osakseen. Hallusinogeenit viittaavat liian yksipuolisesti aistimusten muutoksiin, vaikka usein nämä aineet saattavat vaikuttaa enemmänkin ajatteluun ja mielialaan. Psykedeeli viittaa mielen eri osia paljastavaan vaikutukseen, joka on sinänsä hyvä kuvaus. Ongelmana ovat sanaan liitetyt vahvat ennakoasenteet ja assosiaatiot esimerkiksi hippiliikkeeseen. (Piippo & Salo, 2006, 203; Winkelman, 1995, 14, 16) Käytän työssäni termiä psykedeeli, vaikka lukemissani tutkimuksissani olisi käytetty jotain toista sanaa<sup>1</sup>. Koen, että eri termit viittaavat riittävän paljon samaan kohteeseen, ja vain yhtä termiä käyttämällä tutkimukseni ulkoasu pysyy huomattavasti selkeämpänä.

Psykedeelista käytetyn terminologian ongelmaa lisää se, että joukko, johon näillä termeillä viitataan, ei ole yksiselitteinen. Psykedeelisiä vaikutuksia tuottavat useiden kasvien ja sienten lisäksi monet synteettiset huumeet, jotkut eläimet, ja mahdollisesti myös jotkut ruumiin sisällä syntyvät aineet ja reaktiot. Tavallisesti psykedeeli-sana viittaa kerralla erilaisiin kasveihin, sieniin ja kemiallisiin yhdisteisiin, kuten esimerkiksi ajahuaskaan<sup>2</sup>, kärpässieniin ja LSD:hen. Vaikka eri psykedeelit ovat keskenään erilaisia, on psykedeeli kattokäsitteenä perusteltu, sillä useimmat eri psykedeelit ovat vaikutuksiltaan enemmän samankaltaisia, kuin erilaisia. Psykedeelien kesken on havaittu esimerkiksi ristikkäistä toleranssia, vaikka ne vaikuttaisivat hermostossa eri reittejä pitkin. (Winkelman, 1995, 26; Grof, 2009, 15) Muihin huumausaineisiin verrattuna useimmat psykedeelit eivät ole ruu-

---

<sup>1</sup> hallusinogeeni oli psykedeeli-sanon ohella huomattavasti yleisin

<sup>2</sup> ajahuaska koostuu vähintään kahdesta eri psykedeelisestä kasvista

miille toksisia<sup>3</sup>: esimerkiksi kaksikymmentäkertainen vaikuttava annos LSD:tä ei ole tuottanut minikäänlaisia huomattavia fyysisiä vaikutuksia. Yleisesti psykedeelien kanssa ollaan enemmän huolissaan niiden vahvoista vaikutuksista mieleen, eikä niinkään toksisuudesta ruumiiseen. Lisäksi aina-kaan useimmat psykedeelit eivät aiheuta fyysistä riippuvuutta, ja harva ylipäättään haluaa ryhtyä toistuvaan käyttöön vaikutusten vahvuuden vuoksi. Yhtä psykedeelikokemusta saatetaan prosessoida viikkoja, kuukausia tai jopa loppuelämän. Psykedeelitä voidaan luokitella mm. kemiallisesti, kasvitieteellisesti, psykofarmakologisesti tai hermoston välittäjäaineiden mukaan, joista viimeisimpään perustuu seuraava luokittelu. Psykedeelit muistuttavatkin paljon aivojen erilaisia välittäjäaineita. (Piippo & Salo, 2006, 205; Grof, 2009, 8)

Klassiseksi kutsutut psykedeelit, kuten LSD, LSA, DMT, harmaliini, bufotiini, ibogaiini ja psilosybiini ovat tryptamiineja. Tryptamiinit ovat psykedeelien yleisimmät ja tunnetuimmat. Ne muistuttavat hyvin paljon serotoniinia, aivojen yhtä välittäjäainetta. Siksi ne vaikuttavat pääasiassa 5-HT<sub>2A</sub> reseptoriin, joka vaikuttaa muun muassa moniin serotoniinin toimintoihin. Serotoniini on mukana laaja-alaisesti monissa aivojen toiminnoissa, vaikuttaen esimerkiksi havaintokykyyn, ajatteluun, tunteisiin ja tahtoon. Tämä on erittäin karkea ja yksinkertaistava kuvaus klassisten psykedeelien vaikutuksesta hermostoon, mutta 5-HT<sub>2A</sub> reseptorin uskotaan olevan oleellisessa osassa tryptamiinista psykedeelistä kokemusta. (Griffiths, 2006, 14; Griffiths, 2011, 650) Peyote-kaktuksessa esiintyvä meskaliini ja muskottipähkinässä esiintyvä myristiini muistuttavat aivojen välittäjäainetta noradrenaliinia. Niillä on samankaltaisuutta myös amfetamiinien ja MDMA:n (ekstaasi) kanssa. Meskaliinilla on myös samankaltaisuutta tryptamiinisten psykedeelien kanssa. (Winkelman, 1995, 27)

Toiseen ryhmään kuuluvat ns. kolinergiset psykedeelit. Tällaisia kasveja ovat mm. belladonna, hullukaali, hulluruoho(datura), mandrake, pasuunat ja skopolia, jotka useimmat ovat maailmanlaajuisestikin esiintyviä. Niiden tärkein vaikuttava aine on skopolamiini, joka estää erityisesti asetyylikoliinin kiinnittymistä reseptoreihin. Asetyylikoliini on tärkeä välittäjäaine liittyen muistiin, ajatteluun ja henkisiin toimintoihin. Kolinergiset psykedeelit ovat tunnettuja vaarallisuudestaan ja arvaamattomuudestaan: niiden aiheuttamat vaikutukset ovat kestäneet muutamasta tunnista useampaan päivään, eikä kokemuksia usein muisteta jälkikäteen. Kokemukset ovat usein unenkaltaisia, ja niissä todellisuus koetaan radikaalisti normaalitajuntaa poikkeavalla tavalla. Kolinergiset psykedeelit saat-

---

<sup>3</sup> erotuksena erityisesti kolinergiset psykedeelit

tavat toksisuutensa vuoksi aiheuttaa vakavia myrkytystiloja tai jopa kuoleman. (Piippo & Salo, 2006, 207)

Punakärpässieni ja hamppu ovat molemmat omassa ryhmässään. Kummassakin on useita vaikuttavia aineita, jotka vaihtelevat mm. kasvuolosuhteiden mukaan. Punakärpässienessä on aineita, jotka matkivat mm. GABAa, asetyylikoliinia ja glutamaattia. Se aiheuttaa muutoksia mm. ajattelussa ja tajunnassa, ja tuottaa euforiaa ja unenkaltaisen olotilan. Hampussa vaikuttavin aine on THC, joka vaikuttaa hermoston kannabinoidireseptoreihin. THC:n lisäksi hampussa on yli 400 vähemmän vaikuttavaa kannabinoidia. Hampun vaikutukset ovat uniikit, ja ne vaikuttavat mieleen ja ruumiiseen usealla eri tavalla. Hamppu käsitetään usein melko mietona psykedeelinä. (Piippo & Salo, 2006, 207-208) Vahvuudestaan ja lyhytkestoisuudestaan tunnettu *Salvia divinorum* on myös omassa ryhmässään, sillä se vaikuttaa erityisesti aivojen kappa-Opioid –reseptoreihin (www7). Lisäksi on olemassa liuta muunlaisia kasveja ja aineita, jotka vaikuttavat omalla tavallaan mieleen, mutta tavallisesti lähinnä edellä kuvailemani aineet on käsitetty psykedeeliseksi.

## **2.2 Psykedeelit ja ihmiskunnan historia**

Niin vanhoissa kuin nykyisissäkin kulttuureissa ja sivilisaatioissa psykedeelit on käsitetty pyhän inspiraation lähteenä, ja niiden kautta ollaan oltu rituaalisesti yhteydessä henkimaailmaan. Eri kulttuureja yhdistää se, että psykedeeliset kasvit on tavallisesti koettu voimakkaina henkisinä voimina ja lääkinnällisinä lähteinä. Niillä on parannettu ihmisiä, vahvistettu ihmistenvälisiä suhteita ja ne ovat tavallisesti saavuttaneet keskeisen paikan uskonnollisissa järjestelmissä. Antropologit ovat havainneet eri puolilla maailmaa tapahtuvissa psykedeelisisä ja samanistisissa ”matkoissa” samankaltaisuuksia, ja siksi jotkut niiden piirteet on oletettu universaaleiksi. (Winkelman, 1995, 19; Harner, 1979, xiv, 152, 190)

Ihmiskunnan varhaisvaiheista ja uskonnon evoluutiosta on hyvin vaikea saada varmaa tietoa, mutta muun muassa eri kulttuurien yhdistävät tekijät ovat johtaneet ehdotukseen, että psykedeelien käyttö olisi ollut eräänlainen uskonnon kantaisä esihistoriallisella ajalla. Psykedeelien käytöllä on saattanut siksi olla tärkeä rooli yliluonnollisten uskomusten kehityksessä. Nykyiseen neurofenomenologiseen kehukseen sopii ainakin teoriassa seuraava ehdotus. Psykedeelit käänsivät hetkellisesti ihmisen tietoisuuden sisäänpäin, aktivoivat mielen ja aivojen tiettyjä osia, tuottaen nykypäivän termistöllä mystisiä tai uskonnollisia kokemuksia. Nämä kokemukset alkoivat heijastua yliluonnollisiksi ja henkiseksi uskomuksiksi, ja ajan myötä kehittyivät myös mytologioiksi ja teologioiksi. (Winkelman, 1995, 19-20)

Ainakin meskalpavun ja hampun käyttö voidaan varmuudella jäljittää 10 000 vuoden päähän, mutta on todennäköistä, että psykedeelisiä aineita on käytetty paljon kauemmin. Jotkut arviot ovat lähempänä 50 000 vuotta. Myös intialaisten mytologioiden tarunhohtoinen soma on tunnustettu psykedeeliseksi kasviksi tai kasvien yhdistelmiksi. Tutkija nimeltä La Barre on päätenyt siihen, että mesoliittisella tai paleoliittisella kaudella olisi ollut sienikultti, joka olisi ollut yhteinen monien kansojen esi-isille, kuten ensimmäisille Amerikan intiaaneille, esi-into-eurooppalaisille, paleosiperialaisille ja Uralin kulttuureille. Sienikultti olisi todennäköisesti ollut jollain tavalla samanistinen, ja se olisi vaikuttanut uskontoihin ympäri maailmaa. (Winkelman, 1995, 18) Myös tunnetun psykedeelisen visionäärin, Terence McKennan kiteytyneet ajatukset mm. kirjassaan *Food of the gods* pyrkivät osoittamaan tämän sienikultin todennäköisyyttä, ja sen vaikutuksia ja merkittävyyttä ihmisevoluutiossa.

