Som tang i en bølgezone

- en undersøgelse af forandringsprocesser og bevidsthedsændrende oplevelser under indflydelse af psykedelika

Forfatter:
Emil Efferbach
Stud. Mag. i Læring- og forandringsprocesser; 10. semester: *Kandidatspeciale*
Aalborg Universitet København 2021
Anslag: 189.314

Forsidebillede: "Som tang i en bølgezone" ©Emil Efferbach, 2021

Abstract

The following thesis will examine the experiences of selected informants under the influents of psychedelic substances. They key area of this thesis is to examine the conscious altering potential in the experiences themselves as opposed to a neuroscientific viewpoint. Instead, the thesis takes its theoretical foundation in the phenomenological research of Dan Zahavi (2018) as well as Gallagher & Zahavi (2011). This is done with an emphasis on key concepts explained in the thesis, such as intersubjectivity, intentionality, perceptual holism, reduction among others (Zahavi, 2018).

The thesis also include research conducted by Carter-Harris et al. (2014), Letheby (2016) and Preller & Vollenweider (2018) to nuance the answering of the problem definition of the thesis with both phenomenological research as well as psychiatric and psychological research. This is done in attempt to highlight and understand what potential (if any) there can be in the psychedelic experiences themselves when not only looked at as a way of treating a variety of different diagnoses such as addiction and depression but also when we accredit the experiences themselves with a potentially conscious altering effect.

Methodologically the thesis analyzes and discusses the descriptions of three informants. These informants all agreed to share their experiences which they had under the influence of various psychedelic substances such as psilocybin and LSD.

The design of the thesis is modelled on seaweed under water when a wave hit it, and the seaweed starts to waver. This is due to the fact of one of the informants' descriptions with his experience with psilocybin, and this description creates the analytical structure used throughout this thesis. It also serves as the main title.

This thesis finds that the set and setting of the informants is highly influential on how and what they experience under the influence of psychedelics. It also finds that to experience alterations in the conscious mind after a psychedelic trip, it seems crucial to understand and be able to integrate these experiences in our everyday lives after a trip is complete. Finally, the thesis suggests that while much is already known about the phenomenological nature and biology of psychedelic substances, much is still up for debate. Especially when focusing of the changing potential in our consciousness when attributing the experiences had under the influence of psychedelics.

Forord

Det følgende speciale er udarbejdet på kandidatuddannelsen Læring- og forandringsprocesser ved Aalborg Universitet i København i forårssemestret 2021. Specialet behandler udvalgte informanters oplevelser med psykedeliske stoffer samt forandringspotentialet i disse, og jeg føler det essentielt at knytte et par kommentarer til hvordan dette speciale er udarbejdet samt fremhæve vigtige personer, der har medført at denne undersøgelse er blevet til, som den er.

Først og fremmest er det følgende speciale hverken en opfordring til at indtage psykedeliske stoffer eller en negligering af disse substansers risici. Ej heller skal det læses som en vejledning til hvordan disse anskaffes eller fremstilles. Specialets hovedsagelige formål er primært at undersøge disse oplevelsers natur, og forsøge at kaste lys over hvilket potentiale der kan være i disse. Det er således udarbejdet som et studie i hvordan bevidstheden oplevelses under indflydelse af psykedeliske substanser, særligt med et fokus på hvilke forandringsprocesser disse oplevelser medfører hos den enkelte informant efter de har haft deres oplevelser med substanserne.

Der er mange at takke i udarbejdelsen af dette speciale, ikke mindst grundet undersøgelsens varighed. Jeg vil dog fremhæve enkelte nøglepersoner, der har haft en særlig indvirkning på tilblivelsen af dette speciale, og beder på forhånd om tilgivelse fra de mennesker, jeg af uransagelige årsager måtte have glemt.

Tak til mine informanter for hvem dette speciale ganske enkelt ikke havde kunnet lade sig gøre; tak fordi I ville dele jeres oplevelser med psykedeliske substanser med mig i et akademisk øjemed. Tak til mine sparringspartnere Astrid og Julie, for at dele jeres tanker, jeres faglige sparring, jeres smittende optimisme, samt jeres tålmodighed og forståelse med mig, når jeg har været besværlig undervejs. En hjertelig tak til mine forældre, der holdt hovedet koldt når jeg glemte at gøre det, og for jeres ukuelige opbakning gennem hele forløbet. Til mine venner, der har læst korrektur; Iris og Martin, I aner ikke hvor meget det har hjulpet. Til mine venner, der gave mig et afbræk fra processen i de former, der var muligt under en lockdown.

En særlig tak må jeg give til min vejleder Mira. Uden hendes kyndige vejledning samt personlige sparring, var der ikke noget at læse i det følgende. Tak af hjertet.

Til dig, der læser specialet: Jeg ønsker dig en god oplevelse.

Indholdsfortegnelse

Kapitel 1 – Begyndelsen ... 6
1.1 Indledning ... 6
1.2 Begrebsafklaring ... 9
1.2.1 Psykedelika ... 10
1.2.2 Bevidsthed og selvbevidsthed ... 11
1.2.3 Trip ... 12
1.2.4 Entropi ... 12
1.2.5 Psilocybin ... 13
1.2.6 LSD ... 13
1.2.7 Default Mode Network (DMN) ... 13
1.2.8 Mikrodosering; 'microdosing' ... 14
1.3 Problemfelt ... 15
1.4 Problemformulering ... 16
1.4.1 Forskningsspørgsmål ... 16
1.5 Den forskningsmæssige relevans ... 16
1.6 Undersøgelsesdesign ... 19
1.6.1 Fænomenologiske refleksioner ... 22
Kapitel 2 – Metodologi ... 24
2.1 Etnografiske overvejelser og metodiske refleksioner ... 24
2.1.1 Selvetnografiske refleksioner ... 26
2.1.2 Om håndtering af empiri og etiske overvejelser ... 29
2.2 Om informanterne ... 31
2.2.1 Modellen forklaret ... 32
2.2.2 O1: Den naturlige oplever ... 32
2.2.3 O2: Den mikrodoserede oplever ... 33
2.2.4 O3: Den heroiske oplever ... 33
2.3 Om interviewguide ... 34
2.3.1 Det handler om oplevelser ... 34
2.4 Om transskription og kodning ... 36
2.4.1 Kodning temaer og farver ... 37
Kapitel 3 – Teori ... 38
3.1 Teoretiske overvejelser i forhold til emnet ... 38
3.1.1 En ikke-naturalistisk forståelsesramme ... 39

3.1.2 Livsverden og den psykedeliske livsverden ... 40
3.1.3 Den perceptuelle holisme og psykedelika ... 41
3.1.4 Den psykedeliske reduktion ... 41
3.1.5 Om intentionalitet og psykedelika ... 43
3.1.7 Om intersubjektivitet og psykedelika ... 44
Kapitel 4 – Analysestrategi ... 44
4.1 Første stadie: Bølgen dannes ... 46
4.2 Andet stadie: Bølgen rammer ... 47
4.3 Tredje stadie: Bølgen aftager ... 47
Kapitel 5 – Resultatbehandling ... 48
5.1 Første stadie: Bølgen dannes ... 49
5.1.1 Delkonklusion ... 54
5.2 Andet stadie: Bølgen rammer ... 54
5.2.1 Det sensoriske og tiden ... 55
5.2.2 Om selvet og opløsningen ... 58
5.2.3 Om forbundethed og den mystiske oplevelse ... 60
5.2.4 Delkonklusion ... 61
5.3 Tredje stadie: Bølgen aftager ... 62
5.3.1 Delkonklusion ... 67
Kapitel 6 – Konklusion ... 68
Litteraturliste ... 70
Links til online interviews, dokumentarer og film ... 72
Artikel ... 74
Undersøgelsens udgangspunkt ... 74
I fænomenologiens fodspor ... 74
Dem der oplever ... 75
Bølgens tre stadier ... 75
Resultaterne ... 76
Afslutningen ... 77
Referencer ... 77

Kapitel 1 – Begyndelsen

1.1 Indledning

> "*Of all the phenomenological effects that people on psychedelics report, the dissolution of the ego seems to me by far the most important and the most therapeutic.*" (Pollan 2018: 389)

Dette projekt startede for mit vedkommende mere eller mindre med refleksioner forbundet med indholdet i dette citat. Selvom citatet ikke nødvendigvis kan siges at beskrive hverken psykedeliske substanser, bevidstheden eller vores oplevelser tilknyttet til disse fænomener synes det for mit vedkommende at beskrive en mere eller mindre essentiel del af begge. Vores oplevelse af virkeligheden forankret i indtagelsen af et naturligt forekommende middel samt en overvejelse om, at menneskets sensoriske apparat synes at være en del af fundamentet for at forstå og tilgå vores omverden, fascinerer mig, og denne fascination blev til en nysgerrighed i et forsøg på at blive klogere på, hvordan psykedeliske substanser egentlig påvirker vores oplevelse af vores bevidsthed. Bevidstheden og forskellige måder at påvirke eller ændre denne på, optog mig i noget tid før jeg gik i gang med denne undersøgelse; jeg stillede mig selv spørgsmål som: "Kan psykedelika[1] ændre vores opfattelse af, hvordan vi håndterer negative, svære eller uforudsigelige tilstande i vores bevidsthed?" og "hvordan ændrer vores oplevelse af bevidstheden, under indflydelse af psilocybin, sig i forhold til at opnå en øget evne til at fokusere i hverdagen? Til at håndtere stress? Til at lære? Til at ændre opfattelsen af selvet og opdage nye eller andre mulige handlingsmønstre i forhold til denne opfattelse?"

Selvom disse spørgsmål stadigvæk forbliver relativt ubesvarede, blev det tydeligere for mig, at en undersøgelse af oplevelser med vores bevidsthed under indflydelse af psykedelika, er et mere nuanceret forskningsområde end jeg var først var opmærksom på. Jeg vil derfor i det senere afsnit "Problemfelt" uddybe centrale pointer og refleksioner i et forsøg på at tydeliggøre min undersøgelses grundlag, både med teoretiske overvejelser og forskellige, faglige forskningsvinkler på et for mig relativt nyt- og uudforsket territorie omhandlende menneskets bevidsthed og psykedelika. Her føler jeg mig nødsaget til at uddybe, hvorfor denne undersøgelse har sit navn; 'Som tang i en bølgezone' er i virkeligheden et gennemgående tema for denne undersøgelse og influerer både analysestrategien med tilhørende model (se Analysestrategi og Figur 3), samt et billede på, hvordan psykedelika influerer mine informanters oplevelser med bevidstheden. Vendingen er med udgangspunkt i min informant O3 (jf. 2.2.4), der i mit interview med vedkommende beskriver en kropslig oplevelse af at stå og svaje på benene, som tang i en bølgezone. Det vil blive uddybet yderligere nedenfor,

[1] Jeg anvender begrebet 'psykedelika' gennem dette projekt som betegnelsen for de klassiske, psykedeliske substanser, også betegnet hallucinogener. Se "Begrebsafklaring" nedenfor for detaljer herom.

men det nævnes her i et forsøg på at vejlede læseren en anelse mere i retning af den struktur og det billedsprog jeg anvender gennemgående i dette projekt.

