

1

Prolog: andas in ...

VÅR TID BEHÖVER en romantisk vision, en som håller för det tjugoförsta århundradet och framåt. En vision som kan bära oss medan vi tar oss an de många utmaningar som tornar upp sig över horisonten. Den visionen är vad vi vill åstadkomma med den här idéboken. Vårt mer preciserade syfte är att teckna en tredje väg för den psykedeliska rörelsen, med avsikt att befrämja människors hälsa i en svårt krisdrabbad tid. Den tredje vägen går bortom de två första vägar som kännetecknat vår kulturs förhållningssätt till psykedelika – det motkulturella, partyrelaterade bruket av psykedeliska substanser å ena sidan och den biomedicinska psykiatrins väg å den andra. Vår tredje väg kokar konkret ner i ett förslag om att staten företar sig att planera, organisera och implementera något som vi kallar »psykedeliska folkhögskolor«. Det handlar om en vuxen utbildningssatsning, i ordets bredaste bemärkelse, vilken erbjuder hälsobringande praktiker och idéhistorisk, karaktärsutvecklande bildning. Denna bildning verkar i bästa fall i natursköna och arkitektoniskt vackra miljöer, därtill med kommunitära, ceremoniella och hållbarhetsrelaterade principer som ledstjärnor för verksamheten.

Det vetenskapliga upplysningsprojektet och samhällets välfärdssystem har, via deras sekulariserande effekter, bidragit till att avförtrolla världen och har gjort det svårare för oss människor att hantera den serie kriser som för närvarande hemsöker oss. Det sätt som vårt samhälle är organiserat på

innebär att välfärdssystemet är ansvarigt för att befrämja folkets hälsa och motverka ohälsa. Trots att systemet vaskat fram materiell och social trygghet för oss samtidsmänniskor har det inte kunnat fylla det tomrum som en uppluckrad religion har efterlämnat. Som exempel ser vi höga nivåer av psykisk ohälsa relaterade till en förlorad känsla av samhörighet, med andra, med naturen och med det transcendenta. Forskning pekar på att psykedeliska praktiker kan fungera som en korrigerande åtgärd för dessa negativa konsekvenser, men vi menar att den psykedeliska rörelsen behöver slå in på en tredje väg för att kunna göra det. Därför argumenterar vi för att välfärdssystemet, exempelvis med hjälp av psykedeliska folkhögskolor, bör organisera psykedelisk utbildning och fortbildning.

Innan vi kommer till det som vi kallar den tredje vägen behöver vi presentera det större sammanhang som vår vision är grundad i. Kontexten är brokig och handlar till stor del om djupt rotade historiska och kulturella processer som ofta förblir lika dolda för oss människor som vattnet för en guld fisk. Vi simmar i vår kultur, således ser vi den inte. När vi inte ser den blir den både tagen för givet och svårare att förändra. I den här boken ger vi oss därför i kast med de delar av filosofi, vetenskap och idé- och religionshistoria som är relevanta för att förmedla hur vi kommit fram till vårt skenbart kontroversiella förslag om en tredje väg för den psykedeliska rörelsen. Några av de centrala fenomen och begrepp som vi tar oss an i boken är *metakris*; *hälsa* (särskilt *existentiell* sådan); *psykedelisk renässans* och *psykedeliska preparat, erfarenheter och praktiker*; och *anknytning och anknytningsteori*.

Med *metakris* avser vi totaliteten av de många sammanflätade, samspelande kriser som för närvarande omger både mänskligheten och den flora och fauna som krävs för vår fortsatta existens. I denna bok avgränsar vi dock vårt huvudsakliga

fokus till de ingående kriser som vi tror att den tredje vägen kan bidra till att avhjälpa. Det handlar särskilt om krisen kring människors psykiska hälsa, men också om den sociologiska pessimismens renässans och den alltmer tilltagande ekologiska krisen. Vi skriver även om den liberala demokratins kris och den kulturella och politiska polariseringskrisen då den svenska folkhögskoletraditionen (en central del av vår tredje väg) ursprungligen etablerades för att samla folket i bildningens och den liberala demokratins tjänst.

I ljuset av metakrisen är det föga förvånande att människor får kämpa alltmer för att uppnå och bibehålla hälsa. Särskilt när man betänker WHO:s mycket anspråksfulla definition av hälsa, som vi också använder oss av här: »Ett tillstånd av fullständigt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande, inte endast frånvaro av sjukdom eller funktionsnedsättning.« Även om vi kommer att uppehålla oss en del vid fysisk och psykisk hälsa i denna bok, har vi valt att ägna vårt huvudsakliga intresse åt en annan dimension, den som under svenska (sekulära) förhållanden numera går under beteckningen *existentiell* hälsa, men som i den anglosaxiska litteraturen är känt som andlig hälsa (eng. *spiritual health*). Detta gör vi delvis för att vi önskar frigöra oss från de problem som begreppet psykisk hälsa/ohälsa har, vilka vi beskriver närmare i senare kapitel. Delvis gör vi det också – och detta är ännu viktigare – på grund av att vi är övertygade om att de existentiella frågorna behöver tillmätas vikt bortom de psykiatriska. Inte minst i ljuset av de existentiella hot som metakrisen innebär för alla människor. Helt oaktat psykisk hälsa och ohälsa fokuserar vi på existentiell hälsa i termer av hur vi människor kan ta oss igenom sorg, rädsla och andra svåra upplevelser, utan att vare sig bedöva oss eller fly, samt hur det då blir möjligt att komma stärkt ut på den andra sidan av förtvivlan. Vi skriver också om hur livet kan erfaras som

djupt meningsfullt; hur det går att nå en fördjupad kontakt med sig själv, andra, naturen och det transcendent; hur man kan odla dygder, psykologisk trygghet, flexibilitet och psykiskt välbefinnande; hur man kan blomstra som person; hur man kan utveckla motståndskraft (resiliens), och hur detta är möjligt trots (eller kanske med hjälp av) de många kriser som omger oss. Ingen av dessa *positiva* facetter av hälsa rymms idag i den psykiatriska förståelsen av psykisk hälsa. Trots det är samtliga mycket betydelsefulla för att ta oss människor från kris till utveckling.

Må vara att existentiell hälsa är närmast omöjligt att ringa in med en preciserad vetenskaplig definition. Detta konstaterades nyligen också av svenska Folkhälsomyndigheten efter deras utredning av begreppet. Till skillnad från nämnda myndighet ser vi som skriver inte svårigheterna att avgränsa som ett begreppsproblem, utan snarare som en del av begreppets fördel. För med vissa saker är det precis som Bob Dylan konstaterade i en klassisk intervju: »Definition destroys. And besides, there's nothing definitive in this world« (1976, *TV Guide*). Lyckligtvis begränsar vi inte vårt skrivande helt till vetenskaplig prosa i den här boken, vilket gör det lätt för oss att inta en mer bekymmerslös attityd. Detta är ju självklart svårare för den myndighet som i det offentliga tjänst ska verka för »evidensbaserad« praktik på området hälsa. Vi uppmanar de läsare som repelleras av formuleringen existentiell hälsa (till exempel på grund av dess lösa konturer) att helt enkelt bortse från begreppet. Fokusera i stället antingen på hälsa i stort, eller på de mer preciserade aspekterna av existentiell hälsa som vi precis gav (den uppräknings som började med »Helt oaktat psykisk hälsa och ohälsa fokuserar vi på existentiell hälsa i termer av...«). Alternativt kan man välja att tänka på psykiskt välbefinnande som det övergripande begreppet då det nämligen fångar mycket av det mest

väsentliga och även tycks vara lättare för Folkhälsomyndigheten att hantera. Med andra ord är vi inte villiga att offra vår *farmor på congas*¹ för att försvara begreppet existentiell hälsa. Vi tyckte bara att det vore praktiskt att samla de där andra aspekterna med ett luftigare, mer existentiellt orienterat begrepp. Vips kom »existentiell hälsa« flygande mot oss, och vi tog emot det.

Psykedelisk vetenskap introduceras utförligt i kapitel 5. Med den *psykedeliska renässansen*, för att använda Michael Pollans uttryck, syftar vi på det vetenskapliga och kulturella återuppvaknandet av intresset för psykedeliska substanser som tagit fart och accelererat under det senaste kvartsseket, efter decennier av nästan total forskningsstagnation till följd av 1970-talets narkotikaklassificering. Denna renässans kännetecknas av ett snabbt växande antal kliniska studier som undersöker substansernas terapeutiska potential vid olika kliniska tillstånd, parallellt med ett bredare samhälleligt och filosofiskt intresse för medvetandets natur och psykedelikans roll i mänsklig transformation.

Beträffande *psykedeliska preparat* avser vi i första hand så kallade »klassiska« psykedeliska substanser, särskilt psilocybin (också känt som »magisk svamp«), meskalin (som återfinns i kaktusar som peyote och san pedro), DMT (den viktigaste aktiva ingrediensen i ayahuasca) och LSD. Med undantag för LSD, en semisyntetiskt framställd molekyl, är dessa substanser naturligt förekommande i flora och fauna, därtill över stora delar av jordklotet. Därför är det inte förvånande att en del ursprungsbefolkningar har brukat substanserna och att bruket i vissa fall kan spåras hundra- till tusentals år bakåt i tiden. Återigen med undantag för LSD-molekylen, som togs fram av den schweiziske kemisten Albert Hofmann under 1900-talets första hälft. LSD:s »ursprungsbefolkning« är snarare västvärldens beatniks och hippies. Skälet till att just dessa preparat bedöms som klassiska är inte bara att de brukats under en längre period,

utan att samtliga lilar särskilt med hjärnans serotonin 2a-receptorer, en sorts mottagare i hjärnans signalsystem som påverkar våra tankar, känslor och sinnesintryck. I måttliga till höga doser ger de psykedeliska substanserna upphov till kraftigt förändrade medvetandetillstånd, upplevelser som ibland beskrivs som att »medvetandet manifesteras« – därav begreppet psykedelisk (*psyché* = själ/liv och *déloun* = manifesteras/uppenbara). Vi kommer generellt att ägna mindre uppmärksamhet åt preparat som ibland ingår i psykedelikabegreppet men då som icke-klassiska varianter (till exempel ketamin och cannabinoider). Detta på grund av att de inte har riktigt samma förmåga att kraftigt transformera medvetande och perception. Men vi kommer att göra ett undantag för MDMA på grund av dess kliniska nytta i behandlingen av traumaproblem och dess starka potential att fördjupa människors kärlek för sig själva, andra, naturen och det transcendentia.

Med *psykedeliska erfarenheter* syftar vi på förändrade, sinnesutvidgade medvetandetillstånd, oavsett på vilket sätt man tillskansar sig dessa. Vi gör en skarp gränsdragning mellan preparat (jämför materia) och erfarenhet (jämför medvetande), en distinktion som motiveras och fördjupas i kapitel 3. Redan här vill vi dock notera att gränsdragningen är helt nödvändig för våra ändamål, av två sinsemellan lika viktiga skäl. För det första finns det, mer som regel än undantag, olika vägar till en och samma destination. Den geografiska metaforen är direkt tillämplig också på erfarenheter, principen är känd som *ekvifinalitet*. Poängen här är att en psykedelisk erfarenhet kan vara exogent inducerad (utifrån kommande), till exempel via ett psykedeliskt preparat. Men erfarenheten kan också bli endogent inducerad (inifrån kommande), under exempelvis drömsömn, djup meditation, eller vid psykos. Att särskilja exogena från endogena vägar kan på många sätt vara viktigt, inte

minst rent analytiskt, men trots det är destinationen viktigare än vägarna dit, som William James skrev. När allt kommer omkring konvergerar de olika vägarna till slut, till exempel genom att de lirar med hjärnans receptorer på rätt sätt för att ge upphov till en psykedelisk erfarenhet. Här är det också intressant att notera att vissa psykedeliska substanser (som DMT) finns naturligt i våra egna kroppar, om än i låg koncentration. Det gör att distinktionen mellan det exogena och endogena blir ännu lite suddigare.

För det andra är gränsdragningen mellan erfarenhet och preparat betydelsefull eftersom psykedeliska preparat har förblivit olagliga och narkotikaklassade i stora delar av världen, inklusive vårt eget land. Vi som skriver tar inte ställning mot den legala regleringen. Tvärtom kommer vi att argumentera för att reglering av dessa potenta och riskfyllda substanser kan vara motiverad, särskilt i en kultur som likt vår egen inte utvecklat en visdomstradition för hur substanserna bör användas (se kapitel 7). Just på grund av den legala regleringen av psykedeliska *preparat* kan vår argumentation i denna bok understödjas av andra tekniker för att åstadkomma psykedeliska *erfarenheter*, såsom djup meditation, kropps- och andningsövningar och ceremoniella ritualer.

Eftersom vår tredje väg skisserar en icke-klinisk öppning för psykedeliska *praktiker* kommer vi att särskilja psykedelisk behandling från psykedeliska ceremonier i vår text. Psykedelisk »behandling« nyttjar vi för att beteckna användning av psykedelika i en strikt klinisk kontext, alltså inom ramen för biomedicinska eller psykoterapeutiska interventioner med människor som lider av olika diagnostiserade störningar, såsom depression eller ångest. Psykedeliska »ceremonier« nyttjar vi för att beteckna användandet av psykedelika i icke-kliniska, rituella sammanhang, såsom psykedeliska retreats. Dessa

ceremonier är vanligtvis komunitära snarare än individuella i sin utformning och används vanligen för andra ändamål än att behandla psykisk ohälsa. Det kan till exempel handla om att befrämja hälsa i mer positiv mening eller att hjälpa människor att återknyta kontakten med sig själva, andra, naturen, eller det transcendenta. Och det är just psykedeliska ceremonier som vår vision om den tredje vägen i första hand kretsar kring.

Redan här vill vi också poängtera att psykedeliska preparat, erfarenheter och praktiker är betydelsefulla verktyg för att åstadkomma mänsklig och kulturell transformation. Därför bör de, enligt vår mening, inte reserveras endast för behandling av så kallade »behandlingsresistenta« patienter med psykiatriska störningar. Preparaten har som sagt en påtaglig riskprofil, särskilt för sköra individer som lider av svårbehandlade psykiatriska problem. Således bör substanserna endast erbjudas med stor försiktighet och samvetsgrannhet till sådana individer. I alla händelser är det alltid nödvändigt med optimering av *set* (personens sinnestillstånd), *setting* (den fysiska och sociala miljön) och *matrix* (den miljö som individen kommer ifrån, samt återgår till efter den psykedeliska erfarenheten). Av dessa skäl avgränsar vi också vårt syfte med denna bok från det partyrelaterade bruket av psykedeliska preparat. Avslutningsvis noterar vi i detta sammanhang att det finns någonting mycket ironiskt i samtidens förhållningssätt till psykedeliska preparat – å ena sidan ses de som värdefulla, relativt riskfria i behandling av sköra personers ohälsa, å andra sidan är de olagliga och ses som mycket farliga när de används av friska personer. Den väg vi skisserar utgör ett försök att också komma till rätta med denna synbart ohållbara position.

Anknytning och anknytningsteori definieras mer utförligt i kapitel 6 (se också kapitel 3). Det räcker här och nu med att veta att anknytning är ett evolutionärt, djupt rotat och art-

överskridande fenomen som på ett eller annat sätt finns hos de allra flesta djurarter. Särskilt tydligt är det bland människor och andra primater. Det handlar i grunden om att vi är evolutionärt »programmerade« att utveckla starka känslomässiga relationer med de personer som omvårdar oss när vi är barn, och senare i utvecklingen även med långvariga kärlekspartners och nära vänner. Anknytning är en viktig grund för den kärleksprincip som vi menar genomsyrar stora delar av naturen. Vi är biologiskt motiverade att söka närhet till andra, och vi erfar kärlek för de »objekt« som vi gängar ihop oss med. Så genomgripande är anknytningsfenomenet inom vår egen art att vi till och med kan rikta anknytningsrelaterade tankar, önsningar och beteenden mot objekt som vi inte haft någon fysisk samspelshistorik med, ja rentav mot osynliga objekt som gudar och andar, vilkas ontologiska existens ju är en öppen fråga. Vi skriver om anknytningstemat dels på grund av att anknytningsrelationer är en förutsättning för existentiell hälsa, dels för att anknytningsteori kan vägleda forskning på och tillämpningar av psykedeliska praktiker. Vi redogör också för vår begynnande forskning om anknytning och psykedeliska erfarenheter. Även om forskningen är i sin linda framstår resultaten som lovande. Väldeignade psykedeliska praktiker tycks kunna befrämja ökad anknytningstrygghet.

Vi ser världen som genom ett kalejdoskop

Världen är på ett sätt men ter sig på många. Verkligheten är en men infallsvinklarna närmast oändliga. För att illustrera de problem vi människor har med att gestalta verkligheten i sig räcker det med att erinra sig fabeln om de blinda männen som utifrån sina taktila (känsl-) sensationer ska beskriva en elefant.

En drar i snabeln och beskriver en orm, någon greppar runt ett ben och skildrar en trädstam, en tredje får tag i svansen och återger ett gammalt rep. Männens beskrivningar av elefanten är gravt ofullständiga och missvisande på grund av att de begränsas av sin tillgång till blott taktil information om specifika delar av elefantens yttre. Och det är just detta som är poängen med fabeln: Vi har alltid tillkortakommanden som begränsar vår perception av verkligheten. Därtill har vi rent analytiska tillkortakommanden som också begränsar vår förståelse av verkligheten. De kategorier vi för jämnar arbetar med är nästan alltid hopplöst grovhuggna och piskar oss rentav till att tänka på verkligheten i dikotoma termer, trots att verkligheten allt som oftast bjuder på tappert motstånd. Svart-vitt, ja-nej, sant-falskt, fakta-fiktion, arv-miljö, natur-kultur, kropp-medvetande, determinism-frihet, politisk höger-politisk vänster, trygg anknytning-otrygg anknytning, vetenskap-pseudovetenskap, religiös-sekulär, och så vidare. Därtill förvärras situationen av att information som inte förpackas så blir svår att ta till sig.

Men det är som det är med dessa saker, och så lär de också förbli alldeles oavsett vad vi tycker och känner. Vi som skriver den här boken har inget *singulärt* perspektiv i sikte som kan undanröja problemen, även om det sagts av Aldous Huxley att psykedeliska preparat kan öppna perceptionens portar till verkligheten. Ja eller nej? Ja *och* nej.

Vad vi däremot vill erbjuda är en bild av hur vi som skriver boken tar oss an verkligheten, utifrån de många perspektiv, discipliner, begrepp och erfarenheter som tumlar runt i våra förryckta medvetanden. Vi ser världen som genom ett kalejdoskop. Verkligheten är som sagt en, men våra infallsvinklar många. Denna till synes *meta-modernistiska* (Vermeulen & van den Akker, 2010) blick på verkligheten är helt central för den här boken. Här går vi alltså inte cyklopernas enögda ärenden,

utan i stället trollsländornas mångfacetterade. Vi lurar inte in någon i en mörk grotta, vi skär genom fullt dagsljus. Vi ser inte en orsak och en verkan, vi ser flera, i båda riktningarna. Vi må ha svårt för det statiska, men vi ser hur verkligheten rör på sig.

Trots historiskt oöverträffade nivåer av materiell trygghet och fysisk hälsa skälver alltså världen. Vi befinner oss rentav i en flodvåg av kriser som får vår civilisation att darra, än en gång. Destabiliseringen är ofrånkomlig och hoten närmast allestädes närvarande. Men hur hamnade vi här? Borde inte modernismens upplysningsprojekt med dess sekulär-rationella samhällsreformer ha vaccinerat oss mot den dystra framtidshorisont vi nu skådar? Och hur kan vi människor ta oss an de många utmaningar som omger oss, utan att hemfalla åt vare sig cynisk nihilism eller skygglappsbarande önsketänkande? Med vår genreöverskridande bok vill vi tillhandahålla ett kalejdoskop med vars hjälp dessa viktiga frågor kan besvaras, samtidigt som hoppingivande framtida möjligheter avtecknas.

Psykedelisk vetenskap ges naturligtvis en framträdande plats i texten, som kalejdoskopets grundspegel. Några andra discipliner och perspektiv som bildar sekundära speglar i kalejdoskopet utgörs av evolutionsvetenskap, särskilt idén om geners och kulturers samevolution som belyser det fundamentala för vår art i att utvecklas och leva i mänskliga gemenskaper och kulturer. Andra viktiga delar kommer från historievetenskaperna, med särskilt fokus på religions-, sekularitets- och vetenskapshistoria. För filosofins vidräkning fokuserar vi särskilt på kropp–sjel-problemet² och pragmatismen. Därtill ingår delar av sociologi, psykiatri och psykologi – särskilt fenomenologi, utöver den redan nämnda anknytningsteorin. Och så blir det en del statsvetenskap som gräddes på moset, med särskilt fokus på välfärdsstudier och välfärdssystemets sekulariserande effekter.

Vi som skriver

Pehr (f. 1973) är innehavare av den anrika Enerothska professuren i psykologi vid Stockholms universitet. Pehrs intresse för psykedelisk kultur, särskilt musik, går tillbaka till hans tonårsperiod, då han också bekantade sig med Aldous Huxleys böcker. Kort därefter, som teologi-, psykologi- och filosofistudent, läste han både William James *Varieties of religious experience* och Walter Pahnkes klassiska »Good Friday experiment«. Båda beskrev psykedeliska preparats potential att katalysera mystika erfarenheter. Även om Pehr blev fascinerad av psykedelisk vetenskap och tidigt kom att forska om mystika upplevelser dröjde det ett par decennier innan han aktivt började bedriva psykedelisk forskning, och då ur ett anknytningsperspektiv. Vi beskriver idéerna och de första forskningsprojekten, inklusive de initiala resultaten från denna forskning i kapitel 6 – för första gången för en svensk läsekrets.

Anja (f. 1994) är doktorand i medicinsk vetenskap vid Karolinska institutet där hon forskar och undervisar inom ämnet mänsklig perception. Hon är också en drivande kraft inom Nätverket för Psykedelisk Vetenskap (NPV) där hon utöver sin position som styrelseledamot även producerar en podcast som fördjupar sig i psykedelika ur ett vetenskapligt perspektiv. Anja började utveckla ett intresse för psykedeliska substanser under sina år som student i Kalifornien. Där introducerades hon till litteratur som belyste ämnet, från Huxley till Castaneda, samtidigt som hon kom i kontakt med delar av den samtida motkulturen. I dessa miljöer mötte hon människor som på olika sätt var hämmade av destruktiva mönster, men som tycktes uppleva förbättringar i samband med ceremoniellt användande av psykedeliska substanser. Detta sammanföll med en insikt om möjligheten att bedriva forskning inom psykologi, att ett intresse för ämnet inte endast behövde leda till en klinisk yrkesväg.

Hon blev också varse att det pågick vetenskapliga studier kring de potentiella effekterna av psykedeliska substanser. Efter fem år återvände hon till Sverige och kom i kontakt med NPV, en mötesplats där forskare och intresserade kunde samlas kring den växande forskningen.

Vi som skriver har känt varandra i flera år. Vi är numera personliga vänner och del av en större vänskapskrets som intresserar sig för de frågor vi behandlar i denna bok. Pehr har som förstaförfattare haft övergripande ansvar för bokens disposition och har sågat till de flesta grova kapitelutkast. Anja har varit en aktiv medförfattare, som skrivit utkast till vissa kapitel och därtill genomfört research och mejslat fram revisioner och editering. Pehr har gått lös med motorsåg, Anja har skurit med skalpell.

Bokens upplägg

Vi har strukturerat vår bok som en sång, som vi sjunger i ett långt andetag, mellan in- och utandning. Boken lär visserligen ta några timmar att läsa, så vi uppmanar dig som läsare att inte hålla andan under hela tiden. Andas på bara! Men först vill vi ge en försiktig varning, följt av en inbjudan.

Vår varning: Delar av boken – särskilt de inledande kapitlen – kan då och då kännas som att du som läsare vandrat in i ett obekant rum. Du kan få en känsla av att ha kommit fel, men det har du inte. Kanske tänkte du dig att du var på väg att ta dig an en bok om psykedelisk vetenskap, men befinner dig plötsligt på ett filosofiseminarium om kroppens och själens förhållande till varandra, eller på en historieföreläsning om Luthers reformation och den svenska välfärdsstatens framväxt. Hallå? Vad hände med den magiska svampen?

Vår inbjudan: Stanna kvar. Vi tänker oss nämligen att den här boken utspelar sig på en psykedelisk folkhögskola. Och på en folkhögskola har man inte bara ett seminarierum eller en sal, man har många. I filosofisalen diskuteras frågor om verklighetens natur och medvetandets plats i den. I historiesalen utforskas hur vi kom hit – från Luther till Folkhemmet, från den förtrollade världen till den avförtrollade. I vetenskapssalen granskas vad forskningen faktiskt säger om psykedelika, om anknytning, om hälsa. Och i visionssalen, slutligen, gestaltas den tredje vägen som ett samhälleligt projekt – något konkret att sträva mot. Alla dessa salar är delar av en och samma skola. Alla hänger ihop, som ett trassligt garnnystan. Det som vid första anblicken tycks vara omvägar är egentligen förbindelsegångar. Du ska inte misströsta om du känner att du kommit fel – du befinner dig i rätt rum, på rätt skola. Nästa sal väntar dig så småningom.

Boken bör läsas under djup och långsam andning, för att befrämja det kontemplativa sinnelag som kommer att hjälpa dig som läser att processa hela materialet. Det är nämligen så att boken ibland kan vara utmanande. Innehållet täcker stora kunskapsområden, och på så vis ter sig boken närmast som en mural- eller takmålning, snarare än som en liten tavla eller relief. Flera motiv gestaltas och det är mycket som puttrar i den brokiga periferin. Men vi har gjort vårt bästa för att underlätta läsningen och tydliggöra hur delarna hänger ihop.

I sångens *Intro*, som består av ett kapitel (kapitel 2), beskriver vi de delar av den allvarsamma metakrisen som vår vision om den tredje vägen har möjlighet att adressera. Mycket av det är, av nödvändighet, en sorgesång. Inget kvitter utan en baryton i moll. Men det ska inte förväxlas med ett requiem. Vi erbjuder ingen dödsMESSA, ingen begravning. Tvärtom poängterar vi att kris ofta befrämjar utveckling, om vi väljer att ta oss an den på rätt sätt.

I sångens *Verser*, som består av två kapitel (kapitel 3 och 4), zoomar vi ut från den nuvarande kontexten. Vi fokuserar i stället på ett par områden, knutna till upplysningsprojektets och modernitetens historia, vilka vi menar är centrala för att på djupet förstå dels de många sekler av framgång som vår kultur har bakom sig, dels den nuvarande metakris vi befinner oss i. Därtill är innehållet i verserna nödvändigt att stifta bekantskap med för att förstå vår argumentation senare i boken. I kapitel 3 faller vi rakt ner i ontologins dödsrike och ger oss i kast med läran om verklighetens yttersta beståndsdelar. Det är svårt att komma levande därifrån om man inte preciserar sin resplan och intar en ödmjuk position inför de svåra frågorna. Det är därför skönt att veta att *verkligheten är vad den är*, oavsett vad vi tänker om den. Vi kommer alltså inte att göra anspråk på att lösa några ontologiska spörsmål, vårt ärende är betydligt mer blygsamt. Vi avser i stället att spåra hur naturvetenskapens allra heligaste graal – den reducerande materialismen – skapat loopar, som löpt amok, både i vetenskapens värld och i kulturen i stort. Och detta har skett trots att ingen som är vid sina sunda vätskor kan säga sig veta att den reducerande materialismen är sann. Även om vi antar en huvudsakligen agnostisk position i ontologiska frågor argumenterar vi, på pragmatiska grunder, för att andra positioner är rimligare att anta. Dessa andra positioner råkar – som av en händelse – harmonisera särskilt bra med psykedeliska erfarenheter. Vi fokuserar särskilt på ståndpunkter kända som »neutral monism« och »relationell ontologi« (definitioner kommer i kapitel 3), vilka vi menar är bättre utgångspunkter för att ta mänskligheten från kris till utveckling. Och så slår vi ett slag för rätten att, likt barn, vistas i den imaginära världen då och då, utan att bli distraherad av praktikaliteter eller ontologiska förnumstigheter.

I kapitel 4 fokuserar vi på den historiska växlingen från religion via sekularitet till post-sekularitet som grovt kännetecknar vår del av världen. Vi beskriver hur protestantismens samhällsordning och fokus på att individen vinnlägger sig om »rätt tro« (Luthers *Sola Fide*) finner genklang i vårt nuvarande sekulära samhällskontrakt, »statsindividualismen« (Berggren & Trägårdh, 2015). Guds och församlingens framburna positioner har dock ersatts av statens och välfärdssystemets. Vad vi ska tro på förblir centralt, men under många decennier har det nu alltså varit välfärdssystemet och vetenskapen snarare än gudomen som förtjänat vår tilltro (»faith«). Ingenjörsmässiga lösningar för att reformera samhället och hantera psykisk (o)hälsa har förts fram i detta projekt. Vi hävdar att en viktig del av metakrisen handlar om att många individer inte längre finner sitt sammanhang eller sin trygghet i den sociala gemenskapen. Ett opersonligt välfärdssystem kan heller inte som enskild aktör fylla dessa funktioner på ett hållbart sätt för vår mycket sociala, transcendenssökande art. Även om välfärdssystemet alltjämt erbjuder viktig materiell säkerhet och trygghet för det stora flertalet så behöver det kompletteras – eller justeras – för att befrämja människors existentiella hälsa. Klockan klämtar för Folkhemmet 2.0, det *psykedeliska folkhemmet*, som kan rida på föregångarens förtjänster, utan att upprepa dess misstag.

Efter versernas idéhistoriska och sociokulturella exposéer ger vi en *Brygga* till den stora refrängen. Bryggan består också av två kapitel (kapitel 5 och 6). I kapitel 5 ger vi en kunskapsöversikt över fältet psykedelisk vetenskap, med särskilt fokus på kliniska frågor. Centralt för vår argumentation är att utöver biokemiska/neurala processer (materia) behöver de erfarenheter (fenomenologi) som människor får i samband med psykedeliska praktiker beaktas för att förstå psykedeliska praktikers och erfarenheters potential. Budskapet och kunskapsläget är tydligt:

Reducerande materialism (biomedicin) räcker inte. Vi måste tänka bredare för att göra tillgängliga data rättvisa och för att lotsa den psykedeliska rörelsen på konstruktiva sätt framåt i tiden. I kapitel 6 beskriver vi våra egna tankar och begynnande forskningsresultat kring anknytningsteori, andlighet och psykedelisk vetenskap. Vi redogör för möjligheten att otrygg anknytning ökar sannolikheten för både omtumlande och transformerande psykedeliska erfarenheter. Vi argumenterar också för att psykedeliska praktiker har potential att hjälpa människor att förändras från att vara otrygga till att bli mer trygga i sin anknytning, vilket också bör befrämja deras (och deras anhörigas) existentiella hälsa.

Därefter är bordet dukat för den stora *Refrängen*, som kommer i kapitel 7. Där beskriver vi vår vision om en tredje väg för den psykedeliska rörelsen. Vi argumenterar alltså för att psykedelisk folkbildning och psykedeliska ceremonier erbjuds, under kontrollerade, kommittära former, för att befrämja vuxna människors existentiella hälsa och tackla problem relaterade till metakrisen. Kontexten är att det verkar som att moderniteten nått vägs ände och att framstegsoptimismen har flugit all världens väg. Visserligen bär den redan etablerade psykedeliska rörelsen på avsevärda löften, men vi har med viss sorg kunnat konstatera att även den alltmer slukas av materialismens snäva logik och att »läkemedlen« (de psykedeliska preparaten) är på väg att monopoliseras av den biomedicinska psykiatrin. Materialism och individualism förblir då de implicita utgångspunkterna. Matrix förblir oförändrad. Vi noterar att dessa är tvångströjor för den psykedeliska rörelsen, och därtill som att släcka metakrisens eld med bensin. Vi ser avsevärt mer potential i att den psykedeliska renässansen i stället varsamt och försiktigt mjukar upp matrix. Vidare är den mest konstruktiva vägen framåt, från ett samhällsperspektiv, den som sker som en

reform inifrån, inte som en revolution utifrån. Den samhälls-omstörtande vägen har ju redan prövats – *turn on, tune in, drop out* (se kapitel 5) – och den vägen har stängts med »kriget mot narkotika«. Att den psykedeliska rörelsen då flyttade underground var ingen långsiktigt tillfredsställande lösning, hävdar vi. Dels har alltför många människor farit illa, samtidigt som karismatiska, subversiva ledare med narcissistisk agenda har haft fri lejd. Dels har det omgivande, legala samhället inte kunnat skörda de många frukter som psykedeliska praktiker, satta i visdomens tjänst, har att erbjuda.

I kapitlets huvudsektion zoomar vi in på konkreta och praktiska frågor kring den tredje vägen: Psykedeliska ceremonier, utförda i offentlig regi, bör vara *kommunitära, icke-konfessionella* och *generösa med extrafarmakologiskt stöd*. Vi beskriver hur det kan utföras och diskuterar såväl organisatoriska möjligheter som målsättningar med verksamheten. Vi tecknar så vår egen idé om »psykedeliska folkhögskolor« och förankrar denna historiskt i den tyska romantiken, den nordiska folkbildnings-idén, samt välfärdssystemets och den liberala demokratis utveckling. Andra organisatoriska möjligheter diskuteras också, som att vården, religiösa sammanslutningar, myndigheter eller privata aktörer agerar »utförare«. Beträffande målbilder fokuserar vi särskilt på ökad existentiell hälsa, men också på ökade möjligheter att komma till rätta med de facetter av metakrisen som vi diskuterar i denna bok.

Därefter zoomar vi ut från de konkreta detaljerna i vårt förslag och diskuterar den tredje vägen i relation till andra relevanta rörelser och yttringar, särskilt Anonyma Alkoholister (AA) och deras 12-stegsprogram. Vi avslutar med att notera att så länge psykedeliska preparat förblir olagliga – även under de reglerade former vi skisserar – kan psykedeliska folkhögskolor (eller andra utförare) nyttja icke-farmakologiska verktyg för

Prolog: andas in...

att erbjuda psykedeliska erfarenheter. Bibehållen lagstiftning kan också kombineras med motsvarande förskrivningsrätt eller utskänkningstillstånd som gäller för andra riskfyllda preparat.

Slutligen är det dags för sångens *Outro*, kapitel 8, där vi samlar ihop trådarna, rundar av, pekar framåt och slutligen andas ut. Men här och nu är det dags att ta ett djupt andetag.

Så, andas in...

2

Metakris och utveckling?

UNDER 1900-TALET ACCELERERADE många av de framsteg som vetenskapen och upplysningens ideal lagt grunden för i vår del av världen. Trots det står vi nu, endast ett par, tre decennier senare, inför så pass stora utmaningar att man med fog kan konstatera att världen befinner sig i vad filosofen Jonathan Rowson kallar en *metakris*. Med det begreppet avser vi totaliteten av de sammanflätade och samspelande kriser som för närvarande omger inte bara mänskligheten utan också den flora och fauna som krävs för vår fortsatta existens. Det handlar om en ökning av psykisk ohälsa, att vi står på randen till en klimatkatastrof och om liberala demokratier som vittrar sönder. Det handlar också om de stora krigens renässans, om för låga födelsetal, om politisk förvirring och desinformation och om den sociologiska pessimismens återkomst.

Det som är genuint oroväckande är den ökande takten av dåliga nyheter i samhället under det gångna kvartssekle och att de goda nyheterna hade sin storhetstid under föregående århundraden. Likt frukter som redan skördats och konsumerats ruttnar deras rester nu vid väggkanten. Dagens kvinnor och män står därför förvirrade, med sänkt haka och gapande svalg, i hopp om att hitta lösningar, att finna mening och att skapa ett liv som är värt att leva. Det är i denna historiska kontext som artificiell intelligens (AI) kommer in i bilden på allvar. Likaså den ökande byråkratiska detaljregleringen, som antropologen David Graeber skrivit om i *The Utopia of Rules*.