### **2.3 Käyttölaajuudesta lyhyesti**

Maapallolla on käytetty noin 150 eri kasvia psykedeelinä: jonkin verran kaikkialla maailmassa, mutta erityisesti Etelä- ja Keski-Amerikassa. (Piippo & Salo, 2006, 205)

Hampun polttamisella on ollut tärkeä rooli monissa muinaisissa uskonnoissa, kuten skyyteillä sekä vedalaisissa ja kiinalaisissa uskonnoissa. Esimerkiksi nykypäivänkin Intiassa hampun polttamisen perinteet ovat selvästi näkyvillä. Hampu on ollut osana myös tiibetiläistä ja mahayana-buddhalaisuutta. Nykyään Rastafari-liike on erityisen tunnettu hampun keskeisestä asemasta uskonnollisessa järjestelmässään. (Winkelman, 1995, 19)

Muinaisessa Egyptissä muutamilla psykedeelillä kasveilla, kuten mandrakella, nymphaella ja oopiiumiunikolla on ollut keskeinen tehtävä uskonnossa, ja ne ovat liittyneet kiinteästi myös mytologiaan. (Winkelman, 1995, 19) Laaja osa samaaneista ympäri maailmaa on käyttänyt apunaan jotain psykedeeliä. Esimerkiksi Etelä- ja Keski-Amerikan tunnetuimpia psykedeelisiä ovat lukuisat psilosybiini-sienet, peyote, päivänsini, *Salvia divinorum* ja ajahuaska. Siperiassa samaanit ovat käyttäneet karpässieniä. (Piippo & Salo, 2006, 205) Mielenkiintoinen seikka, joka liittyy moniin psykedeelisiin kasveihin, on se, miten psykedeeliset kokemukset heijastuvat muun muassa heidän taiteeseensa. Esimerkiksi vaatteet, tatuoinnit tai maalaukset saattavat olla värikkäitä fraktaalisia kuviota, kuten mandaloita, jotka ovat yleisiä psykedeelisiä hallusinaatioita. (Kent, 2010, 181)

Myös Euroopassa psykedeelit ovat olleet melko laajasti käytössä, mutta jostain syystä ihmiset tietävät siitä yllättävän huonosti (Harner, 1979, 123). Antiikin Kreikassa Eleusiin mysteereissä on ollut todennäköisesti keskeisessä osassa LSD:n kaltaista psykedeelistä ainetta sisältävä viljan loissieni torajyvä. Eleusiin mysteerit liittyvät Demeterin ja Persephonon kulttien initiaatorititeihin, ja myös Dionysokseen liittyy mysteerisiä kulttimenoja. Lisäksi Delfoin oraakkelit saivat mahdollisesti ilmestyksensä psykedeelisten vaikutusten tuloksena. (Winkelman, 1995, 19; Harner, 1979, 52) Psykedeelistä salvaa käyttäviä noitia on tavattu ainakin Rooman valtakunnan ajoilta lähtien joka puolelta Eurooppaa. Jokaiselle lapselle tuttu ajatus noidasta lentämässä luudalla on osoitettu olevan keskeinen teema noitien psykedeelisissä matkoissaan kohti mustan sapatin demonisia orgioita. Heidän käyttämä salva koostui useista kasveista, sisältäen myös vaarallisia kolinergisten psykedeelien luokkaan kuuluvia kasveja. Samaanien ja noitien matkoissa on samankaltaisuuksia, mutta psykedeelien erilaisuuden vuoksi myös erovaisuutta: noitien matkat ovat arvaamattomampia, vaikeammin hallittavia, ja jopa usean päivän mittaisia. (Harner, 1979, 51, 128-129, 138-141, 146) Noitien salvoihin liittyy myös kertomuksia ihmissudeksi tai muiksi eläinhahmoiksi muuttumisesta (Harner, 1979, 145). Matkojen kuvaukset muistuttavat selvästi myös LSD:n yhteydessä kuvailtuja eläintietoisuuksia, joissa saatetaan tuntea esimerkiksi eläimen raakamaista himoa. (Grof, 2008, 175) Noita- ja ihmissusitarinat ovat laittaneet minut pohtimaan myös muun muassa vampyyritarinoiden ja lentävien mattojen alkuperää. Myös joulupukkiin ja siihen liittyviin tarinateemoihin, kuten lentäviin poroihin ja tonttuihin on koetettu yhdistää siperialaisen kärpässieni-tradition samanistisia kuvauksia (www3), ja jopa Jeesus on tulkittu psykedeelisen sienen vertauskuvaksi (www4).

Monet psykedeeli-traditiot ovat edelleenkin elossa. Lisäksi 60-luvun jälkeen psykedeelit ovat olleet muun muassa erilaisten alakulttuurien suosiossa. Uskontotieteellisesti kiinnostava nykyinen ilmiö on esimerkiksi ympäri maailmaa järjestettävät psykedeeliset konemusiikki-festivaalit. Niissä dj rinnastuu osittain samaaniin ja yleisö hänen potilaaseensa, jossa dj ohjaa psykedeeleistä tai vain musiikista ja ilmapiiristä huumaantuneen ”heimon” matkaa kohti ikuista rytmimattoa (Kent, 2010, 124). Lähes kaikissa entisissä kulttuureissa psykedeelien käyttö on ollut tarkoin rajattua ja rituaalistettua, jolloin niiden tuottamia voimakkaita vaikutuksia on voitu kontrolloida jonkin verran haluttuun suuntaan. Länsimaisissa kulttuureissa tilanne on usein hieman erilainen, ja siksi emme ole välttyneet myöskään huonoilta kokemuksilta. (Piippo & Salo, 2006, 208) Tilastot kertovat, että Suomessa noin 17% 15-69 vuotiaista on kokeillut hampppua, ja 1% psykedeelejä, kuten LSD:tä ja psilosybiiniä (www5). Netissä (19.3.-12) suomalaisella Hamppu-foorumilla oli 12 681 rekisteröitynyttä käyttäjää, huumaaviin sieniin keskittyvällä Taikasieni-foorumilla 1 264 ja yleisesti psykoaktiivisiin aineisiin keskittyvällä Psyvault-foorumilla 1 961.

### 3. Psykedeelitutkimuksen historia

Psykedeelikäytön pitkästä historiasta ja suhteellisen laajasta esiintymisestä huolimatta niistä tiedetään tieteellisesti melko vähän. Tähän on suurimpana syynä psykedeelitutkimuksen erikoinen historia, johon luon seuraavaksi lyhyehkön katsauksen. Psykedeelitutkimuksen ensimmäinen aalto oli noin 1940-luvulta 60-luvun loppuun, ja toinen aalto on alkanut 90-luvun alusta kasvaen tähän päivään saakka. Aiheen poliittisen latautuneisuuden ja erikoisen luonteen vuoksi tutkimushistoriassa on ollut niin psykedeelien puolustajia, kuin vastustajiaakin, jotka ovat saattaneet tuoda tietoa esiin liian yksipuolisesti, tai jopa mustamaalata toisten tutkimuksia.(Winkelman, 1995, 11)

Eräällä tavalla psykedeelitutkimuksen esi-isinä ovat toimineet lukuisat samaanit, sillä he ovat kokemuksen ja perimätiedon kautta oppineet käyttämään näitä vahvoja kasveja ja sieniä turvallisesti ja hyödyllisesti. Jotkut papit ja tiedemiehet ovat olleet kiinnostuneita noitien salvojen mekanismeista jo 1500-luvulta lähtien, ja ainakin 1800-luvulta löytyy joitain lähetyssaarnaajien kuvauksia psykedeelien käytöstä. (Piippo & Salo, 2006, 204; Harner, 1979, 132). Antropologit ovat kuvanneet psykedeelien käyttöä ainakin 1900-luvun alkupuolelta lähtien tähän päivään saakka, enkä usko, että aihe on sinänsä ollut kulttuurintutkijoille niin vieras, kuin monille muille tieteenaloille.

#### 3.1 Ensimmäinen aalto

Psykedeelitutkimuksen historiassa LSD:llä on ollut hyvin merkittävä osuus: se on ollut lähtölaukaus psykedeelitutkimukseen, se on ollut tärkein yksittäinen tekijä tutkimuksen vähäisyyteen, ja lisäksi pääosa tutkimuksista on keskittynyt siihen. Sveitsiläinen kemisti Albert Hofmann huomasi LSD:n psykedeeliset vaikutukset sattumalta vuonna 1943. Hän eristi torajyvästä LSD:tä, tarkoituksenaan tarkastella sen lääketieteellisiä ominaisuuksia, jolloin sitä vahingossa imeytyi hänen ihonsa läpi tuottaen psykedeelisiä vaikutuksia. Vaikutukset olivat hyvin mielenkiintoisia, ja jo pian sveitsiläinen kemistiporukka huomasi ”luoneensa” yhden voimakkaimmista psykedeeleistä. Vaikuttava annos LSD:tä on vain 25-200 mikrogrammaa, kun psilosybiiniä tarvitaan 4-10 milligrammaa ja meskaliinia 200-500 milligrammaa.(Grof, 2009, 7-8; Hofmann, 1980, kpl 1) Kiinnostus LSD:stä alkoi levitä sensaatiomaisesti tieteellisissä piireissä, jolloin sveitsiläisen Sandozin tehtailta sitä lähetettiin ympäri maailmaa. Tutkimuksen yhdeksi keskeiseksi paradigmaksi muotoutui ajatus, että LSD tuottaisi normaalille ihmiselle hetkellisesti psykoosia tai skitsofreniaa muistuttavan tilan. Tämän ajateltiin

mahdollistavan tarkkaa tutkimusta näiden vähän tunnettujen sairauksien syistä, toimintatavoista ja vaikutuksista. Tutkijat saivat LSD:tä hyvin helposti. Sen antamista suositeltiin muun muassa psykiatreille, psykologeille, lääketieteen opiskelijoille ja psykiatristen osastojen hoitajille, sillä ”psykoosi”-kokemuksen ajateltiin lisäävään huomattavasti kokijan ymmärrystä ja empatiaa potilaitaan kohtaan. (Grof, 2009, 1) Pian alettiin yleisesti huomata, että psykedeelien vaikutukset olivat ajateltua moninaisemmat, ja psykoosi-malli hylättiin epäsopivana. Tämän jälkeen tutkimuksen keskiöön tulivat psykedeelien terapeuttiset ominaisuudet, sillä huomattiin, että LSD kykenee lyhentämään huomattavasti psykoterapiaan pituutta, ja että se tehoi erityisesti oireisiin, joihin tavallinen psykoterapia ei toiminut. 60-luvulle tultaessa LSD oli saavuttanut kiinteän paikan psykiatrien tehokkaana työkaluna tutkimuksessa, koulutuksessa ja terapeuttisissa kokeiluissa. Myös Suomesta löytyy muutamia mainintoja LSD:n käytöstä psykiatrisissa yhteyksissä 60-luvulta. Psykedeelien terapeuttiset ominaisuudet ovat olleet yksi tutkimuksen kantava voima myös tähän päivään saakka. Ensimmäisen aallon tutkimus havaitsi LSD:n avaavan myös mielenkiintoisia ovia muun muassa taiteen ja uskonnon ymmärtämiseen. LSD:lle ajatellusta mahdollisesta potentiaalista kertoo myös se, että CIA on testannut sitä erilaisissa yhteyksissä armeijan intressien mukaisesti, myös tuhoisin vaikutuksin. (Grof, 2009, xxvii, 2-3, www2)

Vuoteen 1972 mennessä oli lopetettu lähestulkoon kaikki tieteelliset tutkimukset, lupaavista tuloksista huolimatta (Grof, 2009, 244). Amerikassa mustan pörssin LSD:tä oli saatavilla hyvin helposti, ja tuhannet ihmiset kokeilivat sitä. Huono tietämys ja sinisilmäinen ylistäminen johtivat toisinaan hyvin huonoihin kokemuksiin, joista alkoi tulla sensaatiohakuisen uutisoinnin keskipiste. Keskustelun rationaalisuus hävisi, jopa tieteellisessä kontekstissa, ja tilalle tulivat tunnepitoiset puolustajat ja vastustajat. Hyvin suuren huomion sai Harvardin tutkijasta psykedeelisen aikakauden profeetaksi julistautunut Timothy Leary. Hän lisäsi nuorten intoa kokeilla psykedeelejä, samalla lisäten vastustajien kiihkoa. (Doblin, 1991; Grof, 2009, 4) Kahtiajako oli selvä: yksipuolinen, pinnallinen ja epätarkka uutisointi synnytti massahysteristä suhtautumista psykedeeleihin, samalla psykedeelisen kulttuurin kukoistaessa monella alueella. Nuoret huomasivat, etteivät heidän kokemuksensa vastanneet yleistä kielteistä kuvaa psykedeeleistä, joka johti osaltaan vaarojen ja riskien aliarviointiin. Tässä vaiheessa historiaa Hofmann huomasi ”ihmelapsensa” muuttuneen ”ongelmalapsekseen”. USA yritti puuttua tilanteeseen säätämällä psykedeelejä kieltäviä lakeja, hyvin paradoksaalisin seurauksin. Lakimuutokset eivät juurikaan vähentäneet psykedeelien saatavuutta kadulta, mutta tieteellisiin tutkimuksiin niitä ei enää saanut. Tieteellinen tutkimus lyötiin jäihin, juuri kun puolueetonta tietoa olisi tarvittu eniten. Psykedeelejä ottaneet tai niistä kiinnostuneet jäivät ymmälleen, sillä aineiden tuottamista erikoisista kokemuksista ei saanut kunnollista tietoa. Hyvin suuren haasteen ko-

kivat lukuisat psykologit ja psykiatrit, joiden oletettiin osaavan ymmärtää psykedeelien toimintatapoja osatakseen auttaa niistä johtuneita ongelmia. Kunnollista tietoa ei ole missään saatavilla, eikä sitä voi tuottaakaan. Psykedeelien kieltämisestä syntyneet kahtiajaot ja tiedonpuutteen ongelmat ovat vaikuttaneet tähän päivään saakka. (Grof, 2009, xix-xxi; Hofmann, 1980, Foreword)