Til at belyse disse overvejelser og spørgsmål i forbindelse med hvordan bevidstheden opleves under indflydelse af psykedelika, reflekterer jeg undervejs over mine etnografiske—og metodiske overvejelser i udarbejdelsen af dette projekt, da disse har haft en essentiel betydning for min tilgang til felten i form af interview med mine informanter, og hvordan jeg har udarbejdet interviewguiden (se 2.3), der ligger til grund for produktionen af min empiri. Jeg redegør herefter for mit teoretiske afsæt i et fænomenologisk udgangspunkt primært som beskrevet af Dan Zahari (2018), der er teoretisk influeret af den oprindelige, filosofiske fænomenologi fra 19. århundrede, udtænkt af Hutterl (se eksempelvis Zahari 2018 & Rendtorff, 2013). Jeg argumenterer for, hvordan jeg anvender denne filosofiske tradition med begreber som epoché, reduktion, livsverden, intentionalitet og intersubjektivitet (se eksempelvis Zahari 2018 og Gallagher & Zahari 2011) som en del af min videnskabelige metode, og ikke udelukkende holder mig til at behandle bevidstheden filosofisk, selvom der kan argumenteres for at fænomenologi i udgangspunktet er et filosofisk projekt og ikke en empirisk disciplin (Gallagher & Zahari 2018). Det uddybes i det senere hvilken relevans de førnævnte begreber har for undersøgelsen samt hvilke specifikke sammenhænge begreberne anvendes i, men det nævnes her for overblikkets skyld samt for at eksemplificere, hvordan fænomenologien bidrager til både min videnskabelige metode samt teoretiske fundament.

I forlængelse af mit fænomenologiske udgangspunkt, inddrager jeg ydermere flere teoretikere fra forskellige videnskabelige felter i et forsøg på at tydeliggøre mulige forbindelser med den oplevede bevidsthed, psykedeliske substanser og dele af den forskning, der ligger til grund for vigtige begreber for min undersøgelse. Dette med det fokus, at selvom fænomenologien muligvis kan besvare dele af min undersøgelse som omhandler bevidstheden og oplevelsen af denne, finder jeg det relevant at belyse disse fænomener med relevant bevidsthedsforskning, der omhandler netop psykedelika og disses indflydelse på oplevelsen af bevidstheden. Jeg inddrager til denne del af undersøgelsen blandt andet teoretikere, der forsker eller har forsket i emner og begreber som 'self-consciousness' (Carhart-Harris et al. 2018) samt koblingerne mellem forskellige bevidsthedsstadier og oplevelserne under påvirkning af psykedeliske substanser (se eksempelvis Carhart-Harris et al. 2018 og Preller & Vollenweider 2018). Ligeledes inddrages relevante pointer indenfor bevidsthedsfilosofi i forhold til oplevelser og psykedeliske forandringer som beskrevet af Christopher Letheby (2016) i afhandlingen "The Philosophy of Psychedelic Transformation", samt relevante fænomenologiske-psykologiske perspektiver beskrevet blandt andet af Hannah Kirk (2018) i "Psychedelics and Entheogens: Implications of Administration in Medical and Non-Medical Contexts". Dette gøres i et forsøg på at undersøge potentialet i at besvare min problemformulering ved at koble et fænomenologisk udgangspunkt med fokus

på oplevelsen af bevidstheden sammen med relevant bevidsthedsforskning indenfor naturvidenskaberne med et specifikt fokus på at undersøge bevidsthedsoplevelser med psykedeliske substanser.

Herefter præsenteres mine resultater. Jeg har med vilje valgt ikke at opdele resultatbehandlingen i eksempelvis et analyseafsnit og et diskussionsafsnit, men inddrager i stedet diskuterende pointer undervejs i min resultatbehandling. Dette gøres i et forsøg på at besvare min problemformulering så nuanceret som muligt. Jeg inddrager i projektets resultatbehandling ydermere begrebet 'entropi' som beskrevet af blandt andre Carter-Harris et al. 2018 og inddrager ligeledes begreberne 'intentionalitet' og 'perceptuel holisme' som beskrevet af Gallagher & Zahari 2018. Begreberne defineres specifikt i Kapitel 3 i et forsøg på at belyse, hvilke sammenhænge der kan opleves mellem bevidstheden og virkeligheden som italesat- og perciperet af mine informanter. Ligeledes for at inddrage en mere nuanceret besvarelse af problemformuleringen som kan understreges af de faktum, at bevidstheden ikke nødvendigvis kan anskues blot på én enkelt måde – og derved kan min besvarelse det muligvis heller ikke uden inddragelse af både fænomenologiske begreber til resultatbehandlingen såvel som naturvidenskabelige til at forholde sig til bevidstheden under indflydelse af psykedeliske substanser. Som Gallagher & Zahari beskriver det: "*Vi kan og bør sammenligne vores fænomenologiske beskrivelser med andres beskrivelser.*" (Gallagher & Zahari, 2010: 48)

Dette sammenligningsgrundlag er relevant at nævne i forhold til dette projekt, idet det udmærket illustrerer mit udgangspunkt i at undersøge bevidsthedsændringer oplevet af forskellige informanter med forskellige oplevelser, opfattelser og overvejelser, de har haft med psykedeliske substanser. Det illustrerer ligeledes, hvorfor denne undersøgelse med høj sandsynlighed kan ende med at blive besvaret tvetydigt, alt efter de forskellige metodiske greb og teoretiske udgangspunkter, jeg anvender. Som Zahari (2018) blandt andet beskriver må man i fænomenologien forsøge at belyse både videnskabelige fund, sociale institutioner og kulturelle produkter, og dette underbygger mit argument om at alt efter hvilke af mine overordnede spørgsmål (jf. Problemformulering) jeg forholder mig til igennem undersøgelsens resultatbehandling, kan min fund vise sig at være alt andet en ensidige; "(…) *fænomenologiens ærinde er netop at stille disse kritiske spørgsmål, og det gør den ved at undersøge alle genstande, videnskabelige fund, kulturelle produkter, sociale institutioner osv. med et blik på, hvordan de fremtræder og manifesterer sig for os.*" (Zahari, 2018: 54)

Om der efterfølgende kan generaliseres nogle entydige svar på denne undersøgelse, er endnu uvist, idet bevidsthedsoplevelser med psykedeliske stoffer kan, som det senere vil fremgå i dette projekt, vise sig at være forankret i det enkeltes individs forhold til disse oplevelser; faktorer som narrativer vedrørende psykedelika kan muligvis influere disse oplevelser, og selv den enkeltes informants mentale tilstand kan vise sig at influere, i hvilken grad oplevelser med bevidsthedsændringer overhovedet kan anvendes konstruktivt senere hen. En forståelse af bevidstheden og oplevelser af denne under indflydelse af psykedeliske substanser, er

på nuværende tidspunkt med et udgangspunkt i min interesse i at forstå en naturlighed ved menneskets oplevelse af at være et bevidst væsen i en naturlig verden. Denne naturlige verden er muligvis subjektivt forankret, idet det kan antages, at denne er influeret af vores sanseapparat, vores følelser og vores forestillinger i fantasien. Michael Pollan (2018) beskriver dette forhold med udgangspunkt i den tyske naturvidenskabsmand Alexander von Humboldt[2] i bogen "How To Change Your Mind" ganske tydeligt, og det illustrerer fint de overvejelser jeg har beskrevet i det ovenstående;

> "*Humboldt believed it is only with our feelings, our senses, and our imaginations – that is, with the faculties of human subjectivity – that we can ever penetrate nature's secrets.*" (Pollan 2019: 126-27)

Med dette in mente har jeg indledningsvis beskrevet mit udgangspunkt for at foretage denne undersøgelse. Jeg redegør i det senere for mine metodiske overvejelser samt mit teoretiske udgangspunkt, der danner grundlaget for min resultatbehandling. Jeg afrunder til slut dette projekt med en konklusion på den nedenstående problemformulering samt forandringsperspektiver relateret til mulig forskning omhandlende psykedelika og bevidsthed.

Først vil jeg dog definere centrale begreber i det nedenstående, idet denne undersøgelse ellers mister noget af sin essens, og ydermere bidrager disse begreber til læserens fordel, idet disse begrebers betydning ikke kan regnes som værende alment kendte af enhver, der ikke før har stiftet bekendtskab med denne undersøgelses centrale omdrejningspunkt, oplevelser af bevidstheden under indflydelse af psykedelika.

1.2 Begrebsafklaring

Jeg vil i dette projekt præsentere forskellige begreber, der anvendes igennem hele undersøgelsen. Det er mit formål med dette at danne et overblik for læserens skyld. Begreberne er primært af faglig karakter men ligeledes vil der være begreber, jeg af hensyn til min besvarelse har valgt at oversætte eller udvide med egne overvejelser taget i betragtning. Dette skyldes til dels et forsøg på at skærpe fokus på indholdet uden at risikere for mange tekniske definitioner undervejs, til dels det faktum, at nogle begreber oversat til dansk mister noget af betydningen samt en overvejelse der omhandler ord- og begreber, jeg har fundet passende at anvende i denne undersøgelse men som ikke nødvendigvis anvendes på samme måde af andre forskere, forfattere, etcetera. Min hensigt med dette afsnit er således at skabe klarhed over de begreber og termer,

[2] Humboldt var blandt andet en stor fortaler for tanken om at alt i den naturlige verden kunne ses som forbundne i et sammenhængende net; "(…) *Humboldt revolutionerede vores måde at anskue naturen på. (…) Denne indsigt førte til opfattelsen af livet i naturen som et sammenhængende net, som vi kender det i dag.*" (Wulf, 2019: 30)

jeg vurderer, er essentielle for at min undersøgelse og dette projekt som helhed kan læses med så meget overordnet sammenhæng som muligt. Derfor opfordres læseren til at læse dette afsnit med omhu.

1.2.1 Psykedelika

Dette begreb anvendes i dette projekt til beskrivelsen og betegnelsen for de 'klassiske', psykedeliske stoffer. Ved de klassiske, psykedeliske stoffer forstås de stoffer, der har en dokumenteret påvirkning af vores bevidsthed, både sanselige og kropslige ændringer samt vores fornemmelse for tid. Dette er i denne undersøgelse psilocybin, LSD og DMT. Sidstnævnte er det aktive stof i bryggen ayahuasca hvor stoffet eller 'Aya' dikterer, hvad den enkelte oplever og skal arbejde videre på, uanset vedkommendes hensigt- og intentioner inden påbegyndt ceremoni. Dette beskriver Margit Anne Petersen (2021), der arbejder ved Center for Rusmiddelforskning ved Aarhus universitet, på følgende måde i tidsskriftet STOF; *"Deltagere fra Ayahuasca-ceremonier fortæller ofte også, at det er stoffet – 'Aya' – der bestemmer, hvad de skal arbejde på, uanset hvad deres hensigter drejer sig om."* (Petersen 2021: 17)

Katrin Preller & Franz Vollenweider (2018) beskriver disse substanser på en lignende måde i deres kapitel "Phenomenology, Structure, and Dynamic of Psychedelic States" (Preller & Vollenweider, 2018; Halberstadt, Vollenweider & Nichols, 2018), hvor de beskriver de klassiske psykedelika på følgende måde:

> *"Classic hallucinogens or psychedelics such as LSD, psilocybin, DMT, and mescaline comprise a group of compounds all of which produce a so-called altered state of consciousness (ASC) that is characterized by profound alterations of sensory perception, mood, thought, perception of reality, and the sense of self (Hofmann 1968)."* (Preller & Vollenweider 2018: 221)

Psykedelika forstås i forlængelse af den overordnede definition af de psykedeliske substanser. Det anvendes i forlængelse af definitionen på ordet psykedelisk (fra det engelske begreb 'psychedelic', der stammer fra den græske sammentrækning af 'psyke' der betyder 'sjæl' og 'delos' der betyder 'sind' eller 'klarhed')[3] og udvides i dette projekt med betegnelsen 'psykedelika'. Dette skyldes, at når jeg eksempelvis i det senere redegør for hvilke substanser en informant har indtaget, findes det mere retvisende at anvende dette begreb, 'psykedelika', idet det bliver betegnelsen for alle de substanser, der falder inden for de klassiske, psykedeliske stoffer. Hvor 'psykedelisk' i dette projekt bliver bredere i den forstand at det både kan beskrive konkrete substanser men også eksempelvis en psykedelisk oplevelse, og idet denne betegnelse kan forstås tvetydigt afhængigt af konteksten, anvendes det indførte begreb psykedelika specifikt i beskrivelsen og kontekst

[3] Se https://www.merriam-webster.com/dictionary/psychedelic#other-words

vedrørende konkrete psykedeliske substanser. Dette begrebs grundlæggende, fænomenologiske betydning er ligeledes beskrevet på følgende måde af Letheby (2016), der forbinder de klassiske psykedeliske substanser med deres fænomenologiske egenskaber, frem for deres kemiske og neurovidenskabelige:

> *"What unites them is phenomenology: despite differences in molecular structures and receptor binding profiles, all drugs classified as 'psychedelics' induce a characteristic type of altered state of consciousness."* (Letheby 2016: 24)

Dette skal forstå således at selvom forskellige psykedelika er forskellige i deres biokemiske struktur, er den centrale betydning for denne undersøgelse deres bevidsthedsændrende egenskaber.

