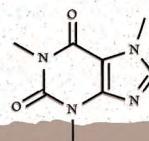


ZMĚNĚNÉ STAVY

MYSL, DROGY A KULTURA



Ben Jesse



FAT FREDDY ŘÍKÁ

DOGY ŠRODÍ!
NÉÉ... MOMENT...

ROGY ŠOKDÍ!
ECH...

ŠODY
GRODÍ!



Náhroč: Odborník varuje. Z komiksu Fat Freddy's Cat.
Ilustrace (c) Gilbert Shelton, převzato s laskavým svolením Knockabout Comics.

Ben Sessa
ZMĚNĚNÉ STAVY
MYSL, DROGY A KULTURA

Copyright © 2020 by Ben Sessa
© Wooden Books Limited 2020

Published by Arrangement with Alexian Limited
Translation © Jiří Pilucha, 2023

Design and typeset by Wooden Books Ltd., Glastonbury, UK.

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této publikace nesmí být rozmnožována a rozšírována jakýmkoli způsobem bez předchozího písemného svolení nakladatele.

Druhé vydání v českém jazyce (první elektronické).
Z anglického originálu *Altered States. Minds, Drugs and Culture*
přeložil Jiří Pilucha.

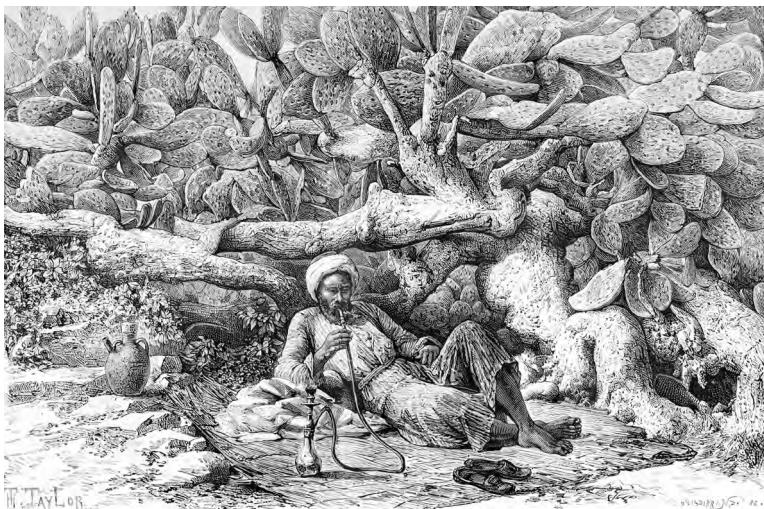
Odpovědná redaktorka Alžběta Knappová.
Sazba a konverze do elektronické verze Michal Puhač.
V roce 2023 vydalo nakladatelství Dokorán, s. r. o.,

Holečkova 9, 150 00 Praha 5,
dokoran@dokoran.cz, www.dokoran.cz,
jako svou 1207. publikaci
(406. elektronická).

ISBN 978-80-7675-120-0

ZMĚNĚNÉ STAVY

MYSL, DROGY A KULTURA



Ben Sessa

Děkuji týmu v nakladatelství Wooden Books, zvláště Mattu Tweedovi za jeho redakční péči a skvělé kresby rozličných molekul důležitých v neurochemii.

Právní výhrada: Autor ani vydavatel nepřebírají odpovědnost za nesprávné využití libovolných informací obsažených v této knize. Pokud experimentujete s drogami, naléhavě vám doporučujeme obstarat si z dalších zdrojů informace o rizicích, správných dávkách, vedlejších účincích a slučitelnosti s vaším zdravotním stavem, stejně jako byste totéž učinili před horolezeckým výstupem, bungee jumpingem nebo potápěním.

Poznámka překladatele:

Dovolují si vyslovit poděkování za neocenitelné rady MUDr. Martiňe Vráćkové.

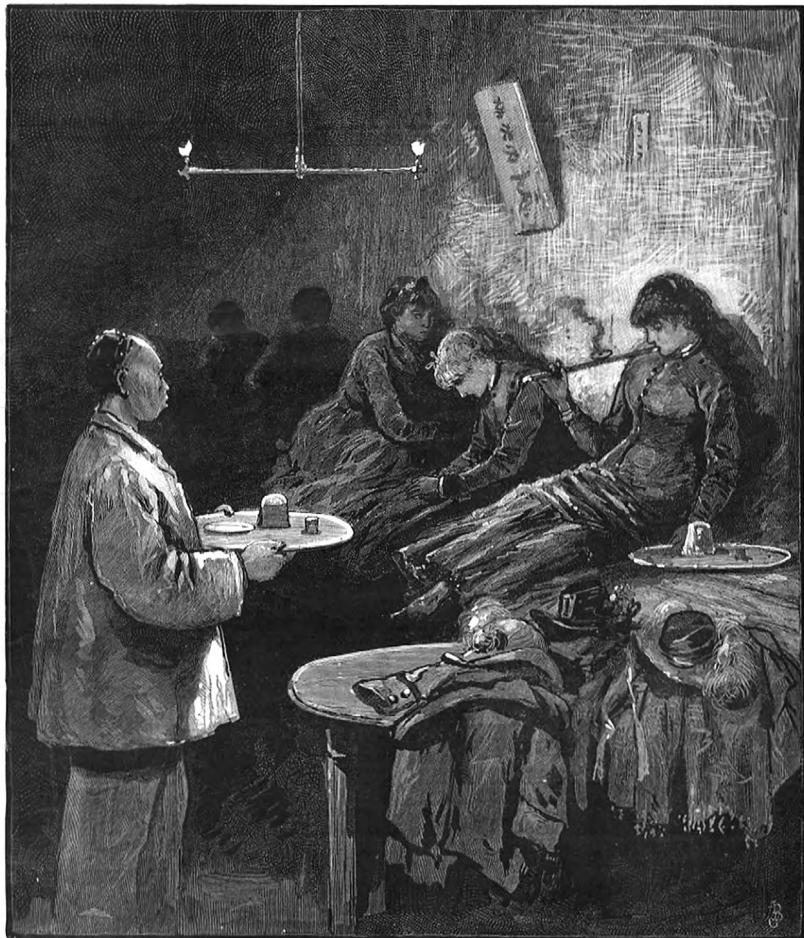


Obálka: Muž kouřící vodní dýmku s kaktusy v pozadí, Dženín, Izrael, cca 1885.

Nahoře: Vidiny po pozití ayahuasky, podle obrazu Juana Tamíñchího.

OBSAH

Úvod	1
Stavy vědomí	2
Mozek	4
Neurotransmitery	6
Oxytocin a adrenalin	8
Sny	10
Hypnotické stavy	12
Meditace	14
Endorfiny	16
Sex a afrodisiaka	18
Emoční stavy	20
Jídlo a půst	22
Cukr	24
Čokoláda	26
Kofein	28
Alkohol	30
Nikotin	32
Konopí	34
Rozpouštědla a inhalanty	36
Ketamin a oxid dusný	38
Kokain	40
Opiáty	42
MDMA a amfetaminy	44
Přírodní psychedelika	46
LSD	48
Lektvary a elixíry	50
Šamanismus	52
Antidepresiva	54
Kvantové vědomí	56
Doporučená literatura	58



Nahoře: Šíření zla v metropoli. Scéna z optového dojipče na Pell Street navštěvovaného „pracujícími dívkami“. Ze skic C. Upthama, Londýn, kolem r. 1911.

ÚVOD

Stejně jako běžné vědomí jsou i jeho změněné stavy nedílnou součástí lidské zkušenosti. Navzdory vnějšímu pozlátku naší civilizované verze lidství jen málokdo z nás byl kdy plně spokojený s tím, co každodenně vnímáme v bdělém stavu, zvláště když víme, že máme schopnost vyhledávat, uvědomovat si a zakoušet změněné stavy vědomí a pohledět na svět z trochu jiného úhlu.

Kolik jen existuje způsobů, jak změnit vědomí, počínaje hudbou, drogami a volbou stravy až po meditaci, tanec a cvičení. Díky tomu, nebo možná navzdory tomu byly v průběhu dějin pokusy o dosažení rozšířeného vědomí démonizovány i zbožňovány. Například v kostele se ani nemusíte napít proměněného vína a všudypřítomné tlumené světlo, nebeské hlasy a pietní atmosféra ve vás vzbudí volný sled nadzemských pocitů. Jiná náboženství vděčí za svůj vznik odvěkému užívání halucinogenních rostlin a hub. Všichni touží zhlédnout nádhernou bezbřehou nesmírnost, která jako by těsně hraničila s běžným vnímáním – prozít změněné stavy vědomí.

Zaujetí změněnými stavy nám možná poskytlo evoluční výhodu oproti méně vnímavým druhům. Je zřejmě výsadou lidství, jež se pyšní spiritualitou a vědomím, že si můžeme dovolit je měnit. Koneckonců co je pro jednoho kognitivní poškození, je pro druhého pěkný mejdan. Zdá se, že jsme se naučili mistrovsky si zahrávat se svým mozkem, jenž se chabě pokouší zůstat střízlivý.

Nuže tedy, vítejte na výpravě do krajin, z nichž se rodí rozšířené vědomí. Na tomto putování nás čekají tlukoucí srdce, kosmický sex, dýmající bylinky i psychedelické brambory, a k tomu i špetka fanerothymu.

STAVY VĚDOMÍ

úmyslné a neúmyslné

Většina z nás většinu času, kdy jsme vzhůru, zdraví, střízliví a nejsme duchovně osvíceni, zakouší normální jasné vědomí – víme, *kde* jsme, *v jakém čase* tam jsme, a hlavně *kdo* jsme. Psychiatři tomu říkají, že jsme orientováni místem, časem a osobou.

Ve změněném stavu je však kvalitativní zkušenost vědomí jiná. Vjemy se mění a člověk se často cítí dezorientovaný. Formálně se tomu říká delirium neboli obluzené vědomí.

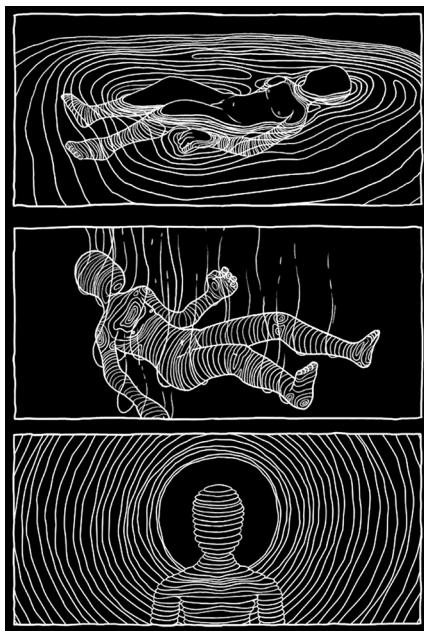
Vědomí lze měnit záměrně či nechťéně a někdy jeho změny zažíváme i v normálním životě, např. ve spánku a při snění (*viz str. 10*). Mezi úmyslně vyvolané příčiny patří půst (*viz str. 22*), cvičení (*viz str. 16*), hyperventilace (*viz str. 16*), senzorická deprivace (*naproti*), stimulace světly a zvuky a požívání psychoaktivních drog (*viz str. 34–51*). Mezi nechťéné příčiny patří trauma a deprivace (např. úrazy hlavy či mozku nebo hladovění) a choroby (např. hořečnaté stavы či epilepsie). Cokoliv z výše uvedeného může poznamenat naše obvyklé fungování a vyvolat halucinace či jiné psychiatrické symptomy.



Visions of Death, Gustave Doré, 1868.



Magické houby od Alexe Grea. Moderní člověk se objevil na scéně teprve před 200 000 lety. Psilocybín (viz str. 46) zlepšuje ostrost vidění, a tím dává pojedáčům hub evoluční výhodu. Možná že první hominidé právě díky zbystrění smyslů po požití psychedelických hub vyřádajících z krávského trusu rozvinuli externí i interní dialog potřebný k tomu, aby našli smysl nového a nevšechno vydání vědomí. Takto vzniklý jazyk jim pravděpodobně rovněž umožnil porozumět složitým konceptům a vnitřnímu vyjádření světa.



Nádrž senzorické deprivace na ilustraci Luca Howarda. Absence smyslových vjemů vyvolává v bělicím mozku změněný stav vědomí (např. u vězňů na samotce nebo poustevníků). V roce 1954 vymyslel americký neurovědec John Lilly zvláštěnovu nádrž bez přístupu světu, v níž se mohl člověk lehce vznášet ve slané vodě pokojové teploty. Účastníci experimentu, zbaveni hmatových, sluchových a zrakových vjemů, často vypovídali o neobyčejných zážitcích. Mozek namísto spánku saláh do zásobárny vzpomínek a představ a vyplňuje kluciá místa smrti smyslových prozídků a barevných vizer. Dobrovolníci také vypovídali o intenzivním prožitku hluboké relaxace s přetrvávajícími uzdravujícími, mystickými a spirituálními účinky. V deprivační nádrži lze zařít úlevu od úzkostních poruch, chronické bolesti, deprese a celé řady závislostí.