

bild Narzissmus auseinander zu setzen, denn wie Helene Drexler schreibt, hat sich ein Erziehungsstil durchgesetzt, der narzisstische Lebensweisen herangezogen hat und somit werden Psychotherapeut:innen in Zukunft vermehrt mit Klient:innen zu tun haben, die natürliche Grenzen, konstruktive Rückmeldungen, entschiedene Aufmerksamkeit und ehrliche Wertschätzung nicht bzw. kaum erlebt haben. Für weitere kollegiale Dialoge darüber hat Helene Drexler einen wichtigen Grundstein aus einem existenzanalytischen Verständnis geschaffen.

Julia Günther

GREGOR HASLER

Higher Self

Psychedelika in der Psychotherapie

Stuttgart: Klett-Cotta 2022, 324 Seiten

Weltweit ist gerade ein Boom zu beobachten. Nach dem Verbot von LSD in den USA 1966 und in der Folge davon weltweit beginnen nun wieder Forschungen mit psychoaktiven Substanzen. Vor wenigen Tagen wurden in Australien MDMA und Psilocybin zur Behandlung von posttraumatischen Belastungsstörungen zugelassen. Wir stehen erst am Beginn einer neuen Entwicklung. Bereits im Jahr 2016 veröffentlichte die EXISTENZANALYSE einen Kongressbeitrag von Thorsten Passie und Peter Gasser zum Thema „Erfahrungen von Patienten mit existenzieller Angst bei einer lebensbedrohlichen Erkrankung in einer LSD-unterstützten Psychotherapie“. Als Redaktionsmitglied durfte ich damals mit Professor Passie telefonieren, der mich in unserem kurzen Gespräch eindringlich auf die ethische Problematik und die hohen menschlichen Anforderungen an die Therapeuten aufmerksam machte, wenn LSD – und, wie ich verstehe, jegliche psychedelische Substanz – in der Behandlung mit erkrankten Menschen zum Einsatz kommt.

Diesen Hinweis im Hinterkopf las ich mit großem Interesse und auch einer gewissen Neugier das Buch von Gregor Hasler, Professor für Psychiatrie an der Universität Freiburg in der Schweiz. Es sei gleich vorweggenommen – Gregor Haslers Buch hat mich berührt ob der zutiefst humanistischen Grundhaltung eines Wissenschaftlers, der gleichzeitig akribisch beobachtet und analysiert, und ob der persönlichen Offenheit, mit welcher er seine eigenen – nicht ausschließlich positiven – Erfahrungen mit psychedelischen Substanzen schildert.

Den Beginn machen zwei Fallgeschichten von als therapieresistent geltenden, schwer depressiven Patient:innen, die der Autor selbst mit LSD behandelt hat. Bereits an

diesem Punkt wird deutlich: Hier gibt es eine hoch wirksame Behandlungsmöglichkeit, die bislang in der Psychotherapie und Psychiatrie nicht aus rein fachlichen Gründen, sondern vor allem aus gesellschaftlichen, politischen und auch ethischen Gründen über Jahrzehnte liegen geblieben ist.

Haslers zentrale These ist, dass Psychedelika die Neuroplastizität des Gehirns extrem erhöhen und so einen starken Katalysatoreffekt für Psychotherapie besitzen. Besonders große Chancen sieht er im Rahmen der Trauma-Therapie. Er führt den Begriff „Helioskopeffekt“ ein – einen eingebauten Schutzfaktor, der es den Patient:innen erlaubt, „mitten in ihren Schmerz zu schauen, ohne dabei von der ‚Sonnenhitze‘ der Gefühle oder Schmerzen verbrannt zu werden“ (23).

In acht Kapiteln beschreibt der Autor Resilienzfaktoren und stellt ihnen zentrale Wirkungsweisen von Psychedelika gegenüber, die diese Resilienzfaktoren verstärken. Er führt insgesamt 16 Effekte aus, die hierarchisch aufeinander aufbauen – von basalen sensorischen Empfindungen bis hin zu höchsten spirituellen Erfahrungen.

Am Beginn erklärt der Autor die Grundlagen bewussterseinerweiternder Wahrnehmung und bezieht sich dabei auch auf alte Schriften östlicher Spiritualität wie das indische Rigveda. Das Erleben unter dem Einfluss von Psychedelika lässt sich auf eine Intensivierung von Körperlichkeit, Anschaulichkeit und Ursprünglichkeit verdichten. Hasler spricht in diesem Zusammenhang vom „Achtsamkeitseffekt“ – ähnlich dem Erleben in der Meditation. Weiters erläutert er den „Embodimenteffekt“ unter Einbeziehung neurobiologischer Faktoren (die Abnahme der Alpha-Oszillation von neuronalen Netzwerken, wodurch das anschauliche gegenüber dem abstrakten Denken gefördert wird). Im Zuge dessen schildert er seine eigene LSD-Erfahrung in Begleitung eines erfahrenen Kollegen. Der bereits erwähnte „Helioskopeffekt“ mit seiner beeindruckenden Förderung der Selbstheilungskräfte bei schwer Depressiven und Krebskranken wird genau ausgeführt. Letztere konnten „ihren nahenden Tod direkt ansehen, so wie man mit einer schützenden Sonnenbrille in die Sonne blicken kann. Manche sehen [die Erfahrung] dabei als eine Art Generalprobe und verlieren dadurch einen Teil ihrer Todesangst“ (63f.). An dieser Stelle erhebt Hasler – wie sein Kollege Thorsten Passie vor Jahren in dem erwähnten Telefonat – die Forderung nach ausgiebiger Selbsterfahrung mit Psychedelika und Therapie unter Supervision, um den Helioskopeffekt in allen seinen Facetten zu verstehen und Vertrauen in diesen Effekt zu gewinnen. „Dieses Vertrauen ist nötig, um den Patienten die Schutzwirkung glaubwürdig zu vermitteln und auch ihnen das Vertrauen zu geben, sich mit ihren

schwersten Verletzungen und existenziellen Herausforderungen heilsam auseinandersetzen zu können.“ (64f.)

Das zweite Kapitel widmet sich dem Phänomen Zeit – unter Rückgriff auf Buddha, Augustinus, Heidegger und die moderne Quantenphysik. Zeit ist demnach keine fundamentale Größe des physikalischen Kosmos, vielmehr ist das Gehirn eine „Zeitmaschine“, die „eine gerichtete, unerbittliche Zeit [erschafft], die unser Bewusstsein, unsere Gefühle und Ängste, ja unsere gesamte Existenz wie kein anderes Phänomen ausmacht und erzeugt“ (70). Psychedelika besitzen die erstaunliche Eigenschaft, unser Zeitgefühl maßgeblich zu verändern. Aus neurobiologischer Sicht kann man „geistige Schnelligkeit“ als direkten Ausdruck der durch Psychedelika bewirkten Steigerung der neuronalen Verarbeitungsgeschwindigkeit und damit der Neuroplastizität betrachten. Zeitlosigkeit ist ein zentrales Thema in den spirituellen Schriften des Westens und des Ostens – im Christentum wird sie als Ewigkeit bezeichnet. Die unmittelbare Erfahrung von Zeitlosigkeit birgt ein großes Heilungspotential in sich.

Hasler beschreibt im Zusammenhang mit dem Zeit-Erleben einerseits den „Erzähleffekt“. Eine Erzählung zu haben, ist für uns Menschen existenziell wichtig (81), schließlich ist dies der Kernpunkt vieler Therapien, die einzelne Lebensereignisse miteinander biographisch zu verbinden helfen. Indem Psychedelika das autobiografische Gedächtnis verbessern, wird der Erzähleffekt stark gefördert – unter Einbeziehung der Zukunft. Wir könnten auch sagen, in Hinblick auf einen Sinn.

Der „Archetypeneffekt“ nimmt andererseits Bezug auf eine zyklische Vorstellung von Zeit, wie oft im Zen, in den Erzählungen östlicher Weiser (z.B. Ramana Maharshi) oder bei Autoren wie Carlos Castaneda, Micheal Pollan u.a. beschrieben. Im Buddhismus ist „das Verstehen des Samsara, der zyklischen Zeit, [...] eine Voraussetzung für das Erwachen“ (88). Auch in der westlichen Tradition spielte die zyklische Zeit eine wesentliche Rolle, so zum Beispiel in den Eleusysischen Mysterien um die griechische Göttin Demeter und nicht zuletzt bei Friedrich Nietzsche in seiner Idee der ewigen Wiederkunft des Gleichen. Die zyklische Zeit wird in der Musik, zum Beispiel in den Kompositionen von Johann Sebastian Bach und Avo Pärt, besonders gut erfahrbar. Psychedelika helfen, die zyklische Struktur in Musik, aber auch in Bildern zu erkennen. „Es ist die rhythmische Schönheit des Details, die die Psychedelika in ganz gewöhnlichen Dingen offenbaren.“ (Alan Watts, 93) C.G. Jung stellte die These auf, dass Ereignisse einerseits als Kausalketten gedacht werden können, andererseits über Querverbindungen miteinander in Bezug stehen. Die daraus resultierende Definition von Archetypen wird im „Archetypeneffekt“

von Gregor Hasler aufgegriffen, denn „es steht zu vermuten, dass Psychedelika diese Querverbindungen zum Vorschein bringen und erlebbar machen.“ (94)

Das darauffolgende Kapitel widmet sich der Wirkung von Psychedelika auf das Hirnbelohnungssystem und der erstaunlichen Tatsache, dass „über Jahrtausende Psychedelika für spirituelle Erfahrungen und als Heilmethode eingesetzt [wurden], ohne dass Suchtprobleme aufgetreten sind“ (108). Im Gegenteil helfen Psychedelika dabei, Menschen von Suchtproblemen zu befreien und in einen „Zustand [...], vergleichbar mit dem harmlosen, erfüllenden Glück kontemplativer Bergwanderer und Mönche“ (108) zu gelangen. Einzig bei der Anwendung von Ketamin ist Vorsicht geboten, dieses kann in hoher Dosierung zu einem schweren Entzug und depressiven Verstimmungen führen. Hasler beschreibt in der Folge den „Positivitätseffekt“ – oft beschrieben als Erleben von Freude und Dankbarkeit oder auch als Zustand von „zufrieden und entspannt“ sein – und den „Gipfelerfahrungseffekt“ (in Anlehnung an Maslow), „einem ekstatischen Zustand, der einem hilft, sich seiner tiefsten Werte und Einstellungen bewusst zu werden und diese im Leben präsenter zu machen“ (136).

Kapitel vier widmet sich dem Weg zu einem sinnerfüllten Leben und der Rolle von Psychedelika für das Erleben von Sinn, in Anlehnung an Antonovskys „sense of coherence“ – mit folgenden Aspekten: einem Gefühl von Verständlichkeit, dem Glauben an den Sinn des Lebens und dem Gefühl der Kontrollierbarkeit. Diese stellen zugleich Resilienzfaktoren dar. Hasler geht nicht auf das abweichende Sinnverständnis bei Frankl bzw. Längle gegenüber jenem von Antonovsky (Sinn als „meaning“ = „Bedeutung“) ein. Dies ist nicht sein Spezialgebiet. Er konzentriert sich mehr auf den Erlebnisaspekt von Sinn und zitiert eine depressive Patientin, die nach der Behandlung mit LSD meinte: „Ich erlebe keinen speziellen Sinn. In diesem Zustand macht mein Leben Sinn, sodass die Sinnsuche nicht mehr notwendig ist. Vorher war Sinn für mich eine abstrakte Sache. [...] Nun sehe ich: Sinn ist eher ein Geschenk, das man erhält und das alle Sinnfragen auf einmal beantwortet.“ (146) Dies entspricht im Übrigen den Ergebnissen einer empirischen Studie von Tutsch et al. („Ist Sinn noch aktuell?“, Existenzanalyse 17/3, 2000), wonach sich psychisch gesunde Menschen kaum mit Sinnfragen beschäftigen. Hasler betrachtet Sinn als Bewusstseinszustand – das Fehlen von Sinn wird als Langeweile (Anhedonie) erlebt. Unter Psychedelika-Einfluss ist häufig das „göttliche Lachen“ (Homer) zu beobachten. Hasler greift an dieser Stelle Frankls Gedanken zum Humor auf – als einer „Waffe zur Selbsterhaltung“ bzw. als „menschliche Veranlagung, sich über jede Situ-

ation zu erheben“ (150). Er verweist damit auf die Stärkung der Selbstdistanzierungskräfte durch Psychedelika. Als „Offenbarungseffekt“ beschreibt Hasler die psychedelische Wirkung, „Dinge im intuitiv-emotional-körperlichen Sinn besser zu verstehen. [...] das Wissen, das tiefer verstanden wird, [ist] nicht neu, sondern offensichtlich. [...] Offenbarung ist zugleich eine tiefgreifende sinnliche Erfahrung, die das Leben nachhaltig verändern kann“ (155). Mit der Sinnerfahrung in Zusammenhang steht ebenso der „Visionseffekt“, durch welchen sich eine neue Ordnung und neue Bedeutungen erschließen. Es handelt sich um jene Wirkung von Psychedelika, die am ehesten der Vorstellung einer „Bewusstseinsweiterung“ im landläufigen Sinn entspricht – ein traumartiges Erleben, aber kein Traum, sondern vielmehr ein Zustand übermäßiger Wachheit. Man verliert den Realitätssinn nicht, „vielmehr entsteht der Eindruck, dass es verschiedene Realitäten gibt“ (162). Wiederum greift Hasler auf alte Traditionen zurück – hier vor allem auf den Schamanismus – und resümiert: „Visionen helfen uns, großes Leid zu ertragen, mit dem das rationale Denken überfordert ist.“ (170)

Das fünfte Kapitel widmet sich dem intensiven Erleben positiver sozialer Gefühle wie Liebe, Dankbarkeit und Versöhnung und in der Folge mit der Verbesserung von Beziehungen und dem Ausweg aus Isolation und Einsamkeit durch den Einsatz von Psychedelika. Bereits im Rigveda wird die soziale Wirkung des Psychedelikums Soma gepriesen. Hasler greift an dieser Stelle das Veränderungspotential von Psychedelika im Zusammenhang mit der Beziehung zur Natur und zum gesamten Ökosystem auf. Hier verlässt der Autor das Terrain der Psychotherapie und beschreibt eine Studie über Ayahuasca-Zeremonien, an denen Israeli und Palästinenser teilnahmen. Als „Perspektiveneffekt“ bezeichnet Hasler die durch psychedelische Substanzen eröffnete Möglichkeit, „in andere Wesen hineinzuschlüpfen“, um ihre Perspektive direkt zu erleben – durchaus auch in Tiere und Pflanzen –, was in einen Animismus bzw. einen sozialen Egalitarismus mündet, wo es keine allmächtigen Götter oder Menschen gibt, sondern wonach alle „Seelen“ voneinander abhängig sind. „Folge des Perspektiveneffekts ist die Versöhnung – das Gegenteil von Entfremdung“. (196) Die Unfähigkeit, sich selbst und anderen zu vergeben, ist nach Hasler eine wichtige Ursache von Depressionen, Angst, Burnout, Verbitterung und Einsamkeit.

Über den „Intimitätseffekt“ entfalten Psychedelika die Möglichkeit, tiefe Verbundenheit mit sich selbst zu erfahren und den Raum für transpersonale Gedanken und Gefühle zu eröffnen.

Schließlich beschreibt der Autor im sechsten und siebten Kapitel den Weg in die Transzendenz, der den Tod

des Egos, die Überschreitung des narrativen Selbst hin zu einem Höheren Selbst anstrebt. „In der psychedelischen Therapie wird die Dosis so gewählt, dass die Ich-Auflösung nur eine teilweise ist, sodass der Patient seine Erfahrung steuern und bewusst wahrnehmen kann.“ (213f.) Hier wird indirekt eine Gefahr sichtbar – was geschieht, wenn die Dosis zu hoch ist? Kann es vielleicht gar zu einer irreversiblen Ich-Auflösung kommen? Das wäre dann der Zustand einer Psychose. Die Einnahme von Psychedelika setzt offenbar eine gewisse Ich-Stärke voraus. Dennoch greifen im nicht-therapeutischen Kontext oft gerade Ich-schwache Personen zu (auch halluzinogenen) Drogen (Stichwort „Partydrogen“), was das Risiko von Regression und Ich-Auflösung anstatt Transzendierung in sich birgt.

Bei Gregor Hasler werden an dieser Stelle neurobiologische Effekte beschrieben. Er zitiert den Neurophilosophen Georg Northoff, der auf der Basis neurowissenschaftlicher Befunde eine übertrieben starke Selbstfokussierung als Kernproblem der Depression betrachtet. Psychedelika-Therapien lösen diesen Fokus auf. „Eine mögliche Reaktion auf die Ich-Auflösung ist das Gefühl der Ehrfurcht, der Erfahrung der Unendlichkeit oder einer Verbindung mit etwas, das größer ist als das Selbst.“ (217) Und weiter: „Die Psychedelika-Erfahrung belegt auf eindrückliche Weise, dass es für viele Menschen möglich ist, spirituelle Erfahrungen zu machen, ohne an übernatürliche Kräfte oder Gottheiten zu glauben.“ (222)

Der „Selbsttranszendenzeffekt“ ermöglicht im Sich-Übersteigen die Erfahrung, „sich von egozentrischen Überzeugungen, Ängsten, unverheilten Wunden, Zweifeln und Befürchtungen [zu] befreien [und dadurch] anderen besser dienen [zu] können“ (233f.). Das Erleben eines unbewussten Geführtseins und einer verborgenen Weisheit hilft, existenzielle Herausforderungen zu meistern. Der „Alchemieeffekt“ hilft dabei, schwer vereinbare und widersprüchliche Persönlichkeitsanteile miteinander zu versöhnen, sodass eine höhere Einheit entstehen kann. Und der „Singularitätseffekt“ schließlich hilft, schicksalhafte Einschränkungen der Lebensumstände in eine singuläre, höchst individuelle Identität zu verwandeln.

Im achten und abschließenden Kapitel beschreibt Gregor Hasler die richtige Offenheit. „Patienten, die während der psychedelischen Sitzung intensive mystische Erfahrungen machen, haben besonders gute Chancen, dass sie in den folgenden Monaten und Jahren offener werden.“ Und weiter: „Es ist ein Zustand tief ergreifenden Glücks, das einen sprachlos macht.“ (272) Die Beschreibung ähnelt dem Begriff des Staunens, das wir in der Existenzanalyse mit phänomenologischer Offenheit in Verbin-

derung bringen. „Mystische Erfahrungen, die unter anderem in der Psychedelika-Therapie, bei der Meditation, beim Betrachten von Kunst und Natur, beim Musikhören, aber auch spontan auftreten können, scheinen eine Art Neustart für das Gehirn zu sein.“ (273) Hasler bezieht sich an dieser Stelle explizit auf die existenzielle Offenheit, die er mit Welterschließung gleichsetzt und die mit Meister Eckharts „Gelassenheit“ verwandt ist.

Womit Hasler schließlich bei Edmund Husserl und der Phänomenologie angekommen ist. Husserl: „So hat alles Gegenständliche, das mir in der Erfahrung und vor allem in der Wahrnehmung vor Augen steht, einen eigenen und einen fremden Wahrnehmungshorizont der möglichen Erfahrung. Philosophisch gesprochen ist jede Erscheinung, die ich habe, von vornherein ein Teil einer offenen, unendlichen, aber nicht explizit realisierten Totalität möglicher Erscheinungen derselben, und das Subjektive, das zu einer Erscheinung gehört, ist offene Intersubjektivität.“ (277) Und weiter Hasler: „Indem sie die Wahrnehmung erweitern und verändern und den exklusiven Anspruch des Selbst auf Subjektivität infrage stellen, ermöglichen Psychedelika Erfahrungen der unendlich offenen, intersubjektiven Natur der Welt und damit des Higher Self.“ (277)

Psychedelika fördern und erweitern die Möglichkeit, sich den existenziellen Anfragen zu öffnen, ja sie erscheinen gewissermaßen als „Turbo-Booster“ für die Wahrnehmung und die (primäre) Emotion weit über die Grenzen des sprachlichen Dialogs hinaus. Diese hohe Potenz für Öffnung stellt zugleich ihr größtes Gefahrenpotential dar. Der Autor warnt: Die Offenheit, die durch Psychedelika gefördert wird, kann unerwünschte Folgen haben. Menschen, die dazu neigen, an Verschwörungen zu glauben, können noch offener dafür werden. Es geht also darum, die „richtige Offenheit“ zu fördern – eine, „welche die persönliche Resilienz und das Leben einer diversitätsfreundlichen Gemeinschaft stärkt“ (278). Hier tut sich ein Widerspruch auf – der Helioskopeffekt steht nämlich in einem „dialektischen Verhältnis zur psychedelischen Offenheit“: Es gibt Menschen, die trotz des Helioskopeffekts von der psychedelischen Öffnung überfordert sind. „Dazu gehören Menschen mit magischem Denken, Verschwörungsfantasien, Größenwahn und anderen Schwächen des Realitätssinns. Diese sollten nicht mit Psychedelika behandelt werden. Studien belegen sogar, dass es in bestimmten psychosozialen Zuständen, zum Beispiel in einer belastenden oder feindlichen Umgebung, bei psychotischen Krisen oder bei erhöhter Suizidalität nötig sein kann, die Offenheit mit klassischen Psychopharmaka zu senken.“ (280)

Dies ist die Achillesferse der Therapie mit Psychedelika. Um die Gefahren und Kontraindikationen richtig ein-

zuschätzen, wäre umfassende qualitative, phänomenologische Einzelfallforschung nötig, da es sich um hoch komplexe Vorgänge in der menschlichen Psyche handelt, für welche die klassische medizinische und psychologische Forschung (noch) wenige Instrumente anbietet. Die Praktiker bräuchten umfassende, tiefgreifende Selbsterfahrung und Supervision, um klinische Expertise im Umgang mit diesen Substanzen zu entwickeln.

Auch außerhalb des therapeutischen Rahmens muss hier kritisch hingeschaut werden. Der Gebrauch von Psychedelika war seit jeher in einen kultischen Kontext eingebunden – angeleitet durch einen Priester, Mediziner o. dgl. In unserer hoch individualisierten und auf Konsum hin orientierten Gesellschaft laufen meditative und spirituelle Praktiken insgesamt Gefahr, zu einer Ego-Technik zu verkommen, um die eigene Befindlichkeit zu optimieren und gleichzeitig oftmals den persönlichen, sozialen, umweltbezogenen Problemen durch Versenkung in die eigene Innenwelt zu entfliehen. Dies mutet narzisstisch an, zumal es um Selbstoptimierung geht – auch und besonders oft dann, wenn „Spiritualität“ vermeintlich im Fokus ist. Nicht von ungefähr geht es in allen spirituellen Traditionen immer auch um den Dienst an der Gemeinschaft und die Liebe zum Nächsten. Ohne Beziehung zu einem Du, ohne Gemeinschaft gibt es keine Entwicklung – schon gar nicht hin zu einem Höheren Selbst. Die Verabreichung von Psychedelika erfordert einen erfahrenen, integren Begleiter mit einer ethisch reflektierten Einstellung und einer stabilen Persönlichkeit. Vor Beeinflussung durch selbst ernannte „Gurus“, die zur Selbsterhöhung Jünger um sich scharen und (Verschwörungs-)Ideologien verbreiten, muss eindringlich gewarnt werden. Rausch und Ekstase ist immer nur ein punktuell erlebtes und bedarf der Integration dieser tiefgreifenden Erfahrung in das eigene Leben auf der je individuellen Ebene. Dies gelingt nur im Wege des Dialogs mit einem Gegenüber – wie sonst auch in der Psychotherapie.

Gregor Hasler beschreibt schließlich die „transformative Offenheit“, die eine „Alles-oder-Nichts-Qualität“ hat. Es sind Erfahrungen, die uns zu jemand anderem werden lassen – eine Wandlung, wie wir sie in der Kindheit oftmals und an kritischen Übergängen auch später im Leben erfahren haben: die ersten Schritte, das erste Wort, die erste Beziehung, Elternschaft usw. Hasler spricht hier vom „Gebäreffekt“ als einem Zusammenspiel aller vorher erwähnten psychedelischen Effekte, die eine Verwandlung ermöglichen. „Für die Psychedelika-Therapie ist die Wiedergeburt als Initiation oder Erneuerung typisch.“ (289) Körper-eigene oder therapeutische Psychedelika fördern offenbar eine neuronale Transformation, die psychisch als Wiedergeburt erlebt werden kann. In archaischen Kul-

turen bedeutete Heilung die Wiedergeburt des Kranken. Das moderne Leben kennt keine solche Wiedergeburt mehr – dennoch ist die Sehnsucht danach ungebrochen. Daraus ist das wachsende Interesse an Psychedelika zu verstehen.

Den Abschluss und zugleich Kulminationspunkt aller zuvor beschriebenen Wirkungen bildet der „Lichtungseffekt“ – die Fähigkeit der Psychedelika, Offenheit in Form mystischer Zustände zu erzeugen. Im menschlichen Leben gibt es Herausforderungen, die an die Grenzen psychischer Bewältigungsfähigkeiten führen. Neben der eigenen Geburt ist die Aussicht auf den Tod eine solche Herausforderung. Körpereigene Psychedelika scheinen die Stressbewältigung durch neuronale Plastizität zu fördern. Sie spielen nicht nur bei der Geburt, sondern auch im Sterben eine Rolle. „Dafür spricht, dass Nahtoderfahrungen viele Ähnlichkeiten mit psychedelischen Erfahrungen haben.“ (294) Gregor Hasler greift an dieser Stelle auf die Existenzphilosophie, nämlich auf Heidegger zurück, wenn er schreibt: „Heidegger war der Meinung, dass das Dasein nicht erst aufgehellt werden muss, sondern sich selbst ‚lichtet‘. Dasein ist eine Lichtung, die durch den Lichtungseffekt zum Vorschein kommt.“ (298) „Der Lichtungseffekt führt zu einer großen Verbundenheit, weil die Durchsichtigkeit des gelichteten Selbst es erlaubt, die Dinge so zu sehen, wie sie wirklich sind, was es wiederum erlaubt, bei ihnen zu sein. [...] Er ist ein Freimachen, das zu Freiheit führt, eine Bewegung hin zu neuen Möglichkeiten. [...] Das Betreten der Lichtung heißt, in die Offenheit einzutreten, sich auf das Offene einzulassen.“ (299f.)

Gregor Hasler zeigt mit seinem Buch, dass er neben der erforderlichen Kompetenz als Psychiater und Psychotherapeut mit umfassender klinischer und wissenschaftlicher Expertise gleichzeitig den erforderlichen Weitblick – in umfassender Kenntnis der abendländischen und der östlichen Philosophie – hat und sich darüber hinaus als Mensch durch eine humanistische Grundhaltung und persönliche Integrität auszeichnet – alles notwendige Voraussetzungen, um diesem Grenzbereich menschlicher Erfahrung gerecht zu werden. In der genauen phänomenologischen Analyse der Effekte und Wirkungsweisen von Psychedelika auf die Psyche und das Bewusstsein greift er Themen auf, die der existenzanalytischen Anthropologie durchaus nahestehen. In gewissem Sinne könnte man Psychedelika als „adjuvante Methoden“ einer existenzanalytischen Psychotherapie betrachten, die sehr schnell und direkt an die für den einzelnen Menschen existenziell relevanten Themen heranzuführen. Darin liegen Chancen und Gefahren zugleich. Weitere sorgfältige klinisch-phänomenologische Forschung in beträchtlichem Umfang

wird nötig sein, um zu klaren Risikoeinschätzungen für den therapeutischen Einsatz zu gelangen. Von einem regulären klinischen Einsatz sind wir noch weit entfernt. Wir dürfen auf die bevorstehenden Entwicklungen gespannt sein. Haslers Buch bietet jedenfalls einen hervorragenden Einstieg in das Thema.

Astrid Görtz