### **3.2 Toinen aalto**

Vain muutamilla ihmisillä on ollut mahdollisuus tutkia psykedeelejä ensimmäisen ja toisen aallon välissä, joista seuraavassa kappaleessa otan esille Stanislav Grofin. Psykedeelitutkimuksen renessanssiksi kutsuttu toinen aalto on syntynyt jokseenkin 90-luvun alussa voimistuen erityisesti 2000-luvun jälkeen. Alkusysäykseen on vaikuttanut muun muassa Rick Strassmanin mittavat DMT-tutkimukset 90-luvun alussa. Toisen aallon tutkimukset ovat olleet metodologialtaan ja oikeutuksiltaan hyvin riippuvaisia varhaisemmista tutkimuksista: ensimmäisen aallon tutkimus on saanut myöhemmin monin osin metodista ja metodologista kritiikkiä, mutta toinen aalto näyttäisi oppineen pahimmista virheistä. Nykytutkimusten tuloksista on tullut selvästi vakuuttavampia ja luotettavampia. Tärkeimmät kehitykset ovat liittyneet kunnolliseen set ja settingin huomioimiseen, joista on enemmän tietoa kappaleessa 4.1. Tutkijat ovat kylläkin kohdanneet useita vaikeuksia, sillä he joutuvat työskentelemään erillään muista tutkijoista ilman erityisiä neuvoja ja suuntaviivoja. (Grof, 2009, xii, xxiv, 243-244) Toisaalta tiedon määrä on alkanut kasvaa kovaa tahtia, helpottaen ja vakiinnuttaen tulevaisuuden psykedeelitutkimusta. Tarkastelen tarkemmin toisen aallon tutkimuksia kappaleessa 5.

### **3.3 Stanislav Grof**

Stanislav Grof vaatii erillisen maininnan, sillä hänellä näyttäisi olevan huomattavasti laajin ja kattavin kokemus psykedeelien, ja erityisesti LSD:n tutkimisesta. Hän tutustui LSD:n psykiatriseen käyttöön Tshekkoslovakiassa jo vuonna 1955, ja oli mukana maan ensimmäisissä pioneeritutkimuksissa. Hänelle avautui mahdollisuus tehdä mittavaa ja urauurtavaa tutkimusta psykedeelien parissa ensin Tshekkoslovakiassa, pääosin psykolyttisen terapian muodossa, jonka jälkeen hän työskenteli Yhdysvalloissa erityisesti psykedeelisen terapian parissa. (Grof, 2009, xiii) Grofilla on kokemusta yli 2 500 LSD-istunnosta, joita hän on valvonut enemmän kuin viisi tuntia, ja lisäksi hän on käynyt läpi yli 1 300 muiden tutkijoiden suorittamaa istuntoa. Hänellä on kokemusta hyvin laajasti erilaisista potilasryhmistä, kuten vakavista psykoneurooseista, psykosomaattisista sairauksista, rajatapauspsykooseista, skitsofrenian eri muodoista, seksuaalisista häiriöistä, alkoholismista ja narkoottisten huumeiden käyttäjistä ja terminaalivaiheessa olevista potilaista. Lisäksi hän on pitänyt erinäisistä syistä istuntoja monille ns. normaaleille vapaaehtoisille, kuten psykiatreille, psykologeille, opiskeli-

joille, hoitajille, taiteilijoille, veistäjille, muusikoille, filosofeille ja muille tieteilijöille sekä papeille ja teologeille. Kokemus myös erilaisista olosuhteista on mittava, sillä ajan edetessä metodologia on muuttunut monin osin. (Grof, 2009, 24)

Grof on itse kehittänyt ja joutunut kehittämään psykedeelitutkimuksen metodologiaa huomattavasti. Hänen käsityksensä psykedeelien luonteesta on muuttunut moneen kertaan ja kokemuksen karttues- sa hänelle on käynyt koko ajan ilmeisemmäksi, että vallalla olevat teoriat ja käytännöt ovat olleet riittämättömiä ja jopa haitallisia. Koska suunnannäyttäjiä ei ole ollut, Grofin vaikeana haasteena on ollut kehittää yhtenäisiä ajatuksia psykedeeleistä, joita esittelen tarkemmin seuraavissa kappaleissa. Grof on kuvannut maailmankuvaansa melkoisen tieteellis-materialistisena, ja siksi uudet löydöt eivät aina ole olleet mitenkään helppoja. Hän korostaakin, että kaikki uudet teoreettiset ajatukset on johdettu suuresta määrästä epätavallisten kokemusten tarkkailua, joita hän on moneen kertaan yrit- tänyt ratkoa vanhoilla malleilla kunnolla onnistumatta. Grof vertaa, että LSD:n käyttäminen psyko- logisessa ja psykiatrisessa kontekstissa laajentaa tietämystä alitajunnasta samassa suhteessa, kuin mikroskooppi on laajentanut biologista ja teleskooppi astronomista tietoa. Tämä käsitys on vain vahvistunut vuosien myötä. Hänen mielestä LSD on hyvin voimakas ja uniikki työkalu, jolla on valtava potentiaali: sitä voidaan käyttää taitavasti, taitamattomasti tai haitallisesti. (Grof, 2009, xxiv-xxvi, 14)

## **4. Psykedeelinen kokemus**

### **4.1 LSD-tyyliset psykedeelit mielen katalyyttinä**

Vaikka useiden eri psykedeelien vaikutukset mieleen ovat keskenään samankaltaiset, voivat saman aineen tuottamat kokemukset olla silti radikaalisti erilaisia. Samankin ihmisen kohdalla sama annos samaa psykedeeliä voi tuottaa hyvin erilaisia kokemuksia (Grof, 2009, 16). Mittavien havaintojen mukaan esimerkiksi LSD:n ei ole havaittu tuottavan ainuttakaan toistuvaa vaikutusta kaikille sitä ottaneille, ja lisäksi annoksen määrä ei ole suorassa yhteydessä kokemuksen intensiivisyyteen tai sisältöön (Grof, 2009, 25-27). Muun muassa nämä seikat viittaisivat siihen, että psykedeelinen aine ei itsessään vaikuta ihmisen tietoisuuteen, vaan että se toimii aivojen biokemiallisten ja fysiologis- ten prosessien katalyyttinä tai vahvistajana. Psykedeeli näyttäisi laukaisevan prosessin, jonka sisältö määrittyy pitkälti kokijan mielensisällön ja ympäristön mukaan. (Grof, 2008, 31) Katalyytti-ajatusta tukee esimerkiksi havainto, että LSD pysyy veressä vaikuttavina pitoisuuksina vain muutamia tun-

teja, vaikka sen tuottamat vaikutukset kestävät tavallisesti noin 12 tuntia (www1). Se että psykedeelit muistuttavat aivojen välittäjäaineita, voi mahdollisesti selittää psykedeelien katalyyttistä luonnetta (Winkelman, 1995, 11).

Psykedeelisten kokemusten erilaisuutta lisää niiden yksilölliset tai kulttuurisesti määrittävät tulkinat. Tätä selkeyttää seuraava esimerkki. Psykedeeliselle kokemukselle tavanomainen ja mystiselle kokemukselle luonteenomainen vaikutus, että raja itsensä ja ulkopuolisen todellisuuden kanssa muuntuu radikaalisti tai häviää kokonaan, voidaan tulkita hyvinkin monella erilaisella tavalla: henkipossessiona, itsensä katoamisena, depersonalisaationa, kosmisena yhteytenä tai transendentaalisiin mystisiin tasoina. (Winkelman, 1995, 25)

Psykedeelisten istuntojen kohdalla niin tieteilijät kuin psykonautitkin käyttävät termejä *set ja setting*. Ne viittaavat monimutkaisesti määrittäviin ei-farmakologisiin tekijöihin, jotka vaikuttavat kokemuksen sisältöön. *Set* sisältää kokijan mielensisällön ja elämänhistorian, jolloin kokemukseen vaikuttavat ainakin hänen entinen ja nykyinen elämäntilanteensa, lapsuus ja varhaislapsuus, ja mahdollisesti syntymä ja syntymää edeltävät kokemukset sekä sikiö ja jopa alkiovaiheet. *Set* sisältää lisäksi kokijan mielentilan, psykologiset odotukset ja toivotut vaikutukset, istunnon valmistelun ja optimoinnin sekä valvojan tai oppaan käsityksen psykedeelisen istunnon luonteesta. *Setting* sisältää itse kokemuksen tapahtumapaikan: siellä olevat ihmiset, esineet ja muut asiat. *Set* ja *settingin* merkitystä ei voi turhaan alleviivata, ja niiden huomiotta jättäminen voi tuottaa, kuten on tuottanutkin, vakavia seurauksia. Otetun psykedeelin ja *set ja settingin* lisäksi psykedeeliseen kokemukseen vaikuttaa myös annoksen koko, aktivoituneen alitajuksen materiaalin intensiivisyys, mielen defenssijärjestelmän vahvuus ja vastustus sekä edelliset psykedeeliset kokemukset. (Grof, 2009, 13, 242)

#### **4.2 LSD-tyylisten psykedeelien vaikutukset mieleen**

LSD-tyylisten psykedeelien vaikutuksia ei voida täysin yleistää. Toisille pienikin annos tuottaa hyvin merkittäviä kokemuksia, kun joillekin harvoille suuretkaan annokset eivät tuota minkäänlaisia vaikutuksia. Niistä voi silti yrittää hahmotella jonkinlaisia suuntaviivoja. Kokemus liittyy enemmän tai vähemmän suorasti kokijan sen hetkiseen ja menneisiin elämäntilanteisiin. LSD nostaa alitajunnasta myönteisimmin tai kielteisimmin latautunutta materiaalia, josta tulee monin osin kokemuksen sisältö. LSD:tä voisi kuvata alitajunnan ”sisäisenä tutkana”, jonka kohteena ovat merkityksellisimmät asiat. Kokemuksessa alitajuinen materiaali voi kylläkin ilmetä hyvin monin eri tavoin, ja usein sen monimutkaisuutta on vaikea pilkkoa pienempiin osiin. Esimerkiksi omat ajatukset ja tunteet

voivat olla uudenaikaisessa yhteydessä ulkomaailmaan, pystyen vaikuttamaan vahvasti sen muotoon, sisältöön tai merkitykseen. (Grof, 2009, 8, 218-219)

Usein psykedeelit vaikuttavat laaja-alaisesti ja myös hyvin kokonaisvaltaisesti ihmismielen moniin eri alueisiin. Ajan ja paikan hahmottaminen muuntuu hyvin usein, ja ne voivat muuntua monin eri tavoin. Psykedeelinen kokemus voi tuottaa erilaisia tunnereaktioita äärimmäisestä ekstaasista kauheimpaan pelkoon, tai totaalisen arvottomaan ja tunteettomaan tyhjyyden kokemiseen. Myös erilais- ten ja äärimmäistenkin tunteiden epätavallisia yhdistelmiä esiintyy. Kognitiivisia muutoksia tapah- tuu niin ajattelussa, järjessä kuin muistissakin. Erilaiset ajatteluprosessit testien mukaan voivat niin parantua, kuin huonontuakin, eikä vaikutuksia voida yleistää. Kokija saattaa muistaa kaukaisiakin asioita, tai sitten kuvitella muistavansa niitä. Useimmiten itse kokemus muistetaan todella hyvin, ellei annos ole ollut liian suuri. Muita kognitiivisia muutoksia voivat olla kasvanut merkitykselli- syyden ja tarkoituksellisuuden kokeminen, sekä tietoisuuden selkeys ja kirkkaus. Tietoisuuden kat- sotaan usein liikkuvan helpommin alueille, joihin normaalitajunta ei pääse, ja siksi psykedeelisiin viitataan usein tietoisuuden laajentajina. Esimerkiksi monet LSD:tä ottaneet ovat kokemukseensa perustuen harkinneet sellaisen ajatuksen mahdollisuutta, että tietoisuus olisi perustavanlaatuinen elementti koko maailmankaikkeudessa, jossa ihmistietoisuus olisi vain sen yksi ilmentymistä. Sek- suaalisuuden kokeminen saattaa myös muuntua eri tavoilla. Taide ja taiteellisuus saatetaan kokea vahvasti uudella tavalla. Kokemuksissa on myös usein jonkinlainen uskonnollinen tai mystinen as- pekti. Psykedeelisillä kokemuksilla on voimaa muuttaa kokijan persoonallisuutta, tunne-elämää, arvoja, asenteita, uskomusjärjestelmää ja koko maailmankuvaa, ja niillä on taipumusta lisätä uskoa ns. yliluonnolliseen maailmaan ja kehottomaan sieluun. (Winkelman, 1995, 36-38; Grof, 2009, 9-13, 187, 242; Harner, 1979, xiv)

Psykedeelit tuottavat suhteellisen usein myös epämiellyttäviä kokemuksia. Psykedeelinen alakult- tuuri puhuukin huonoista ja hyvistä ”tripeistä”, viitaten kokemuksen myönteiseen tai kielteiseen luonteeseen. Tavoitteena on siis ainakin tavallisesti saada hyvä ”trippi”. Tieteellisessä mielessä tä- mä erottelu vaikuttaa jokseenkin keinotekoiselta, sillä psykedeelien kautta koettu tuska tai kärsimys voidaan nähdä itsetutkiskelusta johtuvana tiivistettynä kipuna ja pelkona, joka normaaleissa olosuh- teissa voisi viedä kuukausien tai vuosien käsittelyn. Epämiellyttävät kokemukset saattavat usein siis olla välttämätön hinta sille, että alitajuntaan tukahdutetut vaikeat asiat saataisiin käsitellyiksi, eikä niitä siksi tulisi erityisesti vältellä. (Naranjo, 1974, 13, 16) Toisaalta psykedeelien mahdollisesti aiheuttamia epäsuotuisia vaikutuksia ei kannata ruveta aliarvioimaan tai vähätteleämään, sillä huo- noissa olosuhteissa epämiellyttävä tai paranoidinen olo saattaa olla hyvinkin dominoivassa osassa,

ja vaikuttaa kokijaan vielä kokemuksen jälkeen. On olemassa näyttöä myös siitä, että psykedeeleillä olisi manipuloitu ihmisen pelkoa ja aiheutettu patologista käyttäytymistä. (Kent, 2010, 128)

### **4.3 Uusi teoreettinen viitekehys LSD-kokemukselle**

Grof on jaotellut LSD-istuntojen aikana esiin tulleita alitajunnan osia neljään pääluokkaan: abstraktit ja esteettiset kokemukset, psykodynaamiset kokemukset, syntymää edeltävät kokemukset ja transpersoonalliset kokemukset. Tämän jaottelun suhteen on hyvä tiedostaa, että yksittäisten kokemusalueiden irrottaminen laajemmasta kontekstistaan on aina jokseenkin yksinkertaistavaa ja keinoitekoista, mutta Grofin laajaan kokemukseen luottaen jaottelu tarjoaa mielenkiintoisia näkymiä LSD:n mahdollisiin maailmoihin. (Grof, 2009, 32-33) Näistä luokista syntymää edeltävät ja transpersoonalliset kokemukset ovat olleet perinteiselle psykologialle ja psykiatialle liian syvällä alitajunnassa, eikä niitä ole siksi tunnustettu tai ymmärretty kunnolla (Grof, 2009, 99, 157). Esittelen seuraavaksi kokemusluokat hyvin lyhyesti ja pintapuolisesti.

Abstraktit ja esteettiset kokemukset ovat psykedeelisen kokemuksen pinnallisimmat tasot, eivätkä ne yleensä itsessään vaikuta alitajuntaan (Grof, 2008, 40). Muutoksia saatetaan kokea kaikilla aisti-alueilla, mutta näköalueella ne ovat tavallisesti yleisimmät. Esimerkiksi näköalueen muutokset vaihtelevat yksikertaisista ilmestyksistä (valoja, geometrisia kuvioita) ja ympäristön illusorisista muutoksista monimutkaisiin kuviin. (Winkelman, 1995, 36-38)

Psykodynaamiset kokemukset nousevat yksilön alitajunnasta, ja alueilta, joihin on mahdollista päästä käsiksi normaaleissa tietoisuuden tiloissa. Ne liittyvät tärkeisiin muistoihin, tunteellisiin ongelmiin, ratkaisemattomiin konflikteihin ja tukahdutettuun materiaaliin eri elämänvaiheista. Alitajuisesti tärkeiden kokemusten yleinen esiintyvyys saattaa selittyä sillä, että psykedeelit aktivoivat eritoten aivojen evolutiivisesti vanhempia osia, kuten limbistä järjestelmää, jolla on tärkeä rooli liittyen erityisesti tunteisiin ja tulkintaan itsestä ja muista. Lisäksi LSD:n tyyliset psykedeelit näyttäisivät lisäävän aivolohkojen koheesiota parantaen muun muassa tunteiden ja ajatusten yhdistymistä. Tämän vuoksi ajatukset prosessoidaan ja sisäistetään normaalia paremmin. Psykodynaamiset kokemukset ovat tavallisia terapeuttisissa yhteyksissä, ja tasapainoisilla ihmisillä niiden merkitys on huomattavasti pienempi. Nämä kokemukset sopivat jokseenkin klassisen psykoanalyysin alaan, mutta ongelmat saattaa ilmetä kryptisessä muodossa, jonka tulkinta tarvitsee erityistä tietämistä. Esimerkiksi latautuneet sisäiset asiat saattavat heijastua erikoisesti ympäristöön, sillä näin ne ovat helpommin käsiteltävissä: kokiessaan uudelleen traumaa lapsuudesta saattaa psykiatri ja hoitaja

muuttua isäksi ja äidiksi, ja terapiahuone omaksi lastenhuoneeksi. (Grof, 2009, 44-45; Winkelman, 1995, 41-43)

Synnytystä edeltävät kokemukset liittyvät erityisesti biologisen syntymän, fyysisen kivun ja kärsimyksen, ikääntymisen, tautien, kuoleamisen ja kuoleman ongelmiin. Ne liittyvät siis ihmisen eksistentiaalisiin kriiseihin. Grof on jakanut synnytystä edeltävät kokemukset neljään eri jaksoon, jotka liittyvät sikiön eri vaiheisiin kohdussa. Jokaiseen jaksoon liittyy kiinteästi myös useanlaisia uskonnollisia kokemuksia. Synnytystä edeltävät kokemukset ovatkin hyvin tärkeä yksilöllisen ja transpersoonallisen psykologian risteyskohta, jossa molemmat kategoriat limittyvät. Kuoleman kokeminen näyttäisi avaavan hyvin mielenkiintoisia alueita ihmisen henkisyteen ja uskonnollisiin kokemuksiin. Tässä suhteessa kuolemalla, syntymätrauman uudelleenkokemisella ja mystisten kokemusten esiintymisellä näyttäisi olevan yhteys. Se, ovatko muistot kohdussa olemisesta todellisia muistoja, vai vain mielikuvitusta, ei ole yksiselitteisesti ratkennut. (Grof, 2009, 97-98, 101, 104-105)

Transpersoonallisia kokemuksia yhdistää tuntemus siitä, että tietoisuus laajenee normaalien egon rajojen, ja ajan ja paikan määrittämien rajoitusten yli. On hyvä muistaa, että transpersoonalliset kokemukset eivät ole ainoastaan psykedeelien alaa, ja että niissä esiintyvät henkiset ja uskonnolliset tasot näyttäisivät olevan olennainen osa ihmisen psyykettä. Transpersoonallisten kokemusten esiintyminen ei liity yksilön kulttuuriseen tai uskonnolliseen taustaan, ja jopa vannoutuneet materialistit, positivistiset tieteilijät, skeptikot, kyynikot, ateistit ja uskonnonvastustajat ovat kiinnostuneet henkisestä etsinnästä kokiessaan näitä tasoja. Kokemuksia voidaan lähestyä monista eri näkökulmista, ja seuraava Grofin tekemä jaottelu on vain yksi monista mahdollisista. Hän on jakanut kokemukset kahteen pääkategoriaan: kokemukselliseen laajentumiseen (1) ”objektiiviseen todellisuuteen<sup>4</sup>” liittyvän viitekehyksen sisällä ja (2) sen ulkopuolella. (Grof, 2009, 97-98, 101, 158-159)

Ensimmäiseen pääkategoriaan (1) kuuluvat seuraavat kokemukset. (A) Tietoisuuden ajallinen laajentuminen: Alkio- ja Sikiökokemukset; Esi-isien kokemukset; Kollektiiviset ja Rodulliset kokemukset; Fylogeneettiset(evolutiiviset) kokemukset; Edellisten elämien kokemukset; Ennustaminen, Selvänäköisyys ja –kuuloisuus ja Aikamatkustus; (B) Tietoisuuden paikallinen laajentuminen: Egon transsendenssi ihmistenvälisissä suhteissa ja kokemus kahden ykseydestä; Identifikaatio muiden ihmisten kanssa; Ryhmän identifikaatio ja Ryhmätietoisuus; Eläinidentifikaatio; Kasvi-identifikaatio; Ykseys elämän ja kaiken luodun kanssa; Ei-orgaanisen materian tietoisuus; Planetaa-

---

<sup>4</sup> länsimais-tieteellinen käsitys objektiivisesta todellisuudesta

rinen tietoisuus; Ekstraplanetaarinen tietoisuus; Ruumiistairtautumiskokemukset, Selvänäköinen ja -kuuloinen matkustaminen, Avaruusmatkat ja Telepatia; (C) Tietoisuuden paikallinen supistuminen: Elin-, Kudos- ja Solutietoisuus. (Grof, 2009, 159-160)

Toiseen pääkategoriaan (2) kuuluvat: Spiritistiset ja Meediomaiset kokemukset; Kokemukset yli-luonnollisten henkisten entiteettien kohtaamisista; Kokemukset muista universumeista ja tapaamisista niiden asukkaiden kanssa; Arkkityyppiset kokemukset ja monimutkaiset mytologiset jaksot; Kokemukset erilaisten jumaluuksien/jumalien kohtaamisista; Universaalien symboleiden intuitiiviset ymmärtämiset; Chakrojen aktivoituminen ja Kundaliini-voiman herääminen; Universaalien mielen tietoisuus; Suprakosminen ja Metakosminen tyhjiö.(Grof, 2009, 160)

Transpersoonalliset kokemukset ovat hyvin mielenkiintoisia, ja ne vaikuttavat vahvasti kokijaan. Se, ovatko nämä kokemukset ”todellisia” vai kuviteltuja ei ole lopullisesti ratkennut. Totta tai ei, ne useimmiten koetaan täysin tosina, ja ne vaikuttavat yksilön elämään käytännönkin tasolla. Useat lapsuus- ja syntymämuistot sekä transpersoonalliset kokemukset ovat selkeästi fantasioita tai mielen tuotoksia, mutta löytyy myös muutamia viittauksia siihen, että ihmisen tietoisuuteen olisi tullut asioita, joita hän ei ole voinut länsimais-materialistisesti katsottuna voinut tietää tai havaita. Grof on yrittänyt suhtautua asiaan mahdollisimman objektiivisesti, ja tutkia kokemusten todenperäisyyttä mahdollisuuksien mukaan. Transpersoonallisista kategorioista ainakin yhdeksästä on tullut esiin toistaiseksi tieteelle selittämättömiä asioita. Samankaltaisia havaintoja löytyy myös antropologien piiristä. (Grof, 2009, 162, 166, 173, 175-176, 177, 184-185, 193, 204-205; Harner, 1979, 12)