1.2.2 Bevidsthed og selvbevidsthed

I et projekt, der har til hensigt at undersøge bevidstheden og hvordan denne opleves under indflydelse af psykedelika, er en begrebslig afklaring af, hvorledes bevidsthed skal forstås i denne sammenhæng selvskrevet. Begge begreber 'bevidsthed' og 'selvbevidsthed' vil uddybes i detaljer senere (jf. Kapitel 3) men defineres her for overblikkets samt forståelsens skyld.

Både bevidsthed og selvbevidsthed anvendes med udgangspunkt i fænomenologiske traditioner, og her hænger begreberne uløseligt sammen på følgende måde: Bevidsthed skal forstås som noget, jeg oplever, sanser, fornemmer etcetera, noget jeg kan være bevidst om. Forholder vi os efterfølgende til *hvad* vi kan være bevidste om, bliver dette et udtryk for hvad vi kan være bevidste om i kraft af vores erfarede verdensbillede. Dette forstås som vores selvbevidsthed, og Gallagher & Zahari (2011) beskriver forholdet mellem bevidsthed og selvbevidsthed på følgende måde:

> *"Når jeg kigger ud ad vinduet, får jeg øje på bilen som jeg parkerede i indkørslen for lidt siden. Her giver det mening at sige jeg er bevidst om bilen, eller at jeg har en førsteordensbevidsthed om den."* (Gallagher & Zahari, 2011: 70)

Beskrivelsen fortsætter således:

> *"Men kan jeg være bevidst om bilen og derved være i stand til at fortælle dig hvad jeg er bevidst om, medmindre jeg også på en eller anden måde er fortrolig med eller bekendt med selve min oplevelse af bilen? Eftersom en sådan fortrolighed i givet fald vil være en bevidsthed om mig selv som bevidst, vil vi anse den for at være en form for selvbevidsthed."* (Gallagher & Zahari, 2011: 70)

Selvom det primært er således, der i dette projekt skelnes mellem bevidsthed og selvbevidsthed, skal det understreges, at især selvbevidsthed hænger sammen med begrebet intentionalitet, der redegøres for

senere (jf. 3.1.5). Afslutningsvis skal det tilføjes, at der til begrebet selvbevidsthed i dette projekt ligeledes forstås en forbindelse med psykedelika og i forlængelse heraf egoets opløsning. Dette fænomen er relevant at forstå i sammenhæng med de fænomenologiske beskrivelser af begrebet, idet flere af mine informanter netop oplever egoets opløsning i deres oplevelser med psykedelika (se eventuelt Kapitel 5), og derfor er det essentielt at være opmærksom på denne forståelse af begrebet på nuværende tidspunkt. Raphaël Millière et al. (2018) illustrerer forbindelsen mellem psykedelikas indflydelse på selvbevidstheden ved at tydeliggøre en muliggjort effekt af klassiske psykedelikas indflydelse på en oplevelse af egoets opløsning; ”(…) *classical psychedelics are known to produce significant disruptions of self-consciousness, a phenomenon known as drug-induced ego dissolution.*” (Millière et al., 2018: 1)

Netop egoets opløsning eller ’dissolution’ vil blive uddybet yderligere senere, men det nævnes her for at tydeliggøre forbindelsen mellem denne oplevelse og psykedelikas indflydelse på, hvordan det opleves samt forbindelsen mellem oplevelsen af egoet og psykedelikas mulige indflydelse på dette.

1.2.3 Trip

En psykedelisk oplevelse er på dagligdagssprog bedre kendt som et ’trip’. Dette kan enten beskrives som værende godt eller dårligt; et ’good trip’ eller et ’bad trip’ (Letheby 2016). Når begrebet anvendes i dette projekt, skyldes det primært, at jeg selv er influeret af en forståelse af dette begreb når der har været tale om psykedelika eller psykedeliske oplevelser, og ligeledes grundet det faktum at flere af mine informanter anvender dette begreb gennemgående i empirien, fremfor eksempelvis at anvende ’psykedelisk oplevelse’. Enkelte af mine informanter nævner ligeledes gode og dårlige, eller good eller bad trips, hvorfor dette er nævnt ovenfor.

1.2.4 Entropi

Entropi er typisk et begreb, der anvendes i naturvidenskaberne til at forklare og måle usikkerhed eller uvidenhed i et givent system. I dette projekt anvendes det som en kombination af denne definition og udvides til at beskrive forskellige bevidsthedsstadier og disses mulige sammenkobling og gensidige afhængighed af entropiske, kvalitative oplevelser. Min anvendelse af dette begreb ligger derfor i forlængelse af hvordan Carhart-Harris (2014) et al. definerer begrebet; ”*Entropy is a dimensionless quantity that is used for measuring uncertainty about the state of a system but it can also imply physical qualities, where high entropy is synonymous with high disorder.*” (Carhart-Harris et al., 2014: 1). I forlængelse heraf anvender jeg dog begrebet med en overvejende vægt på de kvalitative egenskaber ved begrebet. Dette gøres med det primære formål at undersøge sammenhængen med oplevede tilstande i bevidstheden under indflydelse af psykedelika og eventuelle entropiske tilstande i mine informanters beskrivelser.

1.2.5 Psilocybin

Dette er betegnelsen for det aktive psykedeliske hallucinogen i forskellige svampearter eller såkaldte 'magic mushrooms' (se eksempelvis Kirk 2018 og Millière et al. 2018). Ved indtagelse medvirker stoffet typisk bevidsthedsudvidende effekter der kan sammenlignes med de andre psykedelika LCD og DMT. Dette kan eksempelvis inkludere eufori, visuelle hallucinationer, generelle ændringer i vores sensoriske apparat og en mistet fornemmelse for opfattelsen af tid samt opfattelsen af selvet (se eksempelvis Millière et al. 2018, Kirk 2018 og Letheby 2016).

1.2.6 LSD

LSD eller substansens fulde navn, D-lysergsyrediethylamid, er et kemisk fremstillet psykedelisk stof, der oftest er afledt af meldrøjesvampen, der forekommer voksende på rug (Kirk 2018). Det behandles i dette projekt som én af de 'klassiske' psykedeliske substanser på trods af et faktum, at det skal syntetiseres for kemisk mulig indtagelse. Dette skal eksempelvis svampe, der indeholder psilocybin, ikke.

1.2.7 Default Mode Network (DMN)

Default Mode Network, herefter betegnet med forkortelsen 'DMN' (se blandt andet Carhart-Harris et al. 2014 og Letheby 2016) anvendes i dette projekt til at redegøre for det 'basisstadie' af bevidstheden, der dannes fra vores fødsel til vi er blevet voksne (Carhart-Harris et al. 2014). Det anvendes i dette projekt til at forklare og nuancere vores oplevelser af hvordan vi definerer vores bevidste virkelighedsopfattelse, som i forhold til DMN er anderledes og, i forhold til forskningsresultater indenfor neurovidenskaberne (se Carhart-Harris et al. 2014), en såkaldt renere oplevelse når vi er børn og inden DMN dannes i vores hjerner. Dette netværk beskrives som det netværk, der blandt andet er ansvarlig for hvordan vi tolker sensoriske indtryk og herefter bearbejdelsen af de indtryk og informationer, vores oplevelse og bevidsthed om virkeligheden og, i forlængelse heraf, vores omverden således, at vi efter dannelsen af DMN ikke længere behøver at bearbejde hele vores bevidste indtryk af virkeligheden 'uden filter'. Nyere forskning indenfor psykiatrien peger ligeledes på, at vores 'sense of self' og derved vores oplevede forestilling eller narrativ om vores forestilling om et ego er tilknyttet dette netværk, at dette i høj grad foregår i vores underbevidsthed og at psykedelika midlertidigt nulstiller de forbindelser, der danner dette komplicerede netværk, og derved åbner for at vi kan danne nye forbindelser i hjernen efter at have indtaget psykedelika. Som Carhart-Harris et al. ligeledes beskriver det, er det indtil videre uklart, hvorfor DMN anvender en forholdsvis høj mængde af hjernens energiforbrug og at dette kan skyldes et fysisk 'modsvar' til vores opfattelse af egoet, der i høj grad opleves implicit eller som en del af vores underbevidsthed:

> *"It is consistent with the hypotheses of this paper to suggest that this apparent excess energy of apparently unknown function, residing in the DMN, is in fact the physical*

counterpart of the narrative-self or ego – much of which is indeed unconscious or implicit." (Carhart-Harris et al. 2014: 6)

Det er vigtigt at påpege, at ved anvendelsen af begrebet DMN ønskes der i dette projekt hverken at be- eller afkræfte, hvorvidt et sådan netværk rent fysisk eksisterer, men derimod at nuancere og muligvis udvide forståelsen af, hvordan dette netværks tilsyneladende tilknytning til vores oplevede ego, vores 'sense of self', kan påvirkes og ændres ved indtagelse af psykedelika (se eksempelvis Letheby 2016). Som Carhart-Harris et al. (2014) yderligere indikerer, kan psykedelika betragtes- og anvendes som en reel behandlingsform mod en række mentale 'forstyrrelser'[4] netop fordi disse substanser nedsætter aktiviteten i DMN og derved opløser en tidligere kognitiv rigiditet (Letheby 2016), som disse lidelser kan ses som en direkte forlængelse af i tilknytning til det oplevede selvbillede eller oplevede ego.

1.2.8 Mikrodosering; 'microdosing'

Mikrodosering eller 'microdosing' (jf. Kirk 2018) er en term, der først er defineret af James Fadiman (Kirk 2018; Fadiman 2011) og anvendes i dette projekt med udgangspunkt i, hvordan Hanna Rae Kirk (2018) redegør for dette begreb. Begrebet betegner en dosering af psykedelika under den grænse, der medfører " (...) altered sensory perception" (Kirk 2018: 89), og udføres typisk ved brug af LSD (jf. ovenfor). Tanken bag microdosing er, modsat indtagelse af en såkaldt terapeutisk dosering (Kirk 2018), at øge vores perception og facilitere blandt andet kreativitet og problemløsning ved hyppigere indtag end en større, terapeutisk dosering (se Kirk 2018: 89-90). Begrebet anvendes i projektet, idet én af informanterne i dette projekt har erfaringer med microdosing af både LSD og psilocybin (jf. ovenfor), og dermed bliver begrebet essentielt for at behandle empirien, der omhandler oplevelser med subtile ændringer i bevidstheden med udgangspunkt i microdosing. Det skal her nævnes, at forskning indenfor emnet stadig er relativt nyt, og derfor er effekterne, implikationerne og mulighederne indenfor microdosing ikke noget, denne undersøgelse uddyber yderligere, men jeg forholder mig til hvad disse kan medføre af oplevelser hos mine informanter. Især da de seneste resultater indikerer et potentiale indenfor bevidsthedsforskning og psykedelika. Dette nævnes ligeledes af Kirk (2018):

"*While the effects and implications and investigations of the implications of microdosing are still in their infancy, the initial reports have offered incredible insight an opportunities to further research.*" (Kirk 2018: 91)

I det ovenstående har jeg forsøgt at definere centrale begreber, der skal bidrage til læserens forståelse ved læsningen af dette projekt. I det følgende vil jeg som nævnt tidligere (jf. Indledning) introducere mine

[4] Oversat fra engelsk, 'disorders'

refleksioner vedrørende denne undersøgelses egentlige problemfelt i et forsøg på at tydeliggøre min undersøgelses grundlag.

1.3 Problemfelt

Selvom ovenstående spørgsmål indtil nu er ubesvarede og selvom der findes masser af videnskabeligt baseret forskningsmateriale om både psykedeliske substanser, målbare effekter ved anvendelsen af disse og potentielle behandlingsmetoder af patienter med diagnoser som depression og afhængighed (Carter-Harris et al. 2018), oplevede jeg ikke et egentligt fokus i senere forskning på, hvordan disse substanser egentlig oplevedes af de individer der indtager dem. Dette er derfor mit udgangspunkt og mål med dette speciale – at skrive sig ind i dialogen mellem naturvidenskabelig viden og individets evne til at tolke oplevelser, bearbejde dem og måske endda ændre sin oplevelse af hvordan bevidstheden og vores oplevelse af virkeligheden ikke blot er forbundet men også noget, der aktivt kan bearbejdes af den enkelte ved bruge af disse metoder.

Da jeg selv har stiftet bekendtskab med primært psilocybin, det aktive hallucinogen i særlige svampearter eller såkaldte 'magic mushrooms' (for detaljer herom, se "Begrebsafklaring") og ydermere er aktiv udøver af forskellige meditative praksisser gennem en årrække, har jeg selv oplevet potentialet i bevidsthedsalterende tilstande. Jeg har ligeledes oplevet en følelse af at være forbundet med den naturlige verden, en manglende evne til at beskrive denne oplevelse og med alt jeg kan opfatte i og omkring mig; " (...) *a feeling of unity with the cosmos, ineffability, and profound joy and peace (Pahnke 1969, Griffiths et al. 2006).*" (Letheby 2016: 69) Jeg har yderligere erfaret at potentialet i disse tilstande kan være flygtige, svære at integrere bevidst i sit hverdagsliv og i sin tilgang til omverdenen efter trippet er overstået, og at oplevelserne efterfølgende kan være forbundet med en vis skepsis; en skepsis, der ikke nødvendigvis handler særligt om psykedelika men måske snarere en oplevet forestilling om disse som værende farlige, usikre, destruktive og, i bedste fald, som en kilde til spekulationer. Uanset hvilke forestillinger der måtte herske om disse substanser, er de fleste af disse ulovlige og må næsten uden undtagelser kun anvendes "(...) *i medicinsk øjemed som lægelig behandling af personer for stofmisbrug.*" (Bekendtgørelse om euforiserende stoffer 2019: Kapitel 2, §2, Stk. 2).

Med ovenstående taget i betragtning, tager jeg i dette projekt derfor udgangspunkt i en interesse i hvordan bevidstheden kan bearbejdes med klassiske psykedeliske substanser. Med dette menes der de psykedeliske stoffer, der producerer altererede stadier af bevidsthed ved indtagelse, samt ændringer i det sanselige apparat, herunder hvordan virkeligheden opfattes og hvordan vi oplever vores selvbillede. Ligeledes søger jeg svar på, hvordan oplevelser af bevidstheden under indflydelse af forskellige, klassiske psykedelika kan føre til ændringer i vores perspektiver på selvet. Dette være sig både i kraft af vores omverden og os selv som en del af denne, og derved bliver min undersøgelse også et forsøg på at undersøge de oplevelser man kan have

med psykedelika, og hvorvidt disse oplevelser har en relevans for den måde, vi forstår vores bevidsthed og vores opfattelse af os selv i verden.

Med dette vil jeg i det følgende introducere undersøgelsens problemformulering.

1.4 Problemformulering

- **Hvordan influerer oplevelser under indflydelse af psykedeliske substanser udvalgte individers måde at forholde sig til deres bevidsthed og oplevelser i hverdagen?**

Til at supplere og nuancere ovenstående problemformulering yderligere, har jeg udarbejdet følgende forskningsspørgsmål. Jeg har med disse til hensigt at uddybe dele af min problemformulering ved blandt andet at forholde mig til specifikke begreber og elementer der italesættes af mine informanter i produktionen af min empiri. Disse spørgsmål kan ydermere bidrage til en struktur i min resultatbehandling, selvom den egentlige strategi for denne uddybes i det senere (se "Analysestrategi" nedenfor).

1.4.1 Forskningsspørgsmål

Disse spørgsmål har til hensigt at uddybe ovenstående problemformulering samt at tydeliggøre potentialet i de forandringsprocesser mine informanter gennemlever med deres psykedeliske trip. Ligeledes søges der med disse at nuancere den måde jeg kan besvare og forstå min problemformulering på.

- Hvordan oplever informanterne såkaldte entropiske tilstande i deres bevidsthed både før, under og efter et trip på psykedelika?
- Hvilke ændringer oplever informanterne i deres hverdag baseret på deres oplevelser med psykedelika?
- Hvordan influerer informanternes forestillinger og forventninger til psykedelika deres oplevelser med disse substanser?

I det ovenstående har jeg indledningsvist forsøgt at redegøre for mit grundlag, min interesse og mine overvejelser om at foretage denne undersøgelse. Jeg vil i det følgende redegøre for den forskningsdialog, jeg med dette projekt skriver mig i forlængelse af, idet dette nuancerer, hvorfor dette projekt har en samtidig og forskningsmæssig relevans.

1.5 Den forskningsmæssige relevans

Forskning omhandlende psykedeliske substanser og indflydelsen på bevidstheden, er langt fra nye forskningsområder. Siden 60'ernes psykedeliske forskningsresultater, der både omhandler potentialet i terapeutiske behandlinger samt de forandrende egenskaber disse substanser besidder (Letheby, 2016: 10), har disse stoffer været både genstand for forskning men også i søgelyset historisk, politisk og dette har haft enorm

indflydelse på senere forskning (se eventuelt Letheby, 2016 og Kirk, 2018). Hvor forskningen omhandlende psykedeliske substanser primært har været- og er, i overvejende grad, rettet mod et neuropsykologisk og et naturvidenskabeligt forskningsapparat, søger dette projekt at gå til disse substanser med en mere bevidsthedsorienteret faglighed. Dette skyldes, at selvom nuværende forskning bestemt også undersøger bevidstheden fra et psykologisk og et biologisk perspektiv (se Carhart-Harris et al. 2014 og Milliére et al. 2018), eksisterer der meget lidt på området omhandlende bevidstheden set fra et fænomenologisk perspektiv med udgangspunkt i, hvordan Dan Zahari (2018) og Shaun Gallagher & Dan Zahari (2011) definerer bevidstheden og oplevelsen af denne i verden; et mere oplevelsesorienteret perspektiv. Dette projekt skriver sig derfor i forlængelse af den eksisterende forskning indenfor psykologien, lægevidenskaben og forskning omhandlende kognition, og uddyber disse med et subjektivt oplevelsesperspektiv af en mere filosofisk natur.

I forlængelse heraf, eksisterer der ligeledes lignende forskning omhandlende meditation som en anden metode til at bearbejde og ændre vores bevidsthed men igen eksisterer der ikke meget, der omhandler de forandringsprocesser, det enkelte individ oplever ved brugen af meditation. Spørgsmål der omhandler det enkelte individs oplevelser, vil derfor være et gennemgående fokus i dette speciale og dette skyldes mit fænomenologiske udgangspunkt, der ligger til grund for opgaven. Ligeledes skyldes det, at eftersom dette speciale søger at belyse individets oplevelser med disse metoder og forbindelsen til entropiske tilstande, der opleves i hverdagen, skriver det sig i forlængelse af den naturvidenskabelig definition af ordet entropi. Som Carhart-Harris et al. beskriver i artiklen *The Entropic Brain: A theory of conscious states informed by neuroimaging research with psychedelic drugs* (2014) er der forskning, der antyder forbindelsen mellem forskellige stadier af bevidsthed og hvordan entropiske tilstande spiller an afgørende rolle for individets evne til at processere virkeligheden, organisere kognitive processer og, i forlængelse heraf, beskytte sig selv mod usikkerhed, ved at dæmpe entropiske tilstande såsom depression, OCD og paranoia (Carhart-Harris et al. 2014).

Hvor artiklen fremhæver lovende resultater i forhold til behandling af patienter med disse symptomer, nævnes der ikke, hvordan det enkelte individ kan identificere og bearbejde disse bevidsthedstilstande på egen hånd, og hvordan dette opleves. Dette er udgangspunkt og målet med dette speciale – at skrive sig ind i dialogen mellem naturvidenskabelig viden og individets evne til at tolke oplevelser, bearbejde dem og måske endda ændre sin oplevelse af hvordan bevidstheden og vores oplevelse af virkeligheden ikke blot er forbundet men også noget, der aktivt kan bearbejdes af den enkelte ved brug af disse metoder. Dette ses blandt andet i forlængelse af, hvordan det oplevede ego under indflydelse af psykedelika kan opleves som opløst og herefter føre til udvikling af, hvordan den oplevede virkelighed kan rekonstrueres med ændringer i vores sanseapparat (se eksempelvis Carhart-Harris et al. 2014 og Letheby 2016). Dette er min forskningsmæssige hensigt med denne undersøgelse, idet det kan italesætte et potentiale om psykedelika, der ikke forholder sig

til en naturvidenskabelig oplevelse af substanserne, men derimod med et fokus på at undersøge disse oplevelsers potentiale for bevidstheden med afsæt i fænomenologien.

De resultater, der findes i dette speciale, kan medføre og danne grundlag for videre forskning inden for psykedelika og bevidsthedsforskning med fænomenologiske grundlag. Det kan ydermere foreslå, at lovgivningen vedrørende brugen af psykedeliske stoffer bør og kan reguleres, og ikke udelukkende til terapeutisk behandling af patienter med forskellige diagnoser (jf. Carhart-Harris et al. 2014 og Millière et al. 2018), men ligeledes tilgås af det enkelte individ. Det kan også videreføres til forskning, der undersøger meditations indflydelse- og potentiale i forhold til håndtering af eksempelvis entropiske tilstande i bevidsthedens oplevelse af virkeligheden (se eksempelvis Letheby 2016 og Millière et al. 2018), der måtte opleves af individer, også uden lægelig diagnose som eksempelvis stress og social angst. Denne undersøgelse skriver sig derfor ind i det, der indenfor den seneste forskning af psykedeliske substanser af flere forskere beskrives som 'den psykedeliske renæssance' (se eksempelvis Petersen 2021, Letheby 2016, Kirk 2018 og Millière et al. 2018), og dette gøres med et forsøg på at tilskrive den subjektive oplevelse af bevidsthedsændringer under indflydelse af psykedelika en essentiel del, der kan bidrage til et øget potentiale i disse substanser til at fordre eventuelle forandringsprocesser for den enkeltes bevidsthedsoplevelser af virkeligheden. Dette igen i forlængelse af det allerede beskrevne om entropi, entropiske tilstande i bevidstheden og disses gensidige påvirkning af, hvordan psykedelika kan fordre en øget indsigt i, hvorledes disse tilstande muligvis bidrager til et øget potentiale i, hvordan voksne individer kan tilgå og bearbejde disse tilstande af usikkerhed og kaos i den oplevede hverdag. Som det beskrives af Carhart-Harris et al. (2014), kan det tænkes, at potentialet i psykedelika blandt andet kan medføre en såkaldt kritisk tilstand eller 'criticality' (Carter-Harris et. Al 2014) i bevidstheden, der muligvis kan medføre et øget velbefindende hos individer, der ellers kategoriseres som raske:

> *"Indeed, if the principle holds that a critical brain is a happy brain, then it would follow that psychedelics could be used to enhance well-being and divergent thinking, even in already healthy individuals."* (Carhart-Harris et al. 2014: 12)

Med dette in mente skal det dog stadig understreges, at jeg med dette projekt søger at bidrage til en øget forståelse for selve oplevelsens potentiale fra et fænomenologisk funderet udgangspunkt snarere end et rent neurovidenskabeligt. Dette skrives i forlængelse af forskellige argumenter blandt andet præsenteret af Letheby (2016), der illustrerer en forbindelse mellem en naturalistisk oplevelse af de transformative oplevelser ved psykedelika (Letheby 2016), og ligeledes til at bidrage, at for at forstå psykedelikas natur og potentialet i, hvad disse kan medføre i forhold til bevidsthedsændringer, og det oplevede selv som en del af vores oplevede selvbillede. I særdeleshed vil jeg her fremhæve en vigtig pointe, tidligere konkluderet af Letheby (2016):

"This theory of ego dissolution contributes to naturalizing the entheogenic conception by showing that psychedelic experiences can afford subjects veridical and transformative insights into the very nature of their own existence." (Letheby 2016: 103)

Denne pointe kan ligeledes sidestilles af det fænomenologiske udgangspunkt, jeg tager afsæt i med denne undersøgelse; hvis vores oplevelse af egoet kan influeres og muligvis ændres under indflydelse af psykedelika, kan vores oplevede bevidsthed ikke bare illustrere relevans i forhold til vores selvbillede, men i sandhed medføre indsigt, der i udgangspunktet kan vise sig at medføre et paradigmeskift i, hvordan vi behandler disse substanser fremover samt, hvordan vi vælger at tolke oplevelser under indflydelse af psykedelika.

Med ovenstående har jeg forsøgt at tydeliggøre denne undersøgelses forskningsmæssige relevans, samt hvilken indflydelse dette kan vise sig at have for nuværende forskningsområder, der omhandler bevidsthed og oplevelser med psykedelika. Jeg vil i det følgende tage afsæt i noget af dette samt uddybe mit videnskabsteoretiske udgangspunkt yderligere i et forsøg på at danne overblik over min undersøgelses design og refleksion i forbindelse med dette.

1.6 Undersøgelsesdesign

I det følgende redegøres for mit undersøgelsesdesign samt mit videnskabsteoretiske grundlag for denne undersøgelse. Der redegøres ydermere for dette grundlags mulige indflydelse på min undersøgelses opbygning, og formålet med dette er at tydeliggøre, hvilke overvejelser jeg har haft i mit valg af fænomenologien som teoretisk udgangspunkt, hvilke implikationer dette grundlag kan ende med at have for min undersøgelses udformning samt hvilke refleksioner der har været forbundet med at forsøge at anvende fænomenologien som teoretisk greb i min undersøgelse. Eftersom jeg ligeledes skriver mig ind i et naturvidenskabeligt forskningsfelt omhandlende bevidsthed og psykedelika, søges der i dette afsnit ligeledes at overskueliggøre for læseren, hvilke refleksioner jeg har gjort mig ved at undersøge psykedelikas indflydelse på oplevede bevidsthedsændringer både med afsæt i en filosofisk tradition som fænomenologien og sammenkoblet med aktuel bevidsthedsforskning indenfor diverse naturvidenskaber som eksempelvis psykiatrien. Disse refleksioner opleves som essentielle for at forstå de senere kapitler, og i særdeleshed min resultatbehandling (se Kapitel 5), hvorfor det følgende bør læses med omhu.

I min undersøgelse anvender jeg som nævnt ovenfor en fænomenologisk tilgang til både produktionen af min empiri, og ligeledes undervejs i kapitlerne "Metodologi" og "Teori", samt som grundlag for min resultatbehandling. Dette med en forståelse af, at mennesket som subjekt ikke kan ses som adskillelig fra verden som objekt, men at disse eksisterer og erfares bevidst i en vekselvirkning, der afhænger af hinanden (se eventuelt Zahari, 2018). Med andre ord tager jeg udgangspunkt i en ontologisk forståelse af mennesket som

eksisterende væsen, der tager afsæt i dets erfaringsverden i samspil med dets sanser, dets handlinger og dets intention i verden (Rendtorff, 2013: 269). Således kan mening skabes, og dette bliver ligeledes mit epistemologiske udgangspunkt; at verden ikke kan betragtes fra et objektivt synspunkt, men altid vil være nuanceret og bearbejdet af det menneskelige subjekts intentionelle bevidsthed. Dette uddybes senere, men understreges her for at danne et grundlæggende overblik for læseren, så mit teoretiske fundament gerne skulle være tydeliggjort heri.

I forhold til mit udgangspunkt i fænomenologien kunne det lyde som om jeg udelukkende griber denne undersøgelse filosofisk an, og det er til en vis grad også tilfældet; dette dog med en mindre filosofisk vinkel end anvendt i det klassiske fænomenologiske begreb *"(…) ifølge hvilket fænomenet må forstås som genstandens egen fremtrædelsesmåde."* (Zahari 2018: 25) I stedet tages der udgangspunkt i centrale begreber fra denne filosofiske tradition (se eventuelt Zahari, 2018 og Gallagher & Zahari, 2010), hvilket uddybes nedenfor; det kan tilføjes, at den klassiske forståelse af begrebet fænomen ikke udelades fuldstændig, men idet jeg i denne undersøgelse har primært fokus på mine informanters oplevelse af bevidstheden, er der begreber, der er essentielle at fokusere på i højere grad. Idet jeg undersøger mine informanters oplevelser af brugen af psykedeliske substanser, er min undersøgelses kontekst derfor ikke udelukkende filosofisk selvom mit videnskabsteoretiske fundament i højere grad bærer præg af det. Snarere tilgår jeg min undersøgelse med en overvejende vægt på konteksten, jeg undersøger og anvender herefter centrale fænomenologiske begreber som *intentionalitet*, *intersubjektivitet*, *selvbevidsthed* og *horisont*, samt begrebet om *perceptuel holisme*, der er knyttet til de førnævnte begreber, og blandt andet kan illustrere vores sensoriske- samt kropslige forbundethed til hvordan vi oplever bevidstheden som en del af os selv, men også i kontekst med andre mennesker;

> *"Den verden vi perciperer, er ikke bare fysisk kontekstualiseret* (…)*, men også socialt kontekstualiseret."* (Gallagher & Zahari 2011: 150)

De førnævnte begreber vil selvsagt blive uddybet i kapitlet "Teori", men det er vigtigt at fremhæve dem allerede her, idet de kan bidrage til en øget forståelse af, hvordan disse begreber både kan influere hinanden men i særdeleshed kan ses i forlængelse af begreberne defineret ovenfor (se "Begrebsafklaring). Eksempelvis er der allerede her en mulig parallel at drage mellem 'set og setting' og mine informanters selvbevidsthed samt intentionelle tilgang til, hvordan de oplever bevidstheden under et trip, hvilket muligvis er influeret af deres sociale kontekster og sanselige horisonter. Den specifikke terminologi, 'set & setting', hænger sammen med ens psykologiske udgangspunkt, herunder forventninger og forestillinger til et trip på psykedelika, samt de omstændigheder (sanselige, fysiske og stemningsmæssige), der gør sig gældende for et trip. Dette illustreres af Letheby (2016), der yderligere påpeger, at dette kan ses som ét af grundlagene for et psykedelisk trips unikke natur:

"It is true that each psychedelic experience is unique, being shaped not just by substance, dosage, and route of administration, but by 'set and setting' – the individual's psychological make-up and the circumstances in which they take the drug." (Letheby, 2016: 3)

Dette er blandt andet én af de overvejelser der kan ses i forlængelse af fænomenologiens epistemologiske udgangspunkt; for at forstå mine informanters bevidsthedsoplevelser med psykedelika, der netop har rod i erfaringen. Dette kan netop ses som en del af fænomenologiens epistemologi; "(…) *bevidstheden erfarer verden som en kropslig meningssammenhæng, der betegnes som bevidsthedens rettethed (mod det, den erfarer), dens intentionalitet.*" (Rendtorff, 2013: 261)

Selvom det i det ovenstående kunne lyde som om jeg allerede har afgjort begrebernes relevans på forhånd, er dette ikke hensigten. Hensigten er som nævnt at forsøge at tydeliggøre mine refleksioner om disse begrebers bidrag til undersøgelsen. Til behandlingen af mine resultater kan disse begreber muliggøre en bred nuance af behandling af mine informanters oplevelser med psykedelika, og dette skal forstås således, at selvom andre begreber i fænomenologien som eksempelvis epoché og reduktion har en filosofisk relevans, behandles disse som nævnt ikke i lige så høj grad i dette projekt (jf. Problemfelt) som de tidligere nævnte, hvor det ligeledes understreges her, at de ovenfor nævnte begreber synes at kunne bidrage til en dybere og mere nuanceret forståelse af bevidstheden som beskrevet af mine informanter. Dette skyldes blandt andet at disse begreber, i særdeleshed intentionaliteten (Zahari, 2018), forholder sig direkte til beskrivelsen af bevidstheden som den fremtræder for mine informanter, mellem bevidstheden og verden omkring dem. Dette begreb og ligeledes de andre begreber nævnt ovenfor, vil blive redegjort for i et senere kapitel (se Teori), men det er vigtigt at gøre læseren opmærksom på det intentionelle i undersøgelsen, idet intentionaliteten kan illustrere fundamentale sammenhænge mellem bevidsthed og verden som det er hensigten i den fænomenologiske tradition; "*Fordi en analyse af intentionaliteten gør det muligt at forstå såvel sammenhængen som forskellen mellem det subjektive og det objektive, mellem bevidstheden og verden.*" (Zahari, 2018: 29)

Ligeledes gøres dette for at overskueliggøre samt at reflektere over i hvilket omfang disse begreber har haft indflydelse på min forskerposition og produktionen af min empiri. En relevant pointe i forlængelse af dette nævnes af Zahari som værende relevant i en ikke-filosofisk kontekst hvor centrale fænomenologiske begreber kan være at foretrække i anvendelsen i min undersøgelse, frem for en filosofisk tilgang med udgangspunkt i de klassiske fænomenologiske begreber 'epoché' og 'transcendental reduktion'; "*I en ikke-filosofisk kontekst vil en relevant og kreativ brug af centrale fænomenologiske begreber* (…) *imidlertid være mere værdifuld og produktiv end en nøje overholdelse af og implementering af den fænomenologiske epoché og reduktion, da sidstnævnte procedurer har et eksplicit filosofisk fokus og mål.*" (Zahavi, 2018: 153) Dette skal

ikke forstås som en udelukkelse af de klassiske fænomenologiske begreber; som allerede nævnt tidligere tager jeg udgangspunkt i hvordan forståelsen af disse kan bidrage til min undersøgelse, men det bliver i stedet min *anvendelse* af disse begreber, der bliver det afgørende udgangspunkt. Her bliver et stringent filosofisk fokus tilsidesat en smule til fordel for en mere praktisk forståelse i et forsøg på at afkode, hvordan mine informanters oplevelser med psykedelika kan forstås med udgangspunkt i deres specifikke livsverdensbillede (se 3.1.2 nedenfor), frem for en generel filosofisk kontekst.

I forlængelse heraf bliver det essentielt at uddybe, hvilket refleksioner jeg gjorde mig i forhold til fænomenologien som grundlæggende udgangspunkt, og selvom en del af disse allerede er beskrevet i det ovenstående, vil jeg i det følgende forsøge at uddybe refleksioner om blandt andet problemer i forhold til fænomenologiens ontologi, og ligeledes hvordan disse kommer til udtryk i forhold til mit undersøgelsesfelt.

1.6.1 Fænomenologiske refleksioner

Med ovenstående in mente oplevede jeg inden undersøgelsens start, at fænomenologien med stor sandsynlighed kunne bidrage meget til min undersøgelse; som nævnt var min interesse at undersøge oplevelser med bevidstheden under indflydelse af psykedelika og eftersom fænomenologien netop beskæftiger sig med den oplevede bevidsthed og hvordan disse oplevelser perciperes og danner mening for det enkelte subjekt (se eventuelt Gallagher & Zahari 2011), virkede det som et fornuftigt teoretisk udgangspunkt at tage afsæt i. En relevant refleksion, jeg tillige gjorde mig i at træffe det valg, var min forudindtagede idé om, at oplevelsen for det enkelte subjekt i min undersøgelse muligvis kunne vise sig at være lidt for mangelfuld; jeg forstod fænomenologien som et fokus på oplevelsen og som en isoleret proces for det enkelte subjekt, og derfor antog jeg til dels, at fænomenologien kunne vise sig at være mangelfuld eller problematisk, idet det kunne vise sig, at selve oplevelserne af mine informanters bevidsthed ikke var nuanceret nok til at finde svar på min undersøgelses problem. *"Man oplever nu engang som man oplever."* (Gallagher & Zahari, 2011: 17) Dette udgangspunkt i en beskrivelse af informanternes oplevelser oplevede jeg som værende en anelse mangelfuldt, hvilket uddybes i det følgende. Dette skyldes en indledende misforståelse for mit vedkommende om, at hvis jeg udelukkende behandlede mine informanters oplevelser—hvordan kunne jeg så afgøre, definere eller besvare mit overordnede problem? Dette kan ligeledes skyldes at jeg arbejder induktivt med den producerede empiri, hvorfor det er et vilkår at jeg behandler den enkelte informants beskrivelser af oplevelser med psykedelika, og herefter ser om jeg kan gøre mig nogle generelle antagelser.

Idet jeg i min første antagelse ikke tog højde for begreber som *perception* og *intentionalitet* (se eksempelvis 1.6 ovenfor og Kapitel 3) som gennemgående begreber ved netop bevidstheden, blev jeg opmærksom på at med disse begreber var der antageligvis langt mere fænomenologien kunne bidrage til i min undersøgelse, hvilket her nævnes for at illustrere refleksionerne jeg som forsker gjorde mig inden undersøgelsens start. Det

gik op for mig, at de teoretiske forbindelser mellem fænomenologien og andre studier i bevidsthed som eksempelvis psykologien og, til dels, psykiatrien, var forbundet af blandt andet de ovennævnte begreber, selvom der i fænomenologien tages et anderledes fokus; her bliver det essentielle at forholde sig til, hvorfor og hvordan disse begreber overhovedet giver mening at forholde sig til (se eventuelt Zahari, 2018). Disse begreber danner sammen med andre relevante begreber som beskrevet ovenfor (jf. Problemfelt) mit teoretiske udgangspunkt som uddybes senere (jf. Kapitel 3), men det nævnes her, idet det har haft en afgørende betydning for mit valg af teori og i særdeleshed for læsertransparens; de beskrevne refleksioner medførte en nysgerrighed og fordybelse der for mit vedkommende gjorde mig i stand til at udvælge hvilke begreber, der teoretisk kunne bidrage mest hensigtsmæssigt til denne undersøgelse. Ligeledes skal det tilføjes, at idet jeg som nævnt bevæger mig i forskellige teoretiske grænsezoner med primært afsæt i fænomenologien og ligeledes i andre grene af bevidsthedsforskning som psykiatri og psykologi, bidrager dette til en teoretisk helhed, der for mig på én gang kan overskueliggøre og forvirre min undersøgelses retning. Dette ligger i forlængelse af det faktum, at det kan ses som et forsøg på at naturalisere mine informanters oplevelser af bevidstheden under indflydelse af psykedelika. Ved en naturalisering af mine informanters oplevelser af bevidstheden forstås det at bevidstheden kan betragtes som noget målbart, løsrevet fra det man oplever. Naturalisering bliver på denne måde et udtryk for noget, der ikke forholder sig filosofisk til bevidstheden, men blot forholder sig til naturvidenskabeligt til den (Gallagher & Zahari, 2011: 40). Hvordan disse oplevelser kan integreres i hverdagen, vil sandsynligvis kræve en detaljeret analyse og tydelig beskrivelse af netop deres bevidste oplevelser med disse substanser. Dette illustreres ligeledes af Gallagher & Zahari (2011), der beskriver følgende:

> ”(…) *enhver bedømmelse af muligheden for at reducere bevidsthed til neutrale strukturer og enhver vurdering af om en naturalisering af bevidsthed er mulig, kræve en detaljeret analyse og beskrivelse af bevidsthedens oplevelsesmæssige aspekter.*” (Gallagher & Zahari, 2011: 20-21)

Med dette skal det forstås at hvis jeg skal kunne forstå og konkludere noget generelt eller naturaliseret om mine informanters bevidsthed kan det kræve at jeg forholder mig detaljeret i resultatbehandlingen af netop de oplevelser, mine informanter beskriver. Om dette lader sig gøre vil blive uddybet i det senere (se Resultatbehandling), men det nævnes her idet det udgør en vigtig forskel på hvordan bevidstheden beskrives og opleves; eksempelvis er der i videnskaben ikke tradition for at kunne måle på en subjektiv oplevelse men derimod hvordan denne påvirker hjernen rent fysiologisk såvel som psykologisk (se eventuelt Letheby, 2016).

I det ovenstående har jeg forsøgt at redegøre for mine fænomenologiske samt forskningsmæssige refleksioner i forhold til denne undersøgelse. Jeg vil i det følgende redegøre for mit metodologiske udgangspunkt samt refleksioner forbundet med dette.

Kapitel 2 – Metodologi

I det følgende afsnit beskrives mine metodiske overvejelser i forhold til udformningen af dette projekts empiri. Ligeledes redegør jeg mine metodiske refleksioner i forhold til udformningen af interviewguiden (se Bilag 1), min adgang til det felt, der udgør udgangspunktet for denne undersøgelse samt etiske overvejelser og beskrivelse af de informanter, jeg anvender i min resultatbehandling efterfølgende. Jeg reflekterer ligeledes over min forskerposition i forhold til mine informanter og hvorledes denne kan have indflydelse på interviewenes 'retning' samt om min etnografiske rolle har indflydelse på den empiri, der er produceret i samspil med mine informanter.

2.1 Etnografiske overvejelser og metodiske refleksioner

I det følgende afsnit beskriver jeg mine etnografiske overvejelser der danner grundlaget for min tilgang til produktionen af empirien der anvendes til resultatbehandling i denne undersøgelse. Jeg reflekterer undervejs over fordele og ulemper min tilgang kan have haft på min produktion af empiri og hvilken indflydelse disse kan have haft på udformningen af interviewguiden (jf. 2.3 og Bilag 1).

Inden jeg begyndte at kontakte informanter til medvirkning i interview, overvejede jeg hvilke implikationer mit teoretiske fundament kunne have af betydning for min adgang til disse informanter og min adgang til felten generelt. Eftersom jeg i denne undersøgelse arbejder med psykedeliske substanser med et fokus på mine informanters oplevelser ved anvendelsen af disse, opstod der et naturligt behov for at klargøre min intention med undersøgelsen for eventuelle informanter. Dette skyldes til dels undersøgelsesemnets politisk og historisk sensitive natur; disse substanser er ulovlige og kunne derfor medføre, at mine informanter var tilbageholdende for at dele visse oplevelser eller rammer for deres psykedeliske trips. Dels grundet det faktum at jeg ønskede at klargøre overfor mulige informanter, at jeg respekterede mine informanters ønske om anonymitet og at jeg tydeliggjorde i hvilken grad jeg anvendte den producerede empiri i dette projekt efterfølgende. Disse overvejelser beskrives ligeledes af Mikkel Rytter og Karen Fog Olwig;

> "*Antropologen må derfor etablere sin egen identitet – eller position – som feltarbejder, der fungerer inden for den sociale og politiske sammenhæng, hvor feltarbejdet foregår, og er etisk forsvarlig.*" (Rytter & Olwig, 2018; Bundgaard & Mogensen, 2018: 189)

Grundet situationen i samfundet og restriktioner grundet covid-19 samtidigt med denne undersøgelse, var min etnografiske tilgang til 'felten' relativt påvirket; eksempelvis kunne jeg ikke være sikker på at producere empiri på andre måder and at tilgå 'felten' digitalt. Jeg overvejede min position som forsker ved denne tilgang; jeg skrev et udkast til et opslag på Facebook, hvor jeg forsøgte at beskrive projektets udgangspunkt, hvad jeg ønskede at undersøge og mine kontaktoplysninger hvis eventuelle læsere var interesserede i at deltage i min undersøgelse eller hvis de muligvis kendte nogen, der gjorde. Pointen med denne tilgang var for det første at det hurtigt kunne skrives ud til så mange i min omgangskreds som muligt men en ulempe kunne opstå ved, at hvis jeg ikke fik nogen henvendelser, risikerede jeg at skulle skifte strategi. Dette vilkår kan blandt andet ses i forlængelse af de klassiske spørgsmål, der hersker inden for antropologien i forhold til hvordan man kan designe et feltarbejde med et digitalt udgangspunkt; det rejser nye overvejelser i forhold til etik og metodiske spørgsmål (Albris & Walhberg, 2018 i Bundgaard & Mogensen, 2018), og dette var ligeledes relevant for min tilgang til felten. Jeg anvendte Facebook som platform til at skabe mulig kontakt med interesserede informanter, og var efterfølgende i dialog med informanterne via mail. Mine interviews i dette projekt (se eventuelt 2.3) er ligeledes udført via Microsoft Teams, idet denne software tilgodeser de nødvendige krav i forhold til personfølsomme oplysninger, deling til tredjeparter og en sikring af brugerens anonymitet.

Fordi jeg i min undersøgelse antager en fænomenologiske tilgang til felten samt det faktum, at jeg ønskede at undersøge mine informanters oplevelser med klassiske psykedeliske substanser, ønskede jeg at anvende det semistrukturerede interview til at samtale mine informanter. Kendetegnene ved denne interviewtype er at jeg som etnograf kan skubbe samtalen fremad og har forberedt en række spørgsmål og eventuelle temaer, jeg ønsker mine informanter at tage udgangspunkt i (se eventuelt Rytter & Olwig, 2018). Jeg var dog opmærksom på, at en ulempe ved denne tilgang kunne være, at jeg risikerede at styre samtalen for meget og derved kunne gå glip af relevante tematikker og oplevelser som mine informanter lå inde med. Et eksempel på dette kunne være, at hvis jeg stillede mine informanter meget specifikke spørgsmål som "hvad oplevede du?", "hvorfor tog du svampe?", etcetera, kunne jeg risikere at mine informanter ville respondere for snævert og dermed undgå hele det oplevelsesmæssige aspekt ved min undersøgelse, der netop er det, jeg ønskede at undersøge. Dette ræsonnerer ligeledes ved den epistemologiske præmis som nævnt ovenfor (se "Undersøgelsesdesign") for denne undersøgelse; denne præmis sammenlignes af Rendtorff (2013) med den musikalske improvisation, der er baseret på en intuitiv sansning af verden, og præmissen "(…) *går ud på at analysere den direkte erfaring, således som den melder sig for vores kropslige bevidsthed i livsverdenen. Vi kan derfor sammenligne den fænomenologiske metode med den gode musikalske improvisation.*" (Rendtorff, 2013: 267)

Når jeg nævner dette eksempel, skal det forstås således at der her også påpeges vigtigheden af at analysere erfaringen eller oplevelsen som den forholder sig i bevidstheden, der i mit tilfælde er at forholde sig til mine informanters bevidsthed. Den musikalske improvisation illustrerer dette fint, idet der her også er et fokus på den direkte erfaring, som den melder sig i nuet, både for vores sanser og vores kropslige fornemmelser.

Undersøgelsen har som nævnt fokus på oplevelsen af bevidsthed under indflydelse af psykedelika (se eventuelt "Begrebsafklaring") og da jeg anvender en fænomenologisk tilgang igennem undersøgelsen, kunne et for specifikt undersøgelsesdesign betyde, at jeg vildledte mulige informanter til at tro at jeg var interesseret i en bestemt form for svar og ikke deres individuelle og særegne beskrivelse af deres oplevelser. Som Dan Zahavi nævner, er man med udgangspunkt i fænomenologien ikke interesseret i hvad der karakteriserer en genstand – eller, i dette tilfælde, en oplevelse – men snarere, hvordan denne optræder for mennesket (Zahari, 2018: 21).

Når jeg netop ønsker at undersøge mine informanters oplevelser, var det derfor essentielt, at jeg ikke strukturerede mine interviews for detaljeret men snarere tillod, at centrale temaer og 'retninger' mine informanter italesatte, blev det afgørende for samtalens retning. Som regel kræver det semistrukturerede interview dog ofte en vis mængde tid, "(…) *hvor etnografen kan få et vist kendskab til felten, eller at etnografen løbende justerer de spørgsmål og tematikker, der forfølges.*" (Rytter & Olwig, 2018: 183-184) Inden jeg afholdt mine interviews, overvejede jeg da også, hvor lang tid jeg i virkeligheden kunne tillade mig at benytte til at afvikle disse; jeg havde i udgangspunktet kun de informanter, der havde udvist interesse og da jeg ikke kunne tilgå dem i en egentlig, fysisk felt, var jeg på forhånd nødsaget til at give et estimat på hvor lang tid jeg forventede at et interview ville vare. Dette kan lyde som en selvfølge; skal man ikke altid informere om dette? Jeg finder det dog relevant at nævne her, idet jeg ikke ønskede at miste mulige informanter hvis de vurderede at den afsatte tid var for lang tid. Baseret på min interviewguide (se Bilag 1) havde jeg en forventning om at hvert interview maksimalt ville tage en time selvom jeg ikke kunne afgøre det med sikkerhed på forhånd. Dette skyldes dog primært, at jeg som nævnt ønskede at præsentere mine informanter for en tydelig ramme for selve interviewet snarere end at se hvor interviewet bar hen uden et forsøg på at bevare den struktur, min interviewguide og mine undersøgelsesspørgsmål trods alt gav mig. Jeg har efterfølgende reflekteret over, at hvis jeg havde givet mine informanter en opfattelse af, at interviewet i deres optik ville tage for lang tid, var der en risiko at enkelte informanter ikke ønskede at medvirke, hvilket ikke var hensigtsmæssigt for min produktion af empiri.

2.1.1 Selvetnografiske refleksioner

En anden relevant refleksion, jeg finder mig nødsaget til at beskrive her, er knyttet til min etnografiske tilgang til felten. Som det nævnes ovenfor, har både det digitale medie samt det semistrukturerede interview

muligvis påvirket produktionen af min empiri, men ligeledes er det relevant at påpege, at idet jeg interviewede mine informanter om deres oplevelser forbundet med psykedeliske substanser, kan det argumenteres, at jeg antager en selv-etnografisk (Alvesson, 2003) forskerposition; jeg interviewede informanter om et emne, jeg selv har personlig erfaring med at anvende i praksis. Selvom Alvesson dog beskriver den selv-etnografiske tilgang som en metode, hvor forskeren studerer den felt, han selv lever og befinder sig i (Alvesson, 2003), har det relevans at nævne her, idet jeg i mine interviews forsøger at undersøge- og tilgå et feltområde, hvortil jeg har en "(...) *natural acces* (...)" (Alvesson, 2003: 174) og anvender mine egne erfaringer og viden om emnet til at udforme min spørgsmål til min undersøgelses informanter. Selve deltagelsen bliver i mit tilfælde dog ikke af fysisk art, som det ellers beskrives af Alvesson (2003) men det essentielle i denne kontekst er at tydeliggøre, hvilke implikationer det kan have medført på den måde, jeg har stillet spørgsmål til mine informanter på, og her bliver det faktum, at jeg har taget udgangspunkt i mine egne erfaringer som grundlag til udformningen af mere dybdegående spørgsmål i min interviewguide, yderst relevant for kvaliteten af den producerede empiri. Hvordan interviewguiden er tilrettelagt med efterfølgende transskription og kodning uddybes nedenfor (se 2.3 og 2.4). De nævnte implikationer ovenfor skal forstås som tidligere nævnt; hvis jeg eksempelvis ikke spurgte nok ind til selve oplevelsernes natur med spørgsmål, der tillod mine informanter at nuancere deres beskrivelser mest muligt, risikerede jeg at de enten misforstod mine spørgsmål eller at deres besvarelser ikke indeholdt tilstrækkelig information, der omhandlede deres oplevelser. Min forudindtagelse til feltet kan ligeledes have spillet en rolle; jeg har personligt kendskab til psykedeliske stoffer og oplevelser med disse, og dette var vigtigt at være opmærksom på, idet mine spørgsmål gerne skulle være så neutrale eller objektive som muligt. Dette skulle gerne muliggøre at mine informanter netop forholdt sig til at beskrive deres oplevelser, uden at fornemme en subjektiv retning fra min side.

Idet min empiri for denne undersøgelse er baseret på i alt fire semistrukturerede interviews, finder jeg det relevant at redegøre for mine overvejelser for denne metode i det følgende. Som det nævnes af Margit Saltofte (2016) er der i antropologisk feltarbejde "(...) *ofte overlap mellem deltagerobservation og forskellige former for kvalitative interviews.*" (Saltofte, 2016: 30), og dette er essentielt at være opmærksom på i forhold til min produktion af empiri, idet denne udelukkende består af kvalitative interviews, ikke deltagerobservation selvom Saltofte dog argumenterer for, at interview også kan ses som en form for deltagerobservation, "(...) *hvor elementer som pauser og fx kropssprog eller betoninger ligeledes skaber empirisk viden (Tjørnhøj-Thomsen & Whyte 2007: 102).*" (Saltofte, 2016: 30).

Jeg overvejede derfor, hvorvidt disse nævnte elementer kunne observeres og påvirke interviewsituationen, selvom jeg (som nævnt ovenfor), med undtagelse af ét enkelt interview, udførte alle interview med mine informanter digitalt. Det ene interview udførte jeg med informanten fysisk i hans hjem, idet han foretrak

dette fremfor en digital samtale. Dette kan i sagens natur både have medført visse fordele og ulemper, men der skrives i dette projekt i forlængelse af nogle centrale pointer illustreret i artiklen "Online versus in-person interviews with adolescents: An exploration of data equivalence" af Jennifer D. Shapka et al. (2016). Her argumenteres der blandt andet for, at nogle af fordelene ved at interviewe på andre måder end ved fysisk tilstedeværelse kan være, at der sparres tid og muliggør at interviewe på trods af geografiske barrierer (Shapka et al., 2016), og ligeledes én af de ulemper, jeg selv reflekterede over inden udførsel af mine interviews;

> "(...) *the lack of social and non-verbal cues make rapport-building difficult and potentially detrimental to the overall quality of the interview.*" (Shapka et al., 2016: 362)

Det er dog vigtigt at påpege, at der i ovennævnte artikel tages afsæt i et studie udført med teenagere og jeg i denne undersøgelse har at gøre med voksne informanter. Derfor kan der være variationer, der må tages højde for i mit specifikke empiriske udgangspunkt, men det er stadig relevant at nævne her, idet jeg som nævnt har benyttet mig af videobaserede interview samt ét interview, hvor jeg og informanten mødtes fysisk, og derfor argumenteres det her for, at de sociale- og non-verbale cues nævnt ovenfor, har jeg haft mulighed for at opleve disse i min produktion af empiri, hvilket ligeledes underbygges af Shapka et al.:

> "*Video-chat technology is also synchronous, and actually emulates a face-to-face setting more closely because it affords researchers access to non-verbal cues and facial expressions (Hanna, 2012).*" (Shapka et al., 2016: 366)

Dette illustrerer netop at selvom mine interviews blev udført digitalt med undtagelse af ét, kan det antages at jeg ikke gik glip af hverken non-verbale cues eller ansigtsudtryk. Det bør dog nævnes at der er andre elementer som tonefald og kropssprog, der har været sværere eller upræcise at observere i situationen digitalt, men som det vil fremgå i afsnittet "Om transskription og kodning" nedenfor, har jeg forsøgt at tilgodese disse elementer i min metode til at bearbejde min empiri på efterfølgende. Idet jeg i dette projekt som allerede nævnt undersøger mine informanters oplevelse af bevidstheden under indflydelse af psykedelika, vurderede jeg ligeledes, at dette fokus muligvis ikke ville influeres i for høj grad af min begrænsede evne til at observere eksempelvis tonefald og kropssprog, men det er relevant at nævne her for læserens skyld, idet dette kan nuancere hvordan jeg har tilgået mine informanter i praksis. Dette skyldes blandt andet, at jeg i kraft af mit fokus på mine informanters oplevelser arbejder ud fra en forestilling om, at min interesse ligeledes omhandler et forsøg på at forstå, hvordan mine informanter danner mening af disse oplevelser. Dette ligger i forlængelse af en narrativ erkendelsesform (Søndergaard, 1996), der i denne sammenhæng skal forstås således, at min metode også er baseret i et formål om at forstå de meningssammenhænge, de oplevelser mine

informanter eksisterer i kraft af. Som Søndergaard nævner det om intentionen for denne erkendelsesform, er det sammenhængene mellem kontekstualiserede fænomener, der er i fokus; intentionen er "(…) *at finde tråde og sammenhænge de kulturelt kontekstualiserede fænomener imellem. De tråde må der fortællinger, som fremviser konkrete menneskers omfattende og konkret levede erfaringer og forståelsesformer, til at eksplicitere.*" (Søndergaard, 1996: 54-55)

Her ses en parallel til det der kendetegner mit fænomenologiske udgangspunkt i mine informanters erfaringer som grundlag for min undersøgelses empiri. Her er det ligeledes vigtigt at bemærke, at fordi mine informanter kontaktede mig baseret på et opslag på Facebook, er produktionen af min empiri derfor primært er sket med udgangspunkt i informanter i min omgangskreds. Dette kan have medført en social bias hvilket har en relevans i forhold til den empiri der er produceret. Ligeledes kan mit udgangspunkt i at undersøge oplevelser med psykedelika have influeret mine informanters forestilling om interviewets udfald. Dette kan primært skyldes, at disse substanser som nævnt ovenfor (se Problemfelt) er ulovlige og ligeledes, at der lader til at herske en forestilling blandt mine informanter, der bidrager til et narrativ om psykedelika som noget enten farligt eller usikkert at indtage. Én af mine informanter, O1, nævner dette eksplicit:

> "(...) *du ved jeg har hørt så mange historier at, du ved, der er altid sådan nogen frygthistorier med folk, der er... så bryder de ned rent psykisk eller er ikke sig selv bagefter, fordi der sker et eller andet der kortslutter i hjernen mens de er på trippet, som så fortsætter i deres hverdag bagefter-*" (Bilag 2: side 18)

Denne forståelse af psykedelika og mulige oplevelser under indflydelse af disse har, som beskrevet ovenfor, haft en afgørende, gennemgående effekt på hvordan jeg har tilgået mine informanter og produceret min empiri. Jeg vil derfor i det følgende uddybe mine refleksioner vedrørende håndtering af empirien og mine etiske overvejelser i forhold til mine informanters anonymitet, samt overvejelser i forhold til min egen position som forsker i interviewsituationen. Dette gøres i et forsøg på at uddybe, hvilken påvirkning det kan have haft at jeg eksempelvis selv har erfaringer med psykedelika, hvilken effekt dette kan have haft på mine informanter og hvilke oplevelser, dette kan have givet mig adgang til i forhold til at behandle empirien hensigtsmæssigt.

2.1.2 Om håndtering af empiri og etiske overvejelser

> "*Alt er anonymiseret og ting – også i transskriptioner og den måde jeg efterbehandler det på, alt er 100 procent anonymt.*" (Bilag 2: 1)

Dette, eller en variation af dette citat, nævnte jeg for alle mine informanter i de udførte interviews. Da jeg havde etableret kontakt til min informanter, reflekterede jeg dernæst over hvorledes jeg kunne gå til værks

med udarbejdelsen af min interviewguide (se nedenfor) inden interviewenes gennemførsel. Dette dels fordi jeg var opmærksom på, at psykedelika som nævnt ovenfor (jf. Problemfelt) kan vække en vis skepsis når jeg som forsker ønsker at udforske mine informanters personlige oplevelser med disse substanser, og dels idet jeg i forlængelse af denne overvejelse ønskede at anonymisere alle mine transskriptioner i min efterbehandling af interviewene. Dette direkte i forlængelse af en pointe der beskrives af Margit Saltofte (2016); ”*Som en del af den refleksive proces som forsker må man reflektere over eget udgangspunkt, og hvilke forudgående erfaringer der kan have betydning for det perspektiv, man etablerer.*” (Saltofte 2016: 104)

Disse refleksioner har i sagens natur haft indflydelse både på de spørgsmål, jeg valgte at stille mine informanter (se eventuelt 2.3) og ligeledes i efterbehandlingen af interviewene ved påbegyndelsen af transskriptionerne. Qua mit udgangspunkt i det semistrukturerede interview, var der typer af spørgsmål, jeg oplevede som nødsaget til at stille for at dreje samtalerne i en specifik retning, idet jeg ønskede at behandle mit undersøgelses specifikke emne og problemfelt (jf. 1.3). Dette dog uden at mine informanter fornemmede, at jeg søgte særlige svar på mine spørgsmål og derved risikerede, at mine informanter undlod at videregive relevant information hvis de opfattede, at jeg muligvis var interesseret i noget mere specifikt. Dette gjorde jeg blandt andet ved at stille spørgsmål, der havde et primært fokus på at få mine informanter til at beskrive deres oplevelser som eksempelvis ”Hvordan vil du beskrive din/dine oplevelser?” (Bilag 1: 1), og undlod at stille for lukkede spørgsmål. Derved kunne relevante data undervejs gå tabt. Dette ligger i forlængelse af den skjulte viden (Saltofte 2016), informanterne kan ligge inde med i interviewsituationen og idet mit udgangspunkt for at udføre disse interviews ligeledes tages med udgangspunkt i den fænomenologiske tradition (jf. Undersøgelsesdesign) kan der argumenteres for, at det kvalitative, semistrukturerede interview stemmer overens med denne teoretiske tradition, idet formålet med disse netop er, ”(...) *at indhente beskrivelser af den interviewedes livsverden med henblik på at få italesat og siden kunne fortolke betydningen af de beskrevne fænomener.*” (Saltofte, 2016: 31)

Ydermere er der en essentiel overvejelse i, i hvilken grad jeg var i stand til at distancere mig selv fra de af mine informanters beskrevne oplevelser med psykedelika samtidig med at der muligvis herskede en fortrolighed mellem mig i forskerpositionen og det personlige tilhørsforhold, jeg som nævnt (jf. ovenfor) havde til alle mine informanter. Det er i denne balance eller spændingsfelt mellem en indre og en ydre synsvinkel; et mikro- og et makroperspektiv, der kan vise sig af være afgørende for den kvalitet, min produktion af empirien i denne undersøgelse har haft. Dette illustrerer Martyn Hammersley (2006) som en essentiel del af hvad en etnografisk undersøgelse kan defineres som:

> ”(...) *the essence of etnography is the tension between trying to understand people's perspectives from the inside while also viewing them and their behaviour more distantly,*

in ways that may be alien (and perhaps even objectionable) to them." (Hammersley, 2006: 11)

Dette spændingsfelt der beskrives i det ovenstående citat, kan også give god mening i forhold til mit udgangspunkt i fænomenologien, idet denne spænding kan ses som et udtryk for at forstå oplevelserne hos mine informanter. Det nævnes i citatet som perspektiv, hvilket jeg her tolker som et muligt udtryk for oplevelser, selvom det ikke nødvendigvis indikerer noget om hvem der har disse oplevelser. Jeg vil derfor i det følgende beskrive de informanter, hvis oplevelser danner grundlaget for empirien i denne undersøgelse.

2.2 Om informanterne

Det er for god ordens skyld vigtigt at bemærke at jeg har valgt at betegne mine informanter som 'oplevere'. Dette skyldes for det første at jeg som tidligere nævnt valgte at anonymisere dem. For det andet fandt jeg det mere passende at benævne dem som oplevere frem for informanter i deres respektive titler, idet det netop er det, jeg interviewer dem om: deres oplevelser.

Til at hjælpe med beskrivelsen af mine informanter har jeg udarbejdet følgende figur. Dette er til dels gjort for at danne et overblik over, hvordan min egen position som forsker i felten kan have influeret både den enkelte informant samt min tilgang til de informanter, jeg efterfølgende har interviewet.

Figur 1: Oversigt over informanterne (O1, O2 og O3) og vekselvirkninger mellem disse og interviewer (I)

2.2.1 Modellen forklaret

Det kan bemærkes at modellen er rund og indeholder fire cirkler; én, der skal illustrere mig (I) i centrum af undersøgelsen og tre andre, der skal illustrere mine tre informanter (O1, O2 og O3). Mit udgangspunkt for denne opstilling er for at tydeliggøre den vekselvirkning, der undervejs opstod mellem mig og mine informanter samt de refleksioner jeg gjorde mig igennem alle tre interviews. Disse refleksioner kan have bidraget til den måde, jeg nuancerede mine spørgsmål fra gang til gang og de kan også have påvirket mine informanters måde at forholde sig til mig i forskerpositionen. Saltofte beskriver noget lignende om den refleksive proces:

> *"Som en del af den refleksive proces som forsker må man reflektere over eget udgangspunkt, og hvilke forudgående erfaringer der kan have betydning for det perspektiv, man etablerer."* (Saltofte, 2016: 104)

Det er netop disse forudgående erfaringer samt refleksioner vedrørende mit eget udgangspunkt jeg forsøger at illustrere med Figur 1. På denne måde skulle det gerne visualisere de betydninger, der kan have influeret både mig selv og mine informanter igennem produktionen af empirien i denne undersøgelse. Jeg vil i det følgende kort beskrive disse informanter med henblik på at knytte en kort beskrivelse af mine informanters udgangspunkt med psykedelika; hvilke substanser har de stiftet bekendtskab med, hvor mange gange har de indtaget psykedelika, etcetera.

2.2.2 O1: Den naturlige oplever

Når jeg vælger at give O1 en undertitel som 'naturlig oplever' skyldes det at denne informant taler om sin glæde og fascination af naturen i en overvejende grad gennem hele mit interview med hende. Hun nævner blandt andet følgende: *"Og så tror jeg også bare generelt, den her fascination af naturen og, altså bare det at man kan spise en svamp og så komme et helt andet sted i sit hoved synes jeg er helt fantastisk at naturen har skabt det* (…)" (Bilag 2: 4) Når jeg nævner denne fascination, har jeg læst dette frem i mit arbejde med transskriptionen og kodningen af dette interview, hvorfor jeg også er opmærksom på at jeg kan påvirke læseren med særlige forestillinger til denne informant. Dette er dog ikke min hensigt men det er gjort for at give mine informanter en slags kendetegn så de lettere kan skelnes fra hinanden, uden at bryde aftalen om anonymitet.

O1 har prøvet svampe nogle gange, og dette er det eneste psykedelika hun har indtaget. Hun nævner at hun tidligere har røget weed (Bilag 2: 3) og at dette kan have været et springbræt til at prøve mere. Hun identificerer sig som kvinde og er 25 år gammel. Hun elsker naturen og er fascineret af hvordan bevidstheden

påvirker hendes forhold til den naturlige verden, hun oplever sig som værende frakoblet fra i sin dagligdag (Bilag 2: 5).

2.2.3 O2: Den mikrodoserede oplever

Den mikrodoserede oplever, O2, har fået denne beskrivende undertitel, idet hun først og fremmest beskriver oplevelser forbundet med mikrodosering af psykedelika. Hun har først prøvet dette med LSD og efterfølgende med psilocybin (svampe). Hun har gjort dette over en periode på et halvt år på det tidspunkt jeg interviewer hende og har ligeledes overvejet et trip på en højere dosis med blandt andet svampe eller ayahuasca (jf. 1.2.1). Hun er en kvinde på 38 år og underviser på en folkeskole. Hendes primære motivation for at mikrodosere med psykedelika er, som hun selv beskriver, for at få noget mere kreativitet i sit liv, som hun havde i sin barndom (Bilag 3: 1 og 10).

2.2.4 O3: Den heroiske oplever

Min tredje og sidste informant beskrives her som den heroiske oplever. Dette kunne lyde som om jeg har fortolket vedkommende som en helt, men dette er imidlertid ikke tilfældet. Når jeg beskriver ham således, skyldes det at han er den eneste af mine informanter, der har oplevet et psykedelisk trip med en meget høj dosis af svampe; han har tidligere prøvet svampe to gange uden han oplevede at der skete så meget og så tredje gang beskriver han følgende:

> *"Og så har jeg været inde igen og høre ham Terence McKenna dér. Og han, han havde en eller anden online lecture dér, hvor han snakkede om the heroic dose. Hvor at... som han beskrev det, så var det sådan "okay, hvis du skal tage de dér svampe dér, så bliver du fandme nød til at gøre det ordentligt. Og ordentligt, i den her kontekst, betyder at du tager så mange svampe at du er bange for dem, og så lægger du dig ind på et værelse, i mørke, og så ser du bare hvad der sker." (griner)*" (Bilag 4: 5)

Her beskriver han netop den heroiske dosis, inspireret af Terence McKennas beskrivelse. Denne beskrivelse var efterfølgende præcis det O3 gjorde; han tog en hel håndfuld tørrede svampe og havde besluttet sig for at følge McKennas råd om ting, man kan gøre hvis man eksempelvis oplever paranoia under trippet. Ligeledes havde O3 en ven der opholdt sig i et rum ved siden af som en ekstra sikkerhedsbuffer for ham (Bilag 4: 5).

I det ovenstående har jeg forsøgt kort at introducