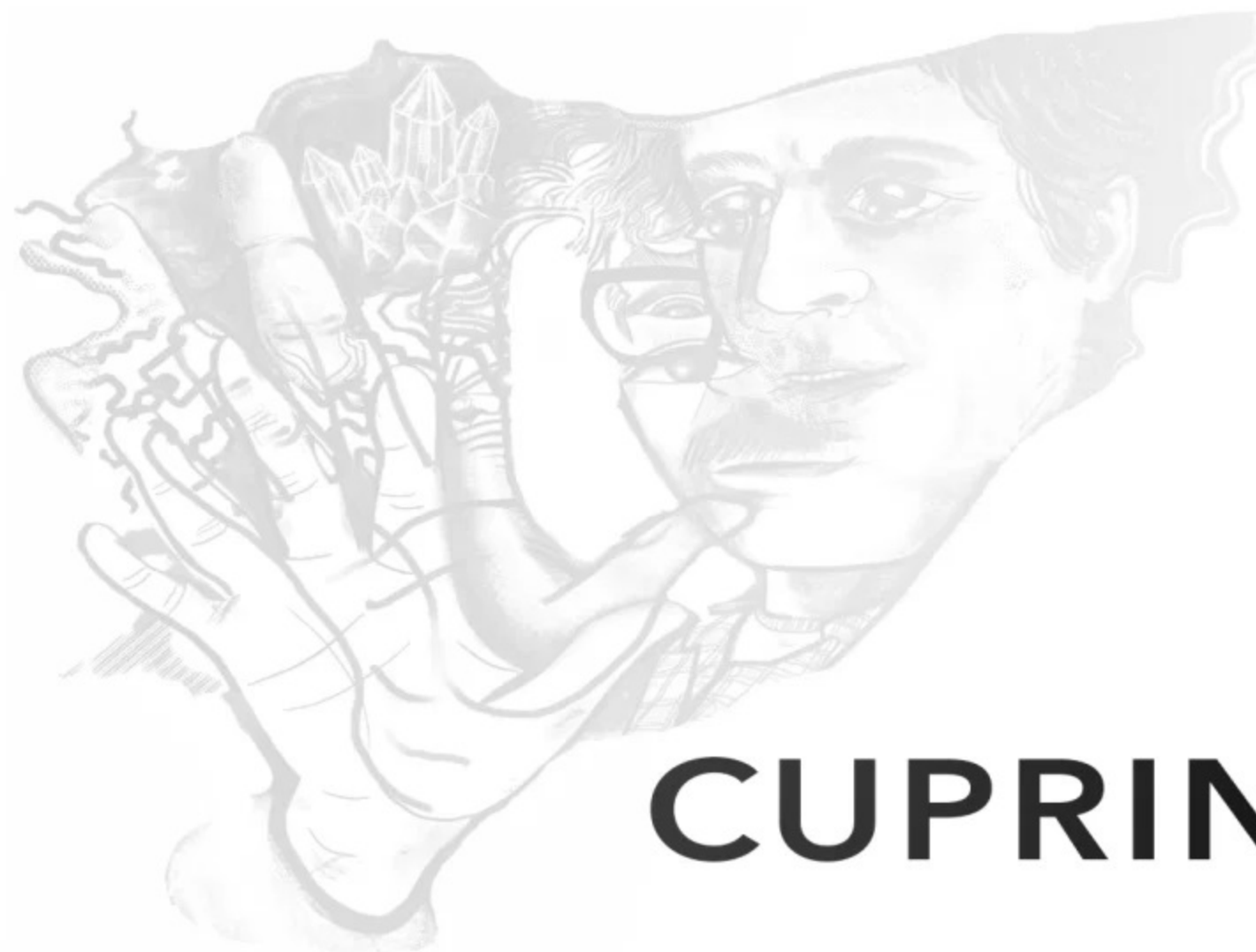




# CUPRINS

|                                                      |    |
|------------------------------------------------------|----|
| Prefață – Cercetarea înseamnă să mă caut pe mine ... | 15 |
| Explorarea stărilor modificate de conștiință .....   | 21 |



|                          |    |
|--------------------------|----|
| Prolog – Începutul ..... | 29 |
|--------------------------|----|

## Partea Întâi ***NATURĂ ȘI HRANĂ***

|                                                       |    |
|-------------------------------------------------------|----|
| Introducere la Natură și Hrană .....                  | 45 |
| <i>Copilăria timpurie</i>                             |    |
| 1. Copilul zburător .....                             | 50 |
| 2. Roata rugăciunii .....                             | 57 |
| 3. Chelfăneala .....                                  | 71 |
| 4. Ședința de analizare a bebelușului tensionat ..... | 79 |
| 5. Cititul în toaletă .....                           | 89 |
| 6. A învăța să meditezi .....                         | 97 |

## Partea a Doua

### ***AFLAREA PROPRIULUI DRUM***

|                                                             |     |
|-------------------------------------------------------------|-----|
| Aflarea propriului drum .....                               | 102 |
| <i>Începutul vieții de adult</i>                            |     |
| <b>7.</b> Terry și Beres .....                              | 109 |
| <b>8.</b> Pisicuțe .....                                    | 123 |
| <b>9.</b> Boxe .....                                        | 131 |
| <b>10.</b> Covorul sburător .....                           | 151 |
| <b>11.</b> Rom și coca-cola .....                           | 165 |
| <b>12.</b> Pui LSD .....                                    | 177 |
| <b>13.</b> Canalul din zăpadă .....                         | 199 |
| <b>14.</b> Friptură cu acid .....                           | 219 |
| <b>15.</b> Panica homosexuală de la meciul de baschet ..... | 227 |
| <b>16.</b> Valea morții .....                               | 241 |
| <b>17.</b> Gândacul .....                                   | 251 |
| <b>18.</b> Capete de păsări .....                           | 257 |
| <b>19.</b> Teufel .....                                     | 265 |
| <b>20.</b> Căsuța Poștală din Redwoods .....                | 277 |
| <b>21.</b> Dansatoarea de Striptease .....                  | 291 |

|            |                                     |     |
|------------|-------------------------------------|-----|
| <b>22.</b> | Reactorul nuclear .....             | 307 |
| <b>23.</b> | Manifestul .....                    | 319 |
| <b>24.</b> | Ubehebe .....                       | 341 |
| <b>25.</b> | Clarissa .....                      | 355 |
| <b>26.</b> | Nebunie permanentă .....            | 373 |
| <b>27.</b> | Căderea nervoasă din New York ..... | 391 |
| <b>28.</b> | În drum spre templu .....           | 417 |
|            | <i>Sfârșitul copilăriei</i>         |     |



|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| <b>Bibliografie</b> .....                 | 425 |
| <b>Cărți cu conținut asemănător</b> ..... | 431 |

# PREFAȚĂ

## CERCETAREA ÎNSEAMNĂ SĂ MĂ CAUT PE MINE

Mi-am înregistrat experiențele cu stările modificate de conștiință de la sfârșitul adolescenței și, de asemenea, mi le-am amintit și reconstruit pe cele survenite mai devreme. Dacă majoritatea au rezultat ca urmare a consumării de substanțe psihoactive – precum psidehelice, canabis și alcool –, alte stări s-au datorat meditației și psihedelice. Situații aflate dincolo de posibilitatea mea de control au condus la experiențe de ordin diferit: abuz în copilărie și o serioasă tulburare de dispoziție cu puțin după ce am împlinit vârsta de 20 de ani.

Ca și în cazul altor oameni de știință, „a cerceta înseamnă a mă căuta pe mine”. Ceea ce vreau să spun este că am descoperit faptul că aceste stări sunt atât de constrângătoare – fie în sens pozitiv, fie în sens negativ – încât mi-au dirijat, în mod inexorabil, cariera către cercetarea drogurilor psihedelice. La fel, am încercat să integrez stările mele modificate de conștiință în viziunea mea de viață, în comportament și în creșterea spirituală. Aceasta a condus la studierea și practicarea de către mine, ca formă de meditație, a budismului Zen pentru mai bine de douăzeci de ani.

Scrierea de față, deci, este un memoriu despre stările modificate de conștiință, de la „înainte de a mă naște” până la a mă închide între pereții unei mănăstiri Zen, douăzeci și doi de ani mai târziu. Este portretul unui tânăr căutător născut într-un anumit timp și loc, cu anumite calități și anumite defecte. Există poticniri și revelații, fundături și panorame vaste, momente vesele și groază abjectă, optimism mesianic și disperare zdrobitoare de suflet. În cele din urmă totuși nu există o mântuire finală, nici un sfârșit ordonat. Este pur și simplu o relatare a eforturilor mele de a deveni liber și, adaptându-mă lor, de a face din lume un loc mai bun. În acest context, stările modificate de conștiință au jucat un rol crucial în proiectul vieții mele.

În prezentarea acestor relatări, mă bazez pe abilitățile pe care le-am dezvoltat și perfecționat de-a lungul vieții, implicându-mă în căi de explorare interioară tradiționale și de încredere. O astfel de disciplină este psihoterapia psihanalitică, pe care am început-o de copil, în efortul de a vindeca dificultățile mele de vorbire. La facultatea de medicină, am avut primul meu tratament pe termen lung cu acest tip de terapie psihologică. Iar pe la 30 de ani m-am angajat într-o psihanaliză clasică de patru ani, cu ședințe care au avut loc și de cinci ori pe săptămână, cu mine întins pe canapea. În plus, în timpul pregătirii mele psihiatrice și a carierei academice, am studiat și predat psihologia psihanalitică și psihoterapia. Și, în timp ce tratam pacienți psihiatrici în medii academice, comunitare și private, am folosit principiile și metodele psihanalitice cât mai mult posibil.

Nu trecusem cu mult de 20 de ani, când am început să practic și să studiez budismul Zen sub supravegherea unui ordin monahal occidental de veche tradiție. Am urmat pașii de hirotonire a laicilor, am fondat și am ajutat la conducerea unui grup de meditație afiliat și am menținut relații strânse cu membrii clerici și laici ai comunității timp de peste douăzeci de ani.

Mai târziu, m-am întors la rădăcinile mele evreiești și m-am cufundat în limbajul, spiritualitatea și filosofia Bibliei ebraice; adică în iudaismul fundamental. După optsprezece ani de studiu, acest proiect a dus la DMT și **Sufletul Profetiei**,<sup>1</sup> o comparație a stării profetice biblice de conștiință cu cea pe care o produce psihedelicul DMT în mod natural.

În cele din urmă, mă bazez pe sutele de ședințe de droguri psihedelice pe care le-am supravegheat în anii mei de cercetare în care m-am ocupat de DMT și psilocibină, de la începutul lui 1990, la Școala de Medicină a Universității din New Mexico.

Descriu în profunzime aceste studii esențiale – care au inițiat reînnoirea cercetării clinice americane cu substanțe psihedelice – în cartea mea *DMT: The Spirit Molecule*.<sup>2</sup> Astfel, aduc în discuție o varietate de modele explicative, cu ajutorul cărora îmi interpretez și propriile stări modificate de conștiință. Voi discuta de spre aceste modele atunci când acestea se vor dovedi de folos pentru clarificarea principiilor generale care se extind dincolo de ceea ce mi s-a întâmplat mie într-o anumită zi.

---

1. Strassman, *DMT and the Soul of Prophecy*

2. Strassman, *DMT: The Spirit Molecule*

Acestea includ concepte precum mentalitate, cadru, intenție și doză; natura inconștientului; rețele cerebrale și psihofarmacologie; în sfârșit, considerații metafizice asupra relației dintre lumile spiritului și materiei.

Aceste observații exegetice apar după fiecare narațiune – cu excepția capitolului final – în secțiunea „Reflecții”. Intenția mea legată de includerea acestui material este să descriu atât modul în care anumite experiențe s-au întâmplat, cât și semnificația lor.

Reprezentând un memoriu, aceste evenimente – și încercările mele de a le înțelege și de a le integra – au o calitate literară. Prin urmare, această lucrare se alătură celor ale altora care au descris efectele unei varietăți de substanțe ce modifică mintea. Printre acestea se numără Charles Bukowski și alcoolul<sup>3</sup>, Albert Hofmann și LSD<sup>4</sup>, John Lilly și ketamina<sup>5</sup>, William James și protoxidul de azot<sup>6</sup>, Sigmund Freud și cocaina,<sup>7</sup> William Burroughs și heroina<sup>8</sup>, Thomas De Quincey și opiul<sup>9</sup>, și Jacques-Joseph Moreau și hașișul<sup>10</sup>. De asemenea, se aventurează în literatura autobiografică despre stările modificate de conștiință care însoțesc bolile mintale, cum ar fi *Cartea roșie* a lui Jung și *O minte neliniștită*, a lui Jamison.

---

3. Bukowski, *On Drinking*

4. Hoffman, *LSD: My Problem Child*

5. Lilly, *Center of the Cyclone*

6. James, *The Varieties of Religious Experience*

8. Burroughs, *Junky*

9. De Quincey, *Confessions of an English Opium-Eater and Other Writings*

10. Moreau and Peters, *Hashish and Mental Illness*

Remarcabilele ilustrații ale lui Merrilee Challiss surprind cele mai semnificative trăsături emoționale și legate de conștiință ale fiecărui capitol. Prin urmare, sunt esențiale pentru acest memoriu, exprimând vizual mai mult decât pot, în felul lor, cuvintele. Fiecare imagine simbolizează starea de spirit a unui episod, cum ar fi frica, bucuria, durerea, extazul, confuzia, ilaritatea, disperarea sau stăpânirea de sine. În plus, ele evocă proprietățile caracteristice ale stării modificate de conștiință la care se face referire. De exemplu, în ceea ce privește psihedelicele, noutatea și semnificația; cu alcoolul, comportament dezinhibat; iar cu meditația, focusare și concentrare sporite.

La citirea oricărui memoriu, apar întrebări despre caracterul autorului. Cine sunt eu ca protagonist? Ce m-a influențat să mă aventurez atât de departe, atât de des? Ce căutam și de ce? Ce am găsit? Care sunt temele ce străbat aceste incursiuni? Ce le unește, dacă le unește ceva? Am reușit și cum, Sau nu am reușit și de ce?

Acestea sunt relatări profund personale și recunosc că am o oarecare anxietate în a le împărtăși. Unele nu mă înfățișează într-o lumină deosebit de măgulitoare, iar eu nu fac nicio încercare de a schimba ceva, justificându-mă sau negând. Sper că le veți atribui lipsei mele de experiență, naivității sau intenției greșite, decât motivațiilor maligne sau psihopatologiei irezolvabile. În plus, mai multe capitole descriu răspunsurile mele la evenimente externe asupra cărora am avut totuși puțin control, deci pe care nu le-am întâmpinat consumând substanțe menite a influența mintea. În aceste

circumstanțe, tot ce am putut face a fost să reacționez cu resursele pe care le aveam.

Aproape toate experiențele din această carte au avut loc împreună cu alții. Pentru a le păstra anonimatul, schimb numele, sexul, ocupația și alte elemente de identificare personale, precum și datele sau locurile.

# ***EXPLORAREA STĂRILOR MODIFICATE DE CONȘTIINȚĂ***

În urmă cu cincizeci de ani, psihologul Charles Tart a propus definiții ale unei „stări modificate de conștiință” care au suferit puține schimbări în jumătatea de secol de după. O stare modificată de conștiință este „o modificare calitativă a modelului general de funcționare mentală, astfel încât experimentatorul simte că a sa conștiință este radical diferită de modul în care funcționează în mod obișnuit”<sup>1</sup> și „un model sau configurație unică, dinamică de structuri psihologice”<sup>2</sup> diferind de starea de bază a conștiinței treze normale de zi cu zi. Exemplele sunt meditația, alcoolul și efectele drogurilor, hiperventilația prelungită, hipnoza, psihoza, somnul adânc, anestezia, visele și delirul.

Dorința noastră de a experimenta stări modificate de conștiință poate fi la fel de fundamentală ca și cea pentru sex, mâncare și companie.<sup>3</sup> Copiii mici care se învârt până amețesc arată cât de devreme apare acest impuls de a modifica experiența subiectivă. Stările modificate, precum visul și psihozele care apar involuntar, sugerează

---

1. Tart, „States of Consciousness and State-specific Sciences”.

2. Tart, *Altered States of Consciousness*

3. Weil, *The Natural Mind*