

Feldmár András: – Sem az LSD ellen, sem mellette nem kívánok szólni! Ez a szer egyszerűen csak van, és más, mint sok egyéb. Egészen különleges valami. Nem vagyok a másság ellen sem. Csak az ellen vagyok – sőt, még az ellen sem vagyok, csak egyszerűen érdekel és érdeklődöm iránta –, hogy miért van az, hogy azokat az orvosságokat, amelyek az embert *felébresztik*, betiltják. Azok az orvosságok pedig, amelyek az embereket *elaltatják*, legálisak. Ez csak egy érdekes kérdés, és én nem tudom pontosan a feleletet. De szociológiailag, antropológiailag, pszichológiailag, politikailag ez egy nagyon fontos kérdés.

Hogy az előadás előtt feltett kérdésre válaszoljak: én nem mondtam, hogy a hipnózissal pontosan ugyanoda lehet eljutni, mint ahová az LSD-vel. Azt mondtam, hogy ha az embernek már volt LSD-élménye, akkor hipnózissal is eljuthat ugyanoda. Vagyis csak annyit mondtam, hogy csupán egyszer kell bevenni az LSD-t, utána már nem kell fizetni érte, mert az élményt hipnózissal is megkeresheti az ember, ha akarja. De az is lehet, hogy nagyon hasonló állapotokba lehet kerülni hipnózissal anélkül, hogy az ember valaha is bevett volna LSD-t. Az biztos, hogy meditációval az ember bárhová elkerülhet, olyan helyekre, ahová el tud vinni az LSD, de olyan helyekre is, ahová nem tud elvinni az LSD. Ez hasonló ahhoz, hogy valamilyen módon gyalog is el lehet jutni Kamcsatkáig. De néha miért ne szálljon fel az ember egy repülőgépre? Az még nem jelenti azt, hogy a repülőgép jobb. Más. Van egy pesti barátom, aki egészen fiatal korában elhatározta, hogy soha életében nem fog repülőre ülni. Én nem bánom. Én nem mondom neki, hogy üljön repülőre. Ez az ő elhatározása. De ha ő azt mondaná, hogy azokat, akik repülőre ülnek, börtönbe kellene zárni, az nagy baj volna. Én magam néha-néha használom az LSD-t, és korábban többet is használtam, mert rettenetesen érdekelt, amit kitárt előttem. Majd beszélek róla rendszeresebben is, és akkor majd meglátjátok, hogy miért olyan érdekes. Ami ellen vagyok, az a szófogadás. Ha itt lenne egy zsák LSD, és azt mondanám, hogy vegyetek belőle, mert akkor mindannyian megtudnánk, hogy mi is ez, ti pedig szót fogadnátok nekem: az éppen annyira érthetetlen volna számomra és feldúlna, mintha

valaki azt mondaná, hogy vegyetek be orvosságot, ha idegesek vagytok, mert az jó – és erre ti bevennétek. Ez éppen olyan hülyeség lenne. A szófogadás az, amiről egy kicsit beszélnünk kellene, mert a szófogadás is egy tudatállapot, mégpedig szerintem az egyik legveszélyesebb tudatállapot, amibe egy ember belekerülhet.

Tulajdonképpen kétféle típusát különböztetjük meg az LSD használatának. Az egyiket pszicholitikusnak (*psycholitic*) hívja a szakirodalom, a másikat pedig pszichedelikusnak (*psychedelic*). A leghíresebb szakemberek, akik ezzel foglalkoztak, Stanislav Grof pszichiáter és Timothy Leary pszichológus* voltak. A kétféle használat között az a különbség, hogy a *psycholitic* kb. 100 mikrogrammos adagot, a *psychedelic* viszont 1500 mikrogrammos adagot jelent. Ez a normális dózis átlagos testsúly esetén. Minden orvosság hatása attól függ, hogy milyen nehéz az ember. Minél nehezebb vagy, annál többet kell bevenni. A *psycholytic* terápia egyszerre 100 mikrogrammot ad be, hetenként háromszor, általában 35-120 alkalommal. A másik viszont egy életben csak egyszer alkalmazandó. Egyszóval nagy különbség. 100 mikrogramm LSD révén lehet, hogy egyáltalán nem hallucinálunk, csak valami megváltozik, valami más lesz: egyszerre könnyű lesz olyan dolgokról beszélni, amelyekről korábban nehéz volt, vagy az ember egyszerre emlékezni kezd olyan dolgokra, amikre addig nem emlékezett. Ha nem bízott a terapeutájában vagy félt tőle, de a terapeuta valóban nyílt szívű ember, akkor az illető ezt megérzi, és ezután bízni fog benne. Ha ez nem történik meg, akkor nagyon rossz a terápiás óra: ilyenkor a páciens a szer hatása alatt rájön arra, hogy a terapeuta nem nyílt szívű, és ezután meglehet, hogy többé nem megy vissza hozzá. Az ember megérzi, hogy kicsoda is a má-

* Stanislav Grof (1931) cseh pszichiáter, kutató. Magyarul olvasható műve: *A jövő pszichológiája, a pszichológia jövője* (Pilis-Print Kiadó, 2008).

Timothy Leary (1920–1996) amerikai író, pszichológus. Magyarul megjelent könyvei: *Az ekstázis politikája: drog, tudat, vallás* (NDI, 2003); *Belső utazások. Alapítsd meg a saját vallásodat!* (Nyitott Könyvműhely, 2005)

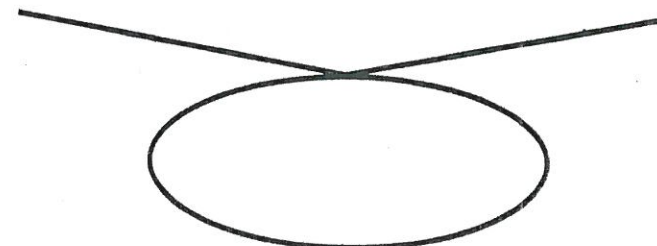
sik. Grof és csapata három csoporttal dolgozott: pszichotikusokkal, neurotikusokkal és híres, elfogadott művészekkel. Az elfogadott művészek kb. a huszadik óránál elérték a meghalás és újjászületés élményét. Tehát a huszadik órában belekerültek egy olyan élménybe, amelytől össze kellett kuporodniuk, érezték, hogy nagy nyomás van rajtuk, nem tudták, hogy mi történik, és kérték az orvost, hogy segítsen. Az orvos erre csak azt mondta, hogy ez egy élmény, ezt csak érezni kell, ne csináljanak semmit, engedjék át magukon, olyan ez, mint egy relaxáció, csak nézzék és érezzék, hogy mi történik. Ugyanez történt kb. a hetvenedik óránál a neurotikusokkal és a százhuszadik óránál a pszichotikusokkal. Az események ugyanazon sorozata játszódott le mind a művészek, mind a neurotikusok, mind a pszichotikusok között, csak mind több és több időbe telt. Valahogy úgy, mintha több szemetet kellett volna feldolgozni és kidobni, amíg az ember elért oda, ahová akart. A művészeknek alig volt szemetük, amin át kellett dolgozniuk magukat, a neurotikusoknak több, a pszichotikusoknak pedig igen sok. De végeredményben az élmények pontosan ugyanúgy feltárultak mind a három csoport esetében. Nekem ez már önmagában azt jelenti, hogy egy művész, egy neurotikus és egy pszichotikus nem három különféle ember-típus. Mindannyian pontosan ugyanolyanok vagyunk, csak más környezetben felnőve valahogy másképp virágzunk, más ütemben, más ritmusban és más időben élünk. Ebben a kísérletsorozatban a legérdekesebb felfedezés az volt, hogy miután valaki átélte a halál-újjászületés fázisát, és ezután folytatta az LSD-terápiát, ennek során meglepő és érthetetlen dolgok történtek vele. Ezekről az élményekről csak úgy tudtak a páciensek beszélni, mintha más életek, előző életek élményei lettek volna. Akármilyen volt is ez az élmény, tény, hogy ettől kezdve ezeknek az embereknek a mindennapi élete, az életük minősége drasztikusan megváltozott. Mert valami történik azokkal, akik a halál-újjászületés élményen átestek, és ezt a környezetük is érzi, látja. Az izmaikból eltűnik a feszültség, a lelkükből pedig a félelem. Ahogyan a testük ellazul, úgy az arcuk is megváltozik, lágyabb lesz. S minél lágyabb egy embernek az arca, an-

nál szeretetre méltóbbnak, szebbnek látják mások. Nem tudom, észrevették-e, hogy minél keményebb valakinek az arca, minél több feszültség van a vonásaiban, annál csúnyább.

A pszichotikusokkal végzett *psycholytic* terápia nagyon érdekes volt. Ezt kórházban végezték. Miután bevették az LSD-t, az első 2-3 órában teljesen olyanok voltak, mint más, normális emberek, de négy-öt óra után, amikor megszűnt a hatás, újra hallucinálni kezdtek. A művészeknél épp fordítva volt. Ők normálisak voltak, és szinte pszichotikusokként hallucináltak, amikor bevették. Az LSD-nek tehát ilyen paradox hatása volt a pszichotikusoknál. Ebből arra következtettek, hogy olyan orvosságot találtak, ami segíthet a pszichotikusoknak, hogy közelebb jussanak a konszenzusos valósághoz, azaz a normalitáshoz. Azok, akik százhusz óra után elérték a halál-újjászületés élményét, attól a pillanattól fogva nem voltak pszichotikusok. És amennyire ezt követni lehetett – 5-10 évvel a terápia utáni időszakig –, többé nem is estek vissza. Ez nem azt jelenti, hogy meggyógyultak. Ez azt jelenti, hogy akár van LSD az életünkben, akár nincs, valószínűleg tesszünk néhány ilyen hurkot, és ezek a hurkok a régi határokat jelentik. A régi határok nemcsak olyan dolgokra vonatkoznak, hogy hogyan határolom el magam másoktól és a világtól, hanem arra is, hogy hogyan darabolom fel a világot, kit szeretek, kit nem szeretek, mit engedek meg magamnak és mit nem engedek meg magamnak.

A RÉGI HATÁROK
ELVESZNEK

ÚJ HATÁROKAT
TALÁLUNK



LÉTREHOZÓ HUROM

Kérdező: - De mi azt tanultuk, hogy a vizeletben a káros dolgok választódnak ki.

Feldmár András: - Állítólag a vizelet teljesen steril, például Indiában, ahol nagyon kevés tiszta víz van, az asszonyok a csecsemőiket tehénpisiben mosdatják, mert az az egyetlen olyan folyadék, ami tiszta és teljesen ártalmatlan.











Kérdező: - Ez a magyar kultúrától - legalábbis a falusi kultúrától - sem idegen, hallottam ugyanis az egyik kortársam beszámolóját arról, hogy amikor kicsi volt, és megütötte a kezét, ami azután vérzett, az édesanyja rápisílt. Azzal el is volt intézve.

Feldmár András: - Persze! Aki közel él a földhöz, az tudja, hogy ez így van, csak mi, városiak undorodunk a vizelettől. Nem tudom, hogy miért, ez szerintem hipnózis. Azt sem tudom - ha már itt tartunk -, hogy miért undorodunk a széktettől. A gyerekek nem undorodnak, anyám szokta mondani, hogy mikor kicsi voltam minden reggel kiabáltam, egy reggel azonban nem sírtam, nagyon jól éreztem magam, és az anyám ijedten vette észre, hogy a kakámmal játszottam, ettem, befestettem vele az arcomat, és egy nagy képet festettem vele a falra. Ha minden reggel csinálhattam volna, ő rendszeresen tovább alhatott volna, de mégsem hagyta. Van valamiféle tabu avval kapcsolatban, hogy az ember a saját kakájával játsszon. Halvány gőzöm sincs, hogy miért.

Kérdező: - Itt azért van egy ellentmondás. Hiszen azt mondod, hogy az elmélet szerint azért múlik el a nátha, hogy az embernek ne kelljen tovább innia a vizeletét. De mi történik azzal, aki nem undorodik a vizeletétől? Annál ez a módszer egészen másként hat?

Feldmár András: - Meg kell próbálni! Te nem undorodsz a vizeletedtől? Végezzünk egy kísérletet! Ha te nem undorodsz tőle, akkor néz-

zük meg, hogy neked mi segít. Mert ha beteg vagy és iszod a vizeleted, és a kúra hasznos lesz, és meggyógyulsz, akkor tudni fogjuk, hogy más a hatásmechanizmus. Mondtam nektek, hogy nem beszélek olyanról, amit nem tudok. Ezek a saját gondolataim. Különbösen érdekes, hogy nagyon sok sámánnak és más-hasonló varázslónak, aki gombákat és LSD-szerű dolgokat fogyaszt rituálisan, a vizeletében távozik a szer, az alárendeltjeik pedig az ő vizeletüket isszák meg, és attól hallucinálnak. A világon tehát mindenütt vannak olyanok, akik megszegik az ilyen tabukat. Szerintem minél több tabut szeg meg az ember, annál érdekesebb lesz az élete.

Arról akartam még egy kicsit beszélni, hogy mi másra jó az LSD, mi mindent csináltak még vele. Az egyik legelterjedtebb terápiás alkalmazási módja az alkoholisták terápiájánál használatos. Az alkoholizmus az egyik legproblémásabb „betegség”. Nagyon nehéz megváltoztatni azt a szokást, hogy valaki sokat iszik. Minden pszichiáter, minden pszichológus tudja, hogy ha valaki alkoholista, akkor valószínűleg semmit nem tud vele kezdeni. Abszolút semmit. LSD-terápiára azok az alkoholisták jönnek, akik azt mondják, hogy: „Igen, elegünk volt, az alkohol nagyon sok problémát okoz az életünkben, nagyon szeretnénk nem inni, de nem tudjuk, hogyan kellene. Mindig megfogadjuk, hogy abbahagyjuk, és mégis mindig iszunk.” A múltkor említettem, hogy létezik a *psycholitic* és a *psychedelic* ad  *ad*  *ad*  *ad*  *ad*  *ad*  *ad*  *ad*  *ad*  *ad*  *ad* *ad</*

Feldmár András: – Ha az LSD olyan lenne, mint amilyennek általában az orvosságokat vagy a drogokat gondoljuk, akkor veszélyes lenne. De nem olyan. Például Huxley utolsó kívánság gyanánt a halálos ágyán azt kérte a feleségétől, hogy hozzon gyorsan 500 mikrogramm LSD-t, mert nagyon ki akarja tágítani az érzékeit, és semmit nem akar elmulasztani abból, hogy mi az: meghalni.

Arról is beszéltem már, hogy kísérleteket végeztek olyan rákos betegekkel, akiknek nagy fájdalmai voltak, és már mindenki azt mondta nekik, hogy nagyon hamar meg fognak halni, de még hátra volt a halálukig két hét vagy két hónap, mindenesetre egy rövid időszak, és abban az időszakban nagyon sok fájdalomcsillapítót szedtek: morfiomot vagy ópiumot. Ilyen embereknek is beadtak 1200 mikrogramm LSD-t. Érzékelhetően ez nem támadja meg az ember szervezetét. Semmi nem történik, csak az ember tudatállapota változik meg. És akár mennyire lerobbant az ember teste, ha a tudatállapota megváltozik, minden megváltozik.

Például hadd beszéljek egy kicsit arról, hogy tibeti orvosok – akik a buddhizmus egyik formáját naponta és egész életükben gyakorolják – úgy gyógyítanak, hogy egy mandalát rajzolnak föl. Megkérdezik, mi a bajod. Azt mondod, hogy náthás vagy. Akkor egy darab papírra felrajzolnak egy mandalát, és odaadják neked. Ha tibeti vagy, akkor tudod, hogy mit kell csinálni: hazaviszed, fölerősíted a falra, leülsz elé egyfajta relaxációs pózban – hiszen egész életedben azt tanultad, hogyan kell meditálni –, a figyelmedet arra a pontra összpontosítod, és csak arra figyelsz. Ezt lehet gyertyalánggal is, de valódi mandalával is csinálni. Ilyenkor az embernek az az érzése támad, hogy a mandala egyfajta ajtóvá vagy egy kapuvá válik, amin át lehet menni, és ez transzformálja az ember tudatállapotát. Bemész, és valahol máshol jössz ki.

Tehát minden mandala egy másik világba vezető alagút vagy ajtó. A tibeti orvoslás azt jelenti ebben az esetben, hogy elmész egy olyan világba, ahol nincs nátha. És ezzel kész! Belemész a mandalába, átmész az ajtón, és már nem vagy náthás. Ezt nem olyan nehéz elképzelni.

Nemrég olvastam, hogy Ingrid Bergman azt írta az önéletrajzában, hogy amikor Ibsen *Nóráját* játszotta, gyakran volt rettenetesen náthás délelőttönként, a darabbéli Nóra azonban nem volt náthás. Úgy készült minden este a színpadra, hogy beleélte magát abba a karakterbe, akit játszott. Sokáig tartott, amíg föltette a parókát, kifestette az arcát, és beöltözött. Addig tüszöghetett, fájhatott a torka, taknyos lehetett, de amikor kész lett, és Nórává vált, már nem volt náthás. És ez minden alkalommal így történt. Az utolsó felvonás után, amikor a függöny lement, és a színésznő elkezdte lemosni a maszkját, levenni a ruháját, és kezdett újra Ingrid Bergman lenni, akkor újra előjött a nátha. Ez pontosan ugyanaz a folyamat.

Kérdező: – *Visszatérve a tibetire: addig ott kell ülni ebben a másik világban, amíg azt akarja, hogy ne legyen náthás?*

Feldmár András: – Nem kell ott ülni. Abban a pillanatban, amikor átmélt, az átlépés transzformálja a tudatállapotodat, és akkor akár ott is maradhatsz, vagy elmész, és csinálod, amit akarsz: már egy olyan világban élsz, ahol nincs nátha. Nem kell ott maradni ülve, ez csak átdob valamin. Innen lehet következtetni arra, hogy a legtöbb betegség pszichoszomatikus. Ez a jelenség nagyon közel áll a hipnózishoz. A hipnózissal nagyon könnyen transzba lehet vinni valakit. Ha nagyon szadista lennék, akkor például azt mondhatnám, hogy itt van ez a toll, nagyon meleg, fehérén izzik, hozzáérintem a bőrödhöz, és ott egy harmadfokú égési seb fog keletkezni. Annak ellenére, hogy ez egy hideg toll. Nagyon el kell gondolkozni rajta, hogy mi is ez a folyamat, hiszen csak egy pár szót szólnunk, és attól egy hólyag keletkezik az ember testén.

Szerintem minden jó festmény átvisz egy másik világba. Ha elmegyünk a Louvre-ba, a Pradóba vagy a Tate Gallerybe, azt látjuk, hogy a legtöbb turista csak elsétál a képek előtt. Talán megjegyzik, hogy „nagyon szép”, de semmi több. Csak azért mennek el a képtárakba, hogy

Kérdező: - Hol van az én erkölcsi batára; kábítószer hatása alatt nem tesz-e az egyén olyan dolgokat, amelyeket a fékezett én nem tenne meg?

Feldmár András: - Az agresszióról kell egy kicsit beszélgetnünk, mielőtt arról szólnánk, hogy mi történik az LSD hatása alatt és azon kívül. Szerintem az agresszió: energia, amit arra használunk, hogy kevesebb idő és/vagy tér legyen az alany és a kívánt tárgy között. Tehát ha valamit akarok, az agresszió arra való, hogy gyorsabban kapjam meg, és közelebb kerüljek hozzá. Szerintem fontos, hogy megértsük, ez az agresszió mennyire egyszerű. Ha valami más definícióra gondoltok, akkor mondjátok meg, vitatkozzunk róla, de nekem ezt jelenti az agresszió. Ez minden háború oka. Minden kegyetlen cselekedet abból ered, hogy valaki energiát használ arra, hogy gyorsan megkapjon valami olyat, amit akar. Tehát gyorsabban, mint ahogy természetes lenne. Mondjuk, van a mag és van a bomba. A mag nő, a bomba pedig robban. Mind a kettő természetes, de az egyik nagyon gyors. A másiknak van egy természetes irama. Mindenféle természetes növekedés időben és térben történik, pozitív és negatív viszonyulásban, például a vágy és az ellenállás viszonyában. Mindig van a vágy, és mindig van az ellenállás. Ez mindenféle növekedésre vonatkozik. Ha elfogadjuk az ellenállást, akkor időben mindig át tudunk nőni rajta. De ha nem fogadjuk el, vagy nem tudjuk, nem akarjuk kivárni, amíg eljön az idő, ha ki akarjuk küszöbölni az ellenállást, akkor jön létre az agresszió. Ez az agresszió. Tehát amikor azt mondom, hogy valamit nagyon szeretnék a maga idejében, akkor minden rendben van. Akkor senkinek nem fog fájni semmi. Az a fájdalom, ami azzal jár, hogy az embernek várakoznia kell, természetes fájdalom. Ez az a fájdalom, ami a születéssel jár együtt. Ez nem természetellenes fájdalom. De amikor az „akarom”-ból, a „szeretnék”-ből, vagy a „vágyakozom”-ból „muszáj” lesz, akkor nem veszem figyelembe az időt. Minden most kell, egye meg a fene az időt! Az agresszió időn kívüli.

A represszió* az agresszió agresszív kezelése. Ha érzem, hogy agresszív vagyok, és ezt agresszíven kezelem, akkor azt mondom, hogy kiirtom vagy elfojtom az agressziómat. Ha nem fojtom el azt az érzést, ami agresszív bennem, akkor együtt kell élnem vele. Ilyenkor azonban a tudatomon kívül leszek agresszív. Például amikor ötéves koromban a mandulaműtét után magamhoz tértem, „véletlenül” lepisiltem az orvost. Felnőttként azonban lehet tudatosítani ezt a tudatalatti agresszivitást, és lehet tanulmányozni.

Ha egy fal választ el attól, amit akarok, akkor sok mindent tudok csinálni azzal a fallal. Például fejfel nekirohanhatok. Addig-addig rohangálhatok neki, amíg elvisznek a kórházba. Tehát saját magamat nagyon tudom bántani. Ez az ellenállás egyfajta kezelése, amely szerint megpróbálom az érdeklődésemet a falra irányítani. Milyen fal ez, miből van? Például ha víz akad el a falnál, a víztől lehet tanulni. Mert a víz tanulmányozza az ellenállást. Minden kicsi repedést megvizsgál abból a szempontból, hogy ott át tud-e folyni. Ha nem tud, akkor lassan felgyűlik. Ha talál egy lyukat, akkor átfolyik rajta. Csak úgy szerez tudomást a lyukról, ha tanulmányozza a falat. Nagyon pontosan megvizsgál mindent. Ha nincs lyuk, akkor addig emelkedik a szintje, amíg végül is át tud jutni a falon.

Ha ez az agresszió, akkor mi történik ezzel az LSD hatása alatt? Azt hiszem, megint az a probléma, hogy olyan furcsa hiedelmeitek, tévképzeiteitek vannak az LSD-ről, amit én el sem tudok képzelni, ezért vannak félreértések közöttünk. Itt is a szavakkal kezdődik a baj. Például azt mondjátok, hogy az LSD kábítószer. Arra gondolok, hogy ha kábítószert veszek be, akkor elkábulok, nem? Az LSD-től senki nem kábul el. Az LSD nem elkábít, hanem fölébreszt, ráébreszt arra, aki vagyok, arra, ami bennem történik. Tehát az LSD nélkül vagyunk kábul-

* Pszichoanalitikus terminológia, jelentése: elfojtás, elnyomás, valami zavarnak a tudaton kívül rekesztése.

tak, mert legtöbbünknek halvány gőze sincs arról, hogy mi megy végbe bennünk. Nem tudjuk, hogy mit akarunk, nem tudjuk, hogy mik az ellenállásaink, alig ismerjük magunkat. Így kábultan alva járunk. Mikor az ember LSD-t vesz be, akkor nem kábul el, hanem ahelyett, hogy állandóan kifelé nézne, befelé néz. Amikor az ember befelé néz - és nem hülye -, akkor nem csinál semmit. Tehát nem mozgatja az izmait. LSD hatása alatt az emberek nem rohangálnak, LSD hatása alatt az emberek nem agresszívek kifelé, hanem lefekszenek, néha belemásznak egy hálósákba, és bekötik a szemüket, hogy ne lássanak semmit, összekuporodnak, talán fülhallgatót tesznek föl, hogy zenét hallgassanak, és nyolc óráig nem mozdulnak. Ebben az esetben nincs kifelé irányuló agresszió. Az agresszió lehet, hogy belül van. Az ember összeköttetésbe lép az agresszióval, és a repressziók megszűnnek. Az agresszivitás elleni agresszió megszűnik, és az ember például rájön arra, hogy milyen türelmetlen. Érti a saját türelmetlenségét. Érti a saját vágyait, érti azt a fájdalmat, ami akkor keletkezik, amikor a vágy ellenállásba ütközik. Az agressziót mélyen meg lehet érteni és érezni. De nem kell vele semmit sem csinálni.

Az a kérdés, hogy visszatér-e az agresszió, megint arra utal, hogy úgy gondolkozunk az agresszióról, mintha az valamiféle kis ördög lenne, aki bennünk van - kiűzzük, aztán visszajön. Ahogy már utaltam rá, ha valamire van egy szavunk, az nem jelenti rögtön azt, hogy az a valami létezik is. Az én definícióm szerint az agressziót nem lehet kiűzni, csak együtt lehet vele élni, csak érteni lehet, csak meg lehet érezni, mikor van, és meg lehet érezni, mikor nincs. Ha az agresszió egyfajta energia, amit arra fordítunk, hogy siessünk, hogy hamarabb megkapjunk valamit annál, mint ahogy amúgy is megkapnánk, akkor bizonyos határok között nagyon jól lehet használni, és bizonyos határokon kívül több kárt okoz, mint hasznot. Van olyan agresszió, ami egészséges. Az életben semmilyen minimális vagy maximális dolog nem jó, mindig az optimális megoldást kell keresni. Tehát mindannyiunknak meg kell találnunk azt, hogy mi az optimális agresszió. Mi az az opti-

mális energia, amit arra fordítunk, hogy a vágyainkat ne tévesszük szem elől, és ne kelljen tovább várni rájuk, mint amennyit amúgy is szükséges. Lehet az embernek túl kevés vagy lehet túl sok agressziója. Az agresszió csupán egy energiafajta. Az LSD lelassít mindent, éppen ezért nem agresszív. Annyira lelassít mindent, hogy az ember észrevesz olyan dolgokat is, amelyeket általában nem, mert általában olyan gyorsan élünk, olyan gyorsan gondolkozunk, olyan gyorsan érzünk, hogy mielőtt tudnánk, hány elhatározáson mentünk keresztül, már a huszadikat is megtettük. Minél gyorsabban halad az ember, annál automatikusabban él.

Ezt a következő példával szeretném illusztrálni. Van egy amerikai város, Baltimore-nak hívják, a város körül pedig épült egy úgynevezett körgyűrű, amelyen körülbelül nyolc sávon közlekedhetnek autók. Ez tehát egy hatalmas út, és ha néha az ember kijön a városból, akkor könnyebb először ide besorolni, mint átmenni a városon. Képzeljük el, hogy ez a körgyűrű az élet, én egy kis autóban ülök, és nagyon gyorsan vezetek. Így egész életemben csak körbe-körbe megyek, mert olyan gyorsan haladok, hogy nem is látom, hogy le lehet térni erről az útról. Ahhoz, hogy meglássam, hogy például itt balra lemehetnék, meg kellene látnom, hogy balra van egy erre utaló jelzőtábla. Ha látom, amikor erre jövök, mindig elhatározhatom, hogy letérek vagy nem térek le, de ha olyan gyorsan megyek, hogy nem is látom a táblát, akkor mindig csak körbe-körbe fogok haladni. Azon a baltimore-i úton nyolc sor autó halad. Körbe-körbe mindig lehet menni, és nem kell semmit sem elhatározni. Ez egy sokszor megjárt út, egy jól kijárt életút, a baj csak az, hogy állati unalmas. Nagyon sok olyan ember él, aki egész életében ezen az úton megy körbe-körbe.

Ha valaki eljön hozzám terápiára azzal a panasszal, hogy unalmas az élete, mit tudok neki mondani? Nem tudom neki megmondani, hogy hol térjen le erről az útról, és hogy menjen érdekesebb, sokkal veszélyesebb helyekre, csak azt tudom mondani neki, hogy lassuljon le. Tehát, ha mondjuk 150 km/órás sebességgel ment, akkor lassuljon le 50-re.

Akkor majd láthatja, hogy nocsak, mehet ő amarra is. Ha az túl veszélyes számára, ha soha nem volt arra, ha fél attól, amit ott találhat, akkor mehet tovább, és ebben az esetben találhat másik utat is.

Az első dolog tehát, amit az embernek tennie kell az életében, az, hogy lelassul. Aki lassan megy, az nem lesz agresszív. Csak azok agresszívek, akik sietnek. Az LSD lelassítja az embert, olyan szünetet iktat be, amely alatt egy napig vagy két napig semmit nem kell tenni, sőt nem is lehet. Az ember érintkezésbe lép önmagával, körülnéz, megvizsgálja, melyek a vágyai, az ellenállásai, mitől fél, mi történt az életében eddig, és hogy milyen jelentőséget tulajdonított azoknak a dolgoknak, amelyek történtek vele. Amikor az ember körbe-körbe megy az életében, és semmi nem változik, az a szokás. Amikor az ember LSD-t vesz be, akkor minden szokás megszűnik. Azért ijednek meg az emberek az LSD-től, mert a hatása alatt egyszerűen nincs több szokás. Mindent elfelejt az ember, amit addig megtanult. Úgy nézi a világot, mintha először látná. Nagyon gyakran előfordul, hogy az első pár órában, amikor LSD-t vesz be az ember, nem tud beszélni. A kapcsolat a verbális féltekével megszűnik, az ember csak a másik féltekéjével van kapcsolatban, ami azt jelenti, hogy úgy látja a világot, mint ahogy - valószínűleg - egy újszülött láthatja. Egy újszülött egészen másképp látja a világot, mint egy olyasvalaki, akinek szavai vannak rá. Az utóbbi fel tudja darabolni a világot, és abban a pillanatban, amikor ránéz például egy krétára, akkor azt mondja, hogy az kréta. Amikor azt mondod, hogy kréta, akkor már mindenfélét tudsz róla, anélkül hogy megvizsgáltad volna. Egy csecsemő - mondjuk egy két hónapos -, aki nem tudja, hogy ez kréta, egyből a szájába tenné, és nagyon megvizsgálná, hogy az a tárgy mit jelent az érintés számára, milyen a szaga, és mit csinál az ember szájában. Pontosan ugyanez történik, amikor az ember LSD-t vesz be. Minden új. Nincs asztal, helyette azonban van egy kemény lapú valami. Nincs másik ember, csak energiák vannak.

Timothy Leary, miután kijött a börtönből, nagyon elmerült a számítógépek tanulmányozásában, és úgy beszélt az emberekről is, mintha

programozni lehetne őket. A szokások talán korai programozások, korai beidegződések. Olyan, mintha mi lennénk a számítógépek, a szüleink és a tanítóink pedig belénk ültettek volna egy-egy programot, és mi azt hisszük, hogy csak azok a programok léteznek. Az LSD kitisztítja a merevlemez. Lehet, hogy ez rettenetesen félelmetes, de az is jó benne, hogy azután az ember úgy programozza önmagát, ahogy akarja. Megszabadul mindenféle szokástól. Ezt persze meg lehet tenni LSD nélkül is. Sokan - a szűfik, a buddhisták stb. - kitaláltak egy-egy ilyen technikát, amely segítségével az ember meg tud szabadulni a szokásaitól. Ha például meg akartok szabadulni egy szokástól, és mondjuk általában jobb kézzel esztek, akkor mostantól fogva egyeteket a ballal. Meglátjátok, hogy milyen érdekes lesz az evés, ahelyett, amilyen unalmas most. Ha átnézném a szokásaimat, akkor biztosan találnék olyanokat, amelyeket megtartanék, és lennének olyan szokásaim is, amelyektől meg szeretnék szabadulni. Az LSD sokat segít abban, hogy az ember meg tudjon szabadulni bizonyos szokásaitól.

Az is szokássá válhat, hogy ha közel kerülök valakihez, akkor megijedek attól, hogy szeressem, mert amikor utoljára szerettem valakit, akkor otthagytak, és csalódtam. Az LSD hatása alatt ezt a szokást eldobhatom, újra kinyithatom a szívemet, és azt mondom, hogy csak azért, mert amikor három hónapos voltam, és valaki, akit nagyon szerettem, otthagytott, nem kell egész életemen át ezt a szokást fenntartanom, hogy ne engedjek senkit közel magamhoz. Akkor ettől a szokástól megszabadulhatok. Nem úgy, hogy egyszerűen eldobom, hanem úgy, hogy véget vetek neki, megsiratom, és akkor majd egész tisztán fogom látni, hogy mi történik velem. Új emberré válok, és ennek az új embernek valójában semmi köze nem lesz ahhoz, hogy mi történt köztem és az anyám között vagy köztem és bárki más között a múltban. Az LSD hatása alatt az ember rájön arra, hogy a múlt nem determinálja a jelent és a jövőt. Hogy valójában semmiféle konklúzió nincs, csak annyira megijedünk, hogy a jövőt a múlt sémájára gyártjuk, nehogy valami új dologgal kelljen szembekerülnünk.

Ha valami rettenetes történt is a múltban, abban az a jó, hogy már megtörtént: tudjuk, milyen rettenetes, tudjuk, mi következett utána, és mivel túléltek, biztosak vagyunk abban, hogy ha ismét előfordul, azt is túl fogjuk élni. Ha eldobom, amit megtanultam, és valami új dologba kezdek, akkor nem tudom, hogy azt képes leszek-e túlélni. Mert ezzel az újjal még nem találkoztam. Tehát az új, még ha jó is, sokkal veszélyesebb, mint a régi, ha az rossz is. Ennyire félünk attól, ami új, és ezért szeretjük megismételni a régit.

Az LSD legfőbb hatása tehát az, hogy az ember azt mondja: „Nahát, elegendem van ebből a szokással teli, nagyon jól ismert útból, mert ez megöl engem, ez a halálom. Mindig minden ugyanolyan, csak megüünk körbe-körbe, mindig minden ugyanaz”. Ezután az ember elkezd magába mélyedni, és egyre több elhatározást hoz.

Hogy miért mondom, hogy az LSD nem kábítószer? Azért, mert szerintem a tényleges kábítószer az embert a felelőtlenség irányába viszi. Ha tehát valaki rászokik egy kábítószerre, akkor egyre felelőtlenebb lesz, és a társadalomnak azért van baja az ilyen emberrel, mert az nem lesz felelős önmagáért. Nem fog dolgozni, nem fogja eltartani a családját, sőt önmagát sem, és akkor valakinek a terhére lesz. Ezért rosszak a kábítószeresek. Az LSD éppen az ellenkező irányban hat. Miután valaki LSD-t vett be, akkor nem lesz kevésbé felelősségteljes, hanem éppen hogy több felelősséget vállal önmagáért annál, mint mielőtt bevette volna. Azért is nehéz fölébredni, mert minél többet lát és tud az ember, annál keményebb lesz az élete, annál több felelősséget fog érezni azért, amit tesz vagy nem tesz. Minél kevesebbet tudunk, annál inkább tudunk felelősségmentesen élni. Mert amiről nem tudok, azért nem vagyok felelős. Minden kicsi dolog, amire rájövök, teher, és azért is felelősnek kell lennem. Tehát abban a pillanatban, amikor már többet tudok, nincs visszaút. Ez olyan, mint egy nyíl, ami belefűródik az emberbe, és nem lehet kivenni. Ha az ember már látott valamit, azt nem lehet elfelejteni. Az ember meglátja, hogy felelős a saját életéért, és többé nem panaszkodhat senkinek sem

azért, hogy milyen pechje van és milyen rettenetes az élete. Ezért nagyon fontos, hogy ne értsétek félre, és tudjátok, hogy az LSD nem kábítószer. Hanem épp az ellenkezője.