Esittelen transpersoonallisista kategorioista hieman tarkemmin vain yhden. Universaalien mielen kokeminen on yksi arvostetuimmista ja ihmistä muuttavimmista kokemuksista. Metakosminen tyhjiö näyttäisi olevan ikään kuin sama kokemus, mutta vielä erityisemmin tyhjä ja ei-mikään. Universaalien mielen kokeminen on täysin ajatonta, paikatonta, erottelematonta ja sanainkuvailematonta: se on puhdas oleminen, kaiken perusta.(Grof, 2009, 206-207) Neurofenomenologiassa tähän maailmanlaajuisesti esiintyvään kokemukseen on viitattu termillä *absoluuttinen jakamaton olemus* (absolute unitary being). Ympäri maailmaa kuvaukset voivat olla hieman erilaisia, mutta ne viittaavat epäilemättä täysin samaan kokemukseen: siinä ei ole mitään, ei kysymyksiä eikä vastauksia, ei minua eikä sinua, ei kokijaa eikä kohdetta, vain absoluuttinen jakamattomuus. (Newberg & D’aquili, 2002, 122-123)

#### **4.4 Psykedeelit ja ei-farmakologisesti muuntuneet tajunnantilat**

Niin kuin edellä on tullut jo esille, ovat luontaisesti muuntuneet tajunnan tilat ja psykedeeliset kokemukset jokseenkin rinnastettavissa keskenään. Vertailun vuoksi: Joni Koskimaa on tarkastellut tutkielmassaan *Psykedeelinen uskonnollinen kokemus ja suomalainen päihdekulttuuri* muun muassa kolmea hyvin erilaista psykedeeliä, ajahuaskaa, psilosybiini-sieniä ja *Salvia divinorumia*, ja todennut näiden jokaisen tuottaneen muihin uskonnollisiin kokemuksiin verrattavia mystisiä kokemuksia (Koskimaa, 22). Luontaisesti muuntuneita tajunnantiloja on eri kulttuureissa saavutettu esimerkiksi seuraavilla metodeilla: paastoamisella ja ruokavalion muuttamisella, itsekidutuksella, aistiärsykkeiden poistamisella tai minimoinnilla, hengitys<sup>5</sup>- ja meditaatiotekniikoilla, rituaalisella tanssimisella ja rummutuksella. Myös unet, hypnoosi ja erilaiset sairaudet, kuten kuume ja epilepsia ovat tuottaneet muuntuneita tajunnantiloja. Psykedeelit vaikuttaisivat olevan näistä kaikista tehokkain ja nopein tekniikka, joskaan ei turvallisin. (Harner, 1979, xii, www6) Muuntuneissa tajunnantiloissa esiintyviä kokemuksia on kuvattu esimerkiksi transpersoonallisessa psykologiassa, ja monissa itäisissä esoteerisissa koulukunnissa, kuten buddhalaisuuden eri haaroissa. Lisäksi selvästi transpersoonallisia kokemuksia löytyy jokaisen suuren maailmanuskonnon, ja monien muidenkin uskontojen pyhistä teksteistä. Sellaisia kokemuksia on tullut vastaan myös muussakin tieteellisessä tutkimuksessa, kuin psykedeelisiin liittyvässä. Kokemusten suhteellisen hyvästä tunnettavuudesta huolimatta niitä ei ole yritetty kunnolla sisällyttää esimerkiksi psykologian ja psykiatrian teorioihin ja käytäntöön. Länsimaissa sellaiset kokemukset saatetaan sivuuttaa psykopatologioina tai mielen sairauksina, ja siksi niihin käytetään usein rauhoittavia: oireet saadaan pois, eikä takana olevia prosesseja tarvitse selittää. Jos kokemuksia selitetään, johdetaan ne usein freudilaisen psykoanalyysin käsitteistä. Grofin mielestä tämä ei toimi, sillä transpersoonallinen kategoria on *sui generis*, eikä se siis selity persoonan alitajunnalla tai mielikuvituksella. (Grof, 2009, 211-214)

Niin psykedeelillä kuin luontaisesti muuntuneillakin tiloilla on samanlainen systemaattinen vaikutus autonomiseen hermostoon, joka näkyy erityisesti limbisen alueen aktivoitumisella. Tämä alue on esilingvistinen, joka näkyy esimerkiksi siinä, ettei psykedeeliset ja mystiset kokemukset tuntuvat olevan sanojen ulottumattomissa. Molemmilla tavoilla on myös samankaltaisia terapeuttisia vaikutuksia, joihin perustuu esimerkiksi osittain samanistinen parantaminen. (Winkelman, 1995, 11-12, 39) Tutkimusten mukaan myös esimerkiksi psilosybiinin tuottamien ja spontaanisti esiintyneiden mystisten kokemusten aiheuttamat myönteiset muutokset kokijan elämässä ovat samankaltaisia tavaltaan ja laajuudeltaan. Koska mystiset kokemukset ovat esiintyvyydeltään suhteellisen harvinaisia, eikä niistä siksi ole tiedetty kovin paljon, ovat psykedeelitutkimukset puhuneet sen puolesta, että

---

<sup>5</sup> Esimerkiksi Grof on kehittänyt holotrooppisen hengitystekniikan muuntuneiden tajunnantilojen saavuttamiseen ilman psykedeelisiä

useimmilla ihmisillä olisi mahdollisuus kokea sellaisia. Mystinen kokemus näyttäisi olevan siis biologisesti normaali kokemus. (Griffiths, 2011, 663-664)

Tieteellisessä kontekstissa on koettu, että perinteiset tavat lähestyä psykedeelistä kokemusta eivät ole olleet tarpeeksi kattavia. Siksi esimerkiksi itämaisen esoterian piirissä esiintyvät kundaliini-ilmion ja chakra-järjestelmän kuvaukset ovat olleet hyvin mielenkiintoisia, sillä malleina ne näyttäsivät sopivan hämmästyttävän hyvin psykedeeliseen kokemukseen. Olen itse kuullut usealta eri ihmiseltä psykedeelien toimintamalliksi sen, että psykedeelit aktivoivat keinotekoisesti ihmisen sisäistä chakra-energia-järjestelmää, aiheuttaen kundaliini-voiman hetkittäisen heräämisen. Myös esimerkiksi Grof ja Naranjo ovat huomioineet kundaliini-joogan ja LSD-psykoterapian samankaltaisuuden niin myönteisissä, kuin hankalissakin kokemuksissa. Molemmat tekniikat vapauttavat silmänräpäyksessä valtavan määrän energiaa, aiheuttaen syviä ja dramaattisia kokemuksia. Kokeemukset voivat tuottaa merkittäviä tuloksia hyvin lyhyessä ajassa, mutta toisaalta molemmissa tekniikoissa on suuret riskit, ja ne voivat olla vaarallisia ilman huolellista valvontaa ja vastuullista ohjausta. Myös useat itäisten uskontokuntien harjoittajat ovat kokeneet, että LSD-psykoterapian kuvaukset muistuttavat kundaliini-joogaa. Kundaliini-joogan lisäksi samanististen matkojen, psykedeelisen ”matkan” ja psykoterapian välillä on mielenkiintoisia yhteyksiä. (Winkelman, 1995, 12; Grof, 2009, 205-206; Harner, 1979, 92)

## **5. Psykedeelitutkimuksista**

Usea psykedeelija tutkinut, kuten Strassman, Hofmann, Grof, Grob, Griffiths, Doblin ja Cohen, ovat sitä mieltä, että psykedeelitutkimusta on mahdollista suorittaa turvallisesti, kunhan metodologia on kunnossa. Psykedeelien potentiaaliset hyödyt näyttäisivät peittoavan potentiaaliset riskit. Osoituksena tästä on esimerkiksi vuosituhansien takainen psykedeelien turvallinen käyttö samanistissa ja muissa yhteyksissä. Metodologian kehittyessä riskit ja ongelmatapaukset ovat vähentyneet huomattavasti ensimmäisen aallon tutkimuksiin verrattuna. Lisäksi useat tutkimukset merkittävine tuloksineen näyttäisivät oikeuttavan erinäisiä lisätutkimuksia. John Hopkinssin lääketieteellinen tutkimuslaitos on julkaissut melko tuoreet ohjeet siitä, kuinka voidaan tuottaa turvallisesti suuren annoksen psykedeelitutkimusta. Tulevaisuuden tutkimuksen olisi hyvä olla poikkitieteellistä, ja se näyttäisi tarvitsevan laajan asiantuntijajoukon eri aloilta. (Grof, 2008, xxv, xxvii; Grof Griffiths, 2010, 79; Harner, 1979, 154; Doblin, 1991; Hofmann, 1980, foreword) Tutkimuksissa on erityisen

tärkeää, ettei psykedeelien riskejä aleta aliarvioimaan, sillä huonosti järjestetyssä tutkimuksessa tai ei-tutkimuskäytössä negatiiviset piirteet voivat saada hyvinkin dominoivan osan. (Griffiths, 2011, 663-664) Yleisesti kliiniset psykedeelitutkimukset voidaan jakaa kahteen ryhmään: vaikutukset terveisiin vapaaehtoiisiin sekä fyysisten ja henkisten sairauksien mahdolliseen lieventämiseen. Eri-laisten sairauksien parantamisesta esittelen tarkemmin vain LSD:n terapeuttisia vaikutuksia, sekä hieman terminaalivaiheessa oleville potilaille tehdyistä tutkimuksista. Terveisiin vapaaehtoiisiin kohdistuneita tutkimuksia esittelen kolmen psilosybiini-tutkimuksen kautta. Kliiniset tutkimukset vaikuttavat ainakin humanistin silmissä vakuuttavilta tuplasokkotesteineen, harhautuskysymyksiineen ja monine muine metodeineen.

Psykedeelitutkimukseen on kuulunut ajatus, että tutkijan, oli hän sitten psykiatri tai antropologi, olisi hyvä kokea psykedeelinen kokemus. Näin hän ymmärtää psykedeelien vaikutuksia ja kohdetaan paremmin. Antropologian piirissä on koettu, että psykedeeliseen seremoniaan osallistuminen lisää huomattavasti ymmärrettävyyttä informanttien lausunnoista. Ensimmäisen tutkimusaallon aikaan Sandozin laboratorioiden LSD:tä lähetettiin myös joillekin antropologeille, että he voisivat itsenäisesti tutustua psykedeeliseen kokemukseen. Nykyisen tutkimusaallon kohdalla tutkijoiden psykedeeli-kokeilu ei ole aivan niin selviö aiheen poleemisen historian ja lakisäädösten vuoksi. (Harner, 1979, 52, 72; Grof, 2009, 1)

### **5.1 Psykedeelien terapeuttiset ominaisuudet**

Useat tutkimukset ja selostukset osoittavat, että psykedeelleillä (erityisesti LSD:llä) on erityistä terapeuttista potentiaalia. Psykedeelit ovat auttaneet toistuvasti hoitamaan esimerkiksi tapauksia, joihin normaali terapia ei ole toiminut. Psykedeeliterapia on osoittautunut erityisen hyödylliseksi sellaisen potilaan kanssa, joka ei osaa tai kykene ilmaisemaan ongelmiaan. Esimerkiksi Sveitsissä nykyiset psykolyttiset terapeutit suosittelevat LSD:llä avustettua terapiaa psykosomaattisiin ongelmiin ja psyykkiseen jäykkyyteen, keskitysleiriltä selvinneille joilla on traumaattisia kokemuksia jäykän suojamuurin takana, potilaille joihin tavallinen psykoterapia ei ole toiminut, sairauksiin joita psykoterapia harvoin onnistuu parantamaan, kuten vakavaan krooniseen ahdistuneisuushäiriöön tai vakavaan alkoholismiin, sekä vakaviin luonneneurooseihin, masentuneisuuteen ja pakko-oireisiin häiriöihin. Lisäksi psykedeelejä on käytetty muun muassa huumeriippuvaisten kanssa sekä maanisdepressiivisissä ja skitsofreenisissä psykooseissa. LSD:n on havaittu helpottavan psykoterapiaa seuraavilla tavoilla: se heikentää potilaan psykologista vastustusta, kohottaa tunneherkkyyttä, nostaa alitajuntaan varastoituneita kokemuksia, helpottaa muistitukoksia, edistää katarsista ja auttaa potilasta ja

terapeuttia tunnistamaan merkittävät asiat vähemmän merkityksellisistä. Näiden syiden vuoksi LSD lyhentää huomattavasti terapiaan tarvittavaa aikaa. (Winkelman, 1995, 40; Grof, 2009, 2, 20, 219)

Antropologit ovat verranneet esimerkiksi ajahuuska-kokemusta psykoterapiaan, sillä se on tuonut tukahdutettuja ja kipeitä muistoja pintaan. Samaani rinnastuu myös monin osin psykoterapeuttiin. Asiaa on rinnastettu mielenkiintoisesti siten, että kun psykoanalyttikko kuuntelee ja antaa potilaan itse puhua ongelmansa pois, niin samaani katsoo potilaan sieluun, ja puheella ja laululla ohjaa potilaan matkaa oman alitajuntansa syövereihin. (Harner, 1979, 51, 92)

### **5.1.1 Psykolyttinen ja psykedeelinen terapia**

Psykolyttisen terapian tavoitteet ovat hyvin samankaltaiset useiden psykoterapeuttisten toimintamallien kanssa, mutta se on oikein käytettynä paljon tehokkaampaa. Siinä potilas saa normaalin psykoterapian lisäksi toistuvasti LSD:llä avustettua terapiaa, sillä on huomattu, että toistuvat istunnot ovat hyödyllisempiä verrattuina yksittäiseen istuntoon. Henkilökohtainen optimaalinen annos LSD:tä pyritään saavuttamaan muutamien kriteerien mukaan, normaalin annoksen ollessa 100-200 µg. Vaikka psykedeelien tuottamat vaikutukset ovat hyvin moninaiset ja vaihtelevat, perustuu psykolyttinen terapia tiettyihin kokemusten säännönmukaisuuksiin. Riippuen useista seikoista, kuten potilaan psykologisista puolustusmekanismeista, pääsee hän toistuvien istuntojen aikana ennemmin tai myöhemmin syvempiin osiin alitajuntaansa, ja ennen pitkää käsiksi häiriöiden tai sairauksien varsinaisiin syihin. Istuntoja voi olla kymmenistä satoihin. Viimein traumaattiset muistot käsitellään tai eletään uusiksi. Kun kaikki tarpeeksi selvät psykodynaamiset konfliktit on ratkottu, häviävät niiden jälkeisistä LSD-istunnoista yksilöllisen alitajunnan elementit, ja potilas siirtyy lähes ainoastaan synnytystä edeltäviin ja transpersoonallisiin kokemuksiin. Kun potilas on kokenut synnytystä edeltäviin kokemuksiin liittyen ego-kuoleman ja uudelleensyntymisen puhtaassa ja lopullisessa muodossa, ovat lähes poikkeuksetta tämän jälkeiset LSD-istunnot luonteeltaan transpersoonallisia, ja niissä on selvä uskonnollinen tai mystinen leima. (Grof, 2009, 19, 96, 153)

Psykedeelinen terapia, jota on harjoitettu eritoten Amerikassa, on luonteeltaan hieman toisenlaista. Siinä on tarkoituksena tuottaa syvä uskonnollinen tai mystinen kokemus, sillä kliiniset tutkimukset ovat havainneet sellaisella kokemuksella olevan erityistä ja uniikkia terapeuttista potentiaalia. LSD-annos on usein hyvin korkea, noin 300-500µg, jolla saavutetaan todennäköisesti mystinen kokemus, senkin uhalla, että psykodynaamisen tason konfliktit ohitetaan kokemuksen vahvuuden vuoksi.

Psykedeelisessä terapiassa istuntoja tarvitaan huomattavasti vähemmän kuin psykolyttisessä. (Grof, 2009, 23)

Molemmissa terapiamuodoissa syvillä transpersoonallisilla kokemuksilla on erittäin hyödyllisiä vaikutuksia kokijan fyysiseen ja henkiseen hyvinvointiin. Ne lisäävät myös intoa uskonnollisiin, mystisiin ja filosofisiin kysymyksiin, ja lisäävät tarvetta sisällyttää henkisiä ulottuvuuksia elämään. (Grof, 2009, 211)

## **5.2 Terminaalivaiheessa olevat potilaat**

Syövän kanssa tavallisesti käytetyt vahvatkin masennus- ja kipulääkkeet voivat tarjota vain pienen avun kärsivälle. Vuonna 1964 Eriv Kast Chicagon lääketieteellisestä antoi LSD:tä terminaalivaiheessa olleille syöpäpotilaille, joilla oli ankarat kivut. Hän kuvailee, että potilaille kehittyi kummallinen välinpitämättömyys omaa tilaansa kohtaan, ja että he puhuivat vapaasti tulevasta kuolemaasta tavalla, joka käsitetään länsimaissa sopimattomaksi, mutta joka oli äärimmäisen hyödyllinen heidän psyykkisille tiloilleen. (Griffiths & Grob, 2010, 79)

Myöhempiä tutkimuksia on suorittanut Stanislav Grof, William Richards ja heidän kollegansa Spring groven valtiosairaalaassa LSD:llä ja DPT:llä. Kokeet ovat osoittaneet masentuneisuuden, ahdistuksen ja kuolemanpelon vähentymistä, ja myönteisimmät vaikutukset olivat heillä, jotka kokivat mystisen kokemuksen. Charles Grob on päivittänyt näitä tutkimuksia vuosina 2004-2008, jossa hän antoi psilosybiiniä 12 terminaalivaiheessa olevalle syöpäpotilaalle. Tulokset osoittivat vähentynyttä ahdistusta ja kohonnutta mielialaa jopa useiden kuukausien jälkeen kokemuksista. Lisäksi kuolemanpelko väheni. Ylipäätään kuolemanpelon väheneminen yhdistää monia psykedeelisiä kokemuksia. (Griffiths & Grob, 2010, 79; Griffiths, 2011, 662)

## **5.3 Tutkimuksia psilosybiinin vaikutuksista terveisiin vapaaehtoisiin**

Esittelen seuraavaksi kolmea tutkimusta psilosybiinin vaikutuksista terveisiin vapaaehtoisiin. Tutkimukset ovat uskontotieteellisesti hyvin mielenkiintoisia, sillä niissä tutkitaan erityisesti mystistä kokemusta. Psilosybiini on maailmanlaajuisesti esiintyvien taikasienten vaikuttava ainesosa, joita löytyy myös Suomen luonnosta. Syötynä psilosybiinin vaikutukset alkavat 30-60 min sisällä nauttimisesta, ja ovat huipussaan 90-180 min, josta laskevat hiljalleen. (Piippo & Salo, 2006, 243) Esittelemani tutkimukset ovat melko ainutlaatuisia, ja siksi onkin erityisen hyvä, että niiden tulokset ovat jokseenkin vertailtavissa keskenään. Tutkimuksista saa pientä kuvaa siitä, millaista psykedeelitutkimus oli 60-luvulla, ja millaista se on nykypäivänä. Ensimmäinen tutkimus on toteutettu vuonna

1962, johon on saatu tärkeää lisätietoa 25 –vuoden päästä tehdyssä seurannassa. Jälkimmäiset tutkimukset ovat tehty vuosina 2006 ja 2011, joista on myös seurantatietoja. Tutkimuksia yhdistävät eritoten kysymykset psilositybiinin ja mystisten kokemusten välisistä yhteyksistä, sekä näiden kokemusten lyhyt- ja pitkäkestoisista vaikutuksista. Lähtökohtainen oletus on, että mystiset kokemukset tuottavat myönteisiä muutoksia ihmisen käytökseen ja ajatteluun.

### **5.3.1 The Good Friday Experiment**

Timothy Learyn oppilas Pahnke järjesti vuonna 1962 yhden ensimmäisen tutkimusaallon viimeisistä tieteellisistä yrityksistä tutkia psykedeelien tuottamia mystisiä kokemuksia terveisiin ihmisiin. Tutkimuksen metodologiaa on kritisoitu useastakin syystä, mutta siitä huolimatta se on tuottanut tärkeää informaatiota, ja on tieteellisenä kokeena ainutlaatuinen. Pahnken hypoteesina oli, että psykedeelit, ja tässä tapauksessa psilositybiini, voivat johtaa mystiseen kokemukseen annettaessa uskonnollisille ihmisille uskonnollisissa kontekstissa. Pahnke oletti lisäksi, että psykedeelien avulla saavutetut mystiset kokemukset tuottaisivat pysyviä myönteisiä muutoksia asenteissa ja käytöksessä. Mystistä kokemusta mitattiin erityisesti kokeen jälkeen täytettävillä kyselylomakkeilla. Tärkein mystisen kokemuksen mittaaaja oli Pahnken kehittämä yhdeksänosainen kategoria, joka mittaa mystisyyden eri osia. Siinä mitataan sisäistä ykseyttä (esim. kokemus puhtaasta tietoisuudesta), ulkoista ykseyttä (esim. kokemus, että kaikki on yhtä tai olen yhtä kaiken kanssa), pyhyiden tuntemista, noeettista laatua (kokemus tuntuu todemmalta, kuin normaali todellisuus), ajan ja paikan transsendenssia, syvää myönteistä mielialaa, paradoksaalisuutta ja sanoinkuvaamattomuutta. Jotta kokemus tulkittiin kokonaiseksi mystiseksi kokemukseksi, ainakin kuuden kategorian piti olla vähintään 60 %. (Doblin, 1991; Griffiths 2011, 651)

Kokeen 20 osanottajaa osallistuivat heille järjestettyyn pitkänperjantain monivaiheiseen jumalanpalvelukseen. Osanottajat olivat protestanttisen teologian miespuolisia opiskelijoita. He saivat sattunnaisesti joko suuren annoksen psilositybiiniä (30mg psilositybiiniä/70kg osanottajan painoa kohtaan) tai plaseboa, siten että puolet sai psilositybiiniä. Osanottajia rohkaistiin menemään tutkimattomien kokemusten maailmaan, ja olla taistelematta vastaan, vaikka vaikutukset olisivat outoja tai pelottavia. Koe onnistui melko hyvin muutamia vastoinikäymisiä lukuun ottamatta. Kuvailut jumalanpalveluksesta psilositybiinin alaisena ovat hyvin yksilöllisiä, ja siten poikkeavat toisistaan, mutta suurta osaa yhdistää jonkinlainen arvostus ja positiivisuus. Seuraava esimerkki selventää hieman sitä, miten jumalanpalvelus koettiin.

*“I feel almost whatever I say about it... is a little bit artificial in terms of describing. What it is is something deeper and probably also more obvious and I think I endeavor to put it into some kind of category which may obscure the point in some way. I remember feeling at the time that I was very unusually incapable of describing it. Words are a familiar environment for me and I usually can think of them, but I didn't find any for this. And I haven't yet.*

*I closed my eyes, either thinking of meditating or maybe I was drowsy or something. I closed my eyes and it seemed to be darker than usual. And then there was a sudden bolt of light which I think was entirely internal and a feeling almost like a shock or something and that was only for an instant. It wasn't violent but it was a definite tingling like taking hold of a wire or something.*

*I closed my eyes and... thought that this would be a fine time for [meditating on the Passion].... So I did think about the procession to the cross. And with my eyes closed I had an unusually vivid scene of the procession going by. A scene quite apart from any imagining or anything on my part. A self-actualizing thing—kind of like watching a movie or something, it was apart from me but very vivid.*

*I had a definite sense of being an infant or being born, or something like that. I had a sense of death, too, but I think actually the sense of death came after the sense of birth.... I had my hands on my legs and there wasn't any flesh, there were bare bones, resting on my bones. That part wasn't frightening, I was just kind of amazed.... I think I must have gone along through the life of Christ identifying in a very total sort of way—reliving the life in some way until finally dying and going into the tomb.” (Doblin, 1991)*

Kokeen aikana neljä kymmenestä psilosybiiniä saaneesta kokivat Pahnken kriteerein kokonaisen mystisen kokemuksen, ja kahdeksan heistä koki jonkin verran melkein jokaista mystisyyden kategoriaa (vähintään 7/9). (Doblin, 1991)

Pahnken oli tarkoitus tehdä pitkän aikavälin seuranta, mutta hän ehti kuolla ennen sitä. 25 vuotta kokeesta Rick Doblin löysi neljän vuoden etsinnän jälkeen lähes jokaisen kokeeseen osallistuneen. Kokeeseen osallistujat haastateltiin, ja he täyttivät uudelleen samat kaavakkeet, joita käytettiin itse kokeen 6 kuukauden seurannassa. Kaikki kymmenen psilosybiiniä saanutta elivät seurannan aikaan yhteiskunnallisesti ja sosiaalisesti normaalia elämää. Kaksi heistä ei osallistunut seurantaan. Kaikilla kokeessa olleilla oli selkeitä muistoja kokeesta, ja useimmille se oli ollut elämän ainut psykedeelinen kokemus. He kuvailivat yksimielisesti kokeesta olleen mystisluontoisia elementtejä, ja pitivät kokemusta yhtenä henkisen elämänsä kulmakivenä. Joillekin kokemus liittyi erityisesti Jeesukseen ja kristittyyn sanomaan, kun taas toisille sen luonne oli enemmän universaali. Mystisyyden kokemisen keskimääräinen prosentti oli kuuden kuukauden seurannassa 60,8 % ja 25-vuoden seurannassa 66,8 %. Jokainen psilosybiiniä saanut koki kokemuksen vaikuttaneen elämäänsä huomattavan myönteisesti, ja he ilmaisivat arvostustaan sille, että saivat osallistua kokeeseen. Mainittuja muutoksia olivat muun muassa elämän, luonnon, epätavallisten kokemusten ja onnellisuuden suurempi arvostaminen, syvempi yhteys kristittyyn virkaan tai muuhun työhön, kasvanut muiden uskontojen arvostus ja ymmärrys, kasvanut tyyneys vaikeissa tilanteissa, ja kasvanut solidaarisuus ulkomaalai-

sia, vähemmistöjä, naisia ja luontoa kohtaan. Myös suhtautuminen kuolemaan ja sen jälkeiseen elämään oli muuttunut joillain. Näin tapahtui erityisesti heille, jotka kokivat ruumiistairautumiskokemuksen tai jonkinasteisen egon tai persoonan kuoleman. Useimmilla psilosybiiniä saaneista oli ollut myös kokeen jälkeen mystisiä kokemuksia, joita he kykenivät vertaamaan ja rinnastamaan psilosybiini-kokemukseen. Nämä olivat tapahtuneet unessa, rukoillessa, luonnossa tai muiden psykedeelien avulla. Verrattuna luontaisesti tapahtuneisiin, psykedeelikokemukset koettiin intensiivisempinä ja sisältävän laajemman tunneskaalan. (Doblin, 1991)

Psykedeelitutkimuksessa on äärimmäisen tärkeää huomioida negatiivisia piirteitä ja vaikutuksia. Kahdeksasta haastatellusta vain kahden kokemus oli täysin myönteinen ilman minkäänlaisia selviä psyykkisiä vaikeuksia. Loput kokivat hetkiä, jolloin he pelkäsivät tulevansa hulluiksi, kuolevansa, tai olevansa liian heikkoja kokemaan psilosybiinin vaikutuksia. Nämä vaikeudet ja ponnistelut laukesivat ja hävisivät jo jumalanpalveluksen aikana. Kokijoiden mukaan vaikeudet loppujen lopuksi vain myötävaikuttivat heidän oppimiseen ja kasvuun. Pahnke itse mainitsee kahdesta osanottajasta, joilla oli hieman vaikeuksia, ja jotka tarvitsivat ryhmänjohtajien tukea vaikutusten päättymiseen asti. Toiselle heistä Pahnke joutui antamaan rauhoittavan pistoksen. Good Friday –kokeen jälkeen rauhoittavien käyttö psykedeelisessä psykoterapiassa ja tutkimuksessa on hylätty lähes kokonaan, sillä paremmaksi keinoksi on havaittu tarjota turvallinen ympäristö ja antaa psykedeelin vaikutuksen mennä, niin kuin on mennäkseen. (Doblin, 1991)

Kaiken kaikkiaan kokeen tulokset tukevat Pahnken hypoteesia, sillä psilosybiini tuotti uskonnollisille ihmisille uskonnollisessa ympäristössä kokemuksia, jotka ovat verrattavissa ”normaaleihin” mystisiin kokemuksiin. Good Friday –koetta on pidetty yhtenä psykedeelien jatkotutkimuksia oikeuttavana tekijänä. (Doblin, 1991) Kokeen hypoteeseilla ja metodologialla on ollut tärkeä vaikutus myöhempään tutkimukseen, kuten erityisesti Roland Griffithsin järjestämiin tutkimuksiin vuosina 2006 ja 2011.

### **5.3.2 Griffithsin psilosybiinitutkimukset vuosilta 2006 ja 2011**

Esittelen Griffithsin kokeet yhdessä, sillä niitä on helppo verrata keskenään. Kokeiden metodologiat olivat keskenään samankaltaiset, ja niiden ero oli lähinnä hienosäädössä. Istunnoissa käytetyt menetelmät ovat nykyisissä kliinisissä tutkimuksissa ja esimerkiksi LSD-psykoterapiassa yleisiä. (Griffiths, 2011, 650)

Vapaaehtoisten valintakriteerit olivat tarkkaan mietityt, ja heidät valittiin suuresta joukosta. Vuonna 2006 järjestetyn kokeen 36 vapaaehtoista tuli täyttää seuraavat kriteerit: ei aikaisempaa kokemusta psykedeeleistä, hyvä kunto ja hyvä psyyke, tarpeeksi vanha iältään ja osallistuu säännöllisesti uskonnolliseen toimintaan. Jälkimmäisessä kokeessa 18 vapaaehtoista täyttivät lähestulkoon samat kriteerit, tärkeimpänä erona ettei heidän tarvinnut osallistua uskonnolliseen toimintaan. Tutkimusten keskeisin hypoteesi oli samanlainen, kuin Pahnkella: psilositybiini voi tuottaa mystisiä kokemuksia, joilla on huomattavaa ja pitkäkestoista henkilökohtaista ja henkistä merkitystä. Yksilöidyt istunnot olivat kahdeksan tunnin mittaisia, joista psilositybiinin vaikutus kesti noin seitsemän tuntia. Istunnot toteutettiin tutkimusta varten tehdyssä mukavassa olohuonemaisessa tilassa. Tavallisesti osanottajaa ohjeistettiin makaamaan sohvalla silmälaput silmillä, ja halutessaan hän sai kuulokkeet, joista soi klassista musiikkia. Osanottajia opastettiin kiinnittämään huomio sisäiseen suuntaan. Huoneessa oli aina kaksi tarkkailijaa, mies ja nainen, joilta sai hädän tullen sanallista ja fyysistä tukea. Ensimmäisessä tutkimuksessa osanottajat saivat 50- 60 lukujen tutkimusten perusteella arvioidun suuren turvallisen annoksen psilositybiiniä (30mg/70kg). Osanottajilla oli 2-3 istuntoa, ja ne suoritettiin kahden kuukauden välein. Jälkimmäisessä kokeessa osanottajilla oli viisi istuntoa kuukauden välein. He saivat arvotusti joko laskevassa tai nousevassa järjestyksessä 5mg, 10mg, 20mg, 30mg/70kg, satunnaisesti valitun istunnon ollessa plasebo. (Griffiths, 2006, 1-3; Griffiths, 2011, 649-650)

Istuntojen päävalvojat tapasivat osanottajat useaan kertaan. Osanottajat osallistuivat lisäksi kahteen seurantaan. Tietoa kokemuksesta ja sen vaikutuksista saatiin haastattelujen ja tapaamisten lisäksi kyselylomakkeilla, ja yhteisön tarkkailijoiksi nimettyjen osanottajaan jokapäiväisessä kontaktissa olevien lausunnoista. Tutkimukset näyttivät oletetusti, että psilositybiini tuotti voimakkaita vaihdoksia mielialassa, tunteissa ja kognitiossa, mitkä ovat tyypillisiä psykedeeleille. Psilositybiini aiheutti myös mystisiä kokemuksia. Jopa pieni annos, 5mg/70kg, tuotti merkittäviä muutoksia normaaliin olotilaan. Annoksen kasvaessa kokemuksen intensiivisyys, mystisyys ja merkittävyys kasvoivat. (Griffiths, 2011, 649-650; Griffiths, 2006, 8)

Vertailen prosenttiluvuilla tutkimusten tuloksia, edellisen prosentin näyttäessä vuoden 2006 tulokset, jälkimmäisen vuoden 2011. Isolla annoksella 61% ja 72% osanottajista koki kokonaisen mystisen kokemuksen mitattuna Pahnken kehittämällä, ja myöhemmin hieman parannellulla asteikolla (Griffiths, 2006, 9; Griffiths, 2011, 656). 67% ja 78% koki psilositybiini-kokemuksen olevan elämänsä tärkein, tai vähintään viidenneksi tärkein kokemus. 71% ja 83% koki sen olevan elämänsä merkittävin, tai vähintään viidenneksi merkittävin henkinen kokemus. 79% ja 94% koki kokemuk-

sen lisänsen hyvinvointiaan tai elämäniloan kohtalaisesti tai paljon, eikä negatiivisia muutoksia ollut. Lisäksi molemmissa tutkimuksissa kokemuksien koettiin muuttaneen käytöstä huomattavasti myönteiseen suuntaan, eikä kielteisiä vaikutuksia ilmennyt. Tavallisimmat myönteisen muutoksen alueet olivat parantuneet sosiaaliset suhteet perheen ja muiden kanssa, halu huolehtia omasta fyysisestä ja psykologisesta terveydestä enemmän sekä lisääntyneet henkiset harjoitukset. (Griffiths, 2006, 10-11; Griffiths, 2011, 660-661, 659)

Vaikka psilosybiini-kokemukset koettiin varsin myönteisesti, sisältyi niihin silti huomattava määrä psykologisia vaikeuksia ja pelkoa. Ensimmäisessä tutkimuksessa 31% koki pelkoa vahvasti tai todella paljon jossain vaiheessa tutkimusta, ja näistä neljä ihmistä sanoi koko istuntoa dominoineen ahdistus tai epämiellyttävä psykologinen ponnistelu. Jotkut vertasivat kokemuksia sotaan tai sanoivat, ettei haluaisi kokea vastaavaa enää ikinä. Jälkimmäisessä tutkimuksessa 39% koki äärimmäistä pelkoa, hulluuden pelkoa, tai tunsivat olevansa vangittuna, kokemusten tapahtuessa isoilla annoksilla. (Griffiths, 2006, 11; Griffiths, 2011, 657) Vaikkakin suurella osalla osanottajista oli vaikeuksia jossain kohdassa tutkimusta, psykedeeliset matkat on tärkeä arvioida kokonaisuudessaan. Vaikeudet ja epämiellyttävät kokemukset loppuivat istuntojen aikana, eikä kummassakaan tutkimuksessa kukaan ilmoittanut, että kokemukset olisivat laskeneet heidän hyvinvointiaan tai elämäniloan. Molemmissa tutkimuksissa kokemuksien merkittävyys, henkinen arvo ja mystisyys eivät näytä olevan erityisessä yhteydessä epämiellyttäviin kokemuksiin. Esimerkiksi suurin osa heistä, jotka kokivat äärimmäisiä negatiivisia kokemuksia, kokivat silti kokonaisen mystisen kokemuksen. (Griffiths, 2006, 12; Griffiths, 2011, 657) Tutkimuksissa ei ole havaittu muita epäsuotuisia vaikutuksia suurelle psilosybiini-annokselle, kuin istunnon aikana mahdollisesti esiintyvät psykologiset vaikeudet. Yksi syy miksi vaikeudet eivät ole vaikuttaneet istuntojen kokonaisarviointiin oli se, että negatiiviset tuntemukset olivat tavallisesti lyhytkestoisia, ja tarvittaessa ne saatiin hoidettua onnistuneesti rauhoittelulla tukea antavassa ympäristössä. (Griffiths, 2011, 663-664)

### **5.3.3 Johtopäätöksiä**

Vaikkakin tutkimusten yleistettävyyden on suhteutettava osanottajien määrään ja kriteereihin, ovat niiden tulokset merkittävät, ja toistensa kanssa yhtäpitävät. Griffithsin johtamien tutkimusten lisäksi Good Friday –koe tarjoaa tärkeän vertailuaineiston yhtenevine tuloksineen.

Tutkimukset tukevat ajatusta, että suuri annos psilosybiiniä voidaan antaa turvallisesti, jos vapaaehtoiset seulotaan ja valmistellaan huolella, ja kun istunnot toteutetaan mukavassa ja hyvin valvotussa ympäristössä. Tätä tukee myös se huomio, että kaikkien kolmen tutkimusten osanottajat ovat jatka-

neet normaalia yhteiskunnallista ja sosiaalista elämää tutkimusten jälkeen, eivätkä he mainitse elämänlaatunsa huonontuneen psilositybiinin takia. Lisäksi osanottajilta ei löydy mainintoja tutkimusten ulkopuolisesta psykedeelien käytöstä yhtä Good Friday –kokeen osanottajaa lukuun ottamatta. Tutkimusten osanottajat kokivat psilositybiinin vaikutuksen alaisena mystiseksi luokiteltuja kokemuksia, jotka vaikuttivat myönteisesti kokijoiden mielialaan, käyttäytymiseen ja käytökseen, sekä suhtautumiseen elämää ja itseään kohtaan. Kokemukset koettiin niin kahden kuukauden, kuin 25 vuoden jälkeen edelleen henkilökohtaisesti ja henkisesti merkittävinä. (Griffiths, 2006, 14; Griffiths, 2011, 661-661, 649; Doblin, 1991)

#### **5.4 Miksi tutkia lisää**

Psykedeelit ovat olleet länsimaisen tieteen anomaalinen ilmiö, ja ne voivat osittain muuttaa nykyistä tieteellistä maailmankuvaa: kokemuksissa paljastuvat syvät alitajunnan alueet ovat pitkälti tutkimattomat ja tunnustamattomat. Tämän vuoksi nykyisten teoreettisten konseptien ja käytännöllisten kliinisten strategioiden käyttäminen psykedeelisiin liittyviin ongelmiin ovat olleet sopimattomia, puutteellisia ja tehottomia. Tietämykselle on edelleen tarvetta, sillä esimerkiksi Yhdysvalloissa mahdollisesti miljoonat ihmiset ovat ottaneet psykedeelisiä useammin kuin kerran, kokemusten muuttamalla heidän persoonallisuuttaan, arvojärjestystään ja maailmankuvaansa. (Grof, 2009, xx, xxiii)

Lisätutkimukset näyttäisivät oikeutettuja myös siksi, että tähänastiset tutkimukset ovat näyttäneet merkittäviä tuloksia. Lisäksi huomattavasti kehittynyt tietämys hermostosta ja farmakologiasta mahdollistaa entistäkin tarkempaa tietoa psykedeelien vaikutuksista ja niiden vaikutuksista. Tutkimisen arvoista on esimerkiksi se, että psykedeelillä näyttäisi olevan potentiaalia muuttaa täysin kärsivän syöpäpotilaan tai huumeriippuvaisen elämä. Ne voisivat tehoittaa myös muihinkin yleisiin terveysongelmiin. Psykedeelitutkimus voi valottaa monia erilaisia aspekteja liittyen myös uskontoon. Ylipäätään se, että mystinen kokemus saadaan niinkin helposti tutkittavaksi, tarjoaa mahdollisesti uusia näkymiä näiden kokemusten syihin, seurauksiin sekä farmakologisiin ja aivo-mekanismisiin vaikutuksiin. Erityisen mielenkiintoinen kysymys on, miksi henkisyys vaikuttaa niin myönteisesti psykologiseen hyvinvointiin ja terveyteen. Psykedeelit voivat auttaa meitä ymmärtämään paremmin myös uskontojen ja kulttuurin evoluutiota. Tarkempaa tietoa voidaan saada niin ufokokemuksista, kuin valaistumisen tavoittelustakin. Lisäksi, koska mystinen kokemus saattaa tuottaa syvän ja kestävän yhteenkuuluvuuden tunteen ihmisten ja erilaisten asioiden kanssa, saattaa uusi tieto selventää etiikan ja yhteistyöhalun takana olevia mekanismeja. (Griffiths & Grob, 2010, 79; Griffiths, 2006, 15; Winkelman, 1995, 10)

## 6. Johtopäätökset ja loppupäätelmät

Psykedeelitutkimus on nykyään elossa, tietomäärän laajentuen ja syventyksen entiseen verrattuna hyvää tahtia. Tähän asti tutkimuksia ei ole järjestetty kovinkaan systemaattisesti, joten tutkimusten yleistettävyyden on jokseenkin kyseenalaistettavissa. Siitä huolimatta tutkimustulokset ovat näyttäneet merkittäviä suuntaviivoja monella alalla, ja ne kannustavat tiedemaailmaa erilaisiin jatkotutkimuksiin. Mielestäni psykedeelit ovat kiinnostavia erityisesti niiden moniulotteisuuden vuoksi: ne ovat kokemuksena hämmästyttävän laaja-alaisia, ja niillä on monentyylisiä kulttuurisia linkittyjä.

Tutkimuksessa tulee ilmi, että psykedeelit ovat uskontotieteellisesti mielenkiintoinen ilmiö seuraavista syistä. (1) Psykedeelit ovat saattaneet vaikuttaa kulttuurien ja uskontojen evoluutioon. (2) Psykedeelien on käytetty maailmanlaajuisesti eri kulttuureissa uskonnollisissa konteksteissa. Ne ovat usein saavuttaneet keskeisen aseman uskonnollisissa järjestelmissä, ja ne on käsitetty portteina tai väylinä niin kutsuttuun yliluonnolliseen maailmaan. Myös nykyisessä länsimaisessa kulttuurissa psykedeelit yhdistetään tavalla tai toisella uskonnollisuuteen, ja ne ovat saaneet käyttäjäloukan suuruuteen nähden suhteellisen paljon näkyvyyttä, jopa populaarikulttuurin ja muodin osalta. (3) Psykedeelien vaikutuksen alaisena saatetaan kokea yleisesti mystisiksi tai uskonnollisiksi miellettyjä kokemuksia, jotka kuuluvat transpersoonallisten kokemusten luokkaan. (4) LSD-tyyliset psykedeelit katalyyttiluonteineen tukevat ajatusta, että transpersoonalliset kokemukset kuuluvat ihmismielen rakenteisiin, ja näin ollen ne ovat biologisesti normaaleja kokemuksia. (5) Psykedeelit ovat osoittaneet, että transpersoonallisilla kokemuksilla on erityistä ja huomattavaa psykiatrista potentiaalia. (6) Psykedeelit ovat tuoneet uskonnon erikoisella tavalla tieteen tarkasteluun, toisinaan kyseenalaistaen joitain nykyisen tiedemaailman taustaoletuksia tai teorioita ja metodeita. (7) Koska psykedeelitutkimus näyttäisi olevan vieläkin melko lähtökuopissaan, saattaa tulevaisuudessa esiintyä lisää merkittäviä asioita liittyen uskontoon ja tieteeseen.

Mielestäni psykedeelit ja psykedeelitutkimus ovat uskontotieteellisesti niin merkittäviä ilmiöitä, että niistä pitäisi olla enemmän tietoisia. Olisi mielenkiintoista pohtia, minkälainen voisi olla uskontotieteen rooli nykyaikaisessa psykedeelitutkimuksessa: näkisin, että uskontotiede poikkiteollisuuden ja kohteensa vuoksi voisi olla hyvinkin psykedeelitutkimuksen ytimessä.

**Lähteet:**

**Grof, Stanislav** 2009, *LSD – Doorway to the Numinous – the Groundbreaking Psychedelic Research Into Realms of the Human Unconscious*. Park street press, Rochester.

**Piippo, Sinikka; Salo, Ulla** 2006: *Mielen ja Rakkauden Kasvit*. WSOY, Helsinki

**Naranjo, Claudio** 1974: *The Healing Journey: New Approaches to Consciousness*. Pantheon Books

**Harner, Michael** 1979, *Hallucinogens and Shamanism*. Oxford university press, Inc.

**Newberg, Andrew; D'aquili, Eugene** 2002, *Why God Wont Go Away*, Ballantine books, New york

**Hoffman, Albert** 1980: *LSD - My Problem Child*. McGraw-Hill (tekstissä ei ole sivunumeroita)

Ladattavissa: <http://www.cyjack.com/cognition/lsdmyproblemchild.pdf>

**Winkelman, Michael** 1995: *Psychointegrator Plants: Their Roles in Human Culture, Consciousness and Health*. Julkaistu: Yearbook of cross-cultural medicine and psychotherapy – theme issue: sacred plants, consciousness, and healing. Cross-cultural and interdisciplinary perspectives. VWB Berliini

Ladattavissa:

[http://asu.academia.edu/michaelwinkelman/Papers/512898/Psychointegrator\\_plants\\_Their\\_roles\\_in\\_human\\_culture\\_consciousness\\_and\\_health](http://asu.academia.edu/michaelwinkelman/Papers/512898/Psychointegrator_plants_Their_roles_in_human_culture_consciousness_and_health)

**Griffiths, Roland; Richards, William; McCann, Una; Jesse, Robert** 2006. *Psilocybin Can Occasion Mystical-type Experiences Having Substantial and Sustained Personal Meaning and Spiritual Significance*. Psychopharmacology, 11 heinäkuuta, Berliini

Ladattavissa: <http://csp.org/psilocybin/>

**Griffiths, Roland; Johnson, Mathew; McCann; Richards, William; Richards, Brian; Jesse, Robert** 2011. *Psilocybin Occasioned Mystical-type Experiences: Immediate and Persisting Dose-related Effects*. Psychopharmacology, 15 kesäkuuta, Berliini

Ladattavissa: <http://csp.org/psilocybin/>

**Griffiths, Roland; Grob, Charles** 2010, "Hallucinogens as Medicine"  
Scientific American artikkeli nykyisestä psykedeelitutkimuksesta, Joulukuu 2010

Ladattavissa: <http://csp.org/psilocybin/>

**Kent, James** 2010, *Psychedelic Information Theory – Shamanism in the Age of Reason*, PIT press

Ladattavissa: <http://psychedelic-information-theory.com/pdf/PIT-Print-Web.pdf>

**Doblin, Rick** 1991, *Pahnke's "Good Friday Experiment": A Long-Term Follow-Up and Methodological Critique*. The Journal of Transpersonal Psychology, 1991, Vol. 23, No.1 (Tekstissä ei ole sivunumeroita)

Löytyy sivulta <http://www.druglibrary.net/schaffer/lsd/doblin.htm>.

**Koskimaa, Joni** , *Psykedeelinen Uskonnollinen Kokemus ja Suomalainen Päihdekulttuuri*. Tutkielma uskontotieteen kurssille uudet uskonnolliset liikkeet.

Nettilähteet tarkistettu 19.3.12

www1: [http://www.erowid.org/chemicals/lsd/lsd\\_myth1.shtml](http://www.erowid.org/chemicals/lsd/lsd_myth1.shtml)

www2: <http://ylioppilaslehti.fi/2001/04/hapon-paluu/>

www3: <http://www.treesforlife.org.uk/forest/mythfolk/flyagaric.html>

www4: <http://johnallegro.org/john-m-allegro-jesus-as-the-mushroom/2011/05/>

www5: <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/112-huumeiden-kaytto-suomessa>

www6: [http://en.wikipedia.org/wiki/Altered\\_state\\_of\\_consciousness](http://en.wikipedia.org/wiki/Altered_state_of_consciousness)

www7: [http://en.wikipedia.org/wiki/Salvia\\_divinorum#Chemistry](http://en.wikipedia.org/wiki/Salvia_divinorum#Chemistry)

www8: <http://psyvault.net/viewtopic.php?f=27&t=3619>

**Internet-sivustoja:**

Englanninkieliset wikipedia-artikkelit psykedeelista ovat mielestäni melko hyvät ja kattavat.

Kattava psykoaktiivisiin aineisiin keskittynyt sivusto, jonka tiedot perustuvat kirjallisuuslähteisiin, tutkijoiden lausuntoihin ja käyttäjien kokemuksiin.

<http://www.erowid.org/>

Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies, järjestö joka kehittää mm. psykedeeli-aiheista tutkimusta ja koulutusta. Sivuilta löytyy paljon ilmaista kirjallisuutta.

<http://www.maps.org/>

Suomalaisia internet-foorumeita, joilla keskustellaan psykoaktiivisista aineista ja niiden käytöstä. Sisältävät muun muassa paljon ”trippikertomuksia”.

<http://psyvault.net/>

[www.taikasieni.net](http://www.taikasieni.net)

[www.hamppu.net](http://www.hamppu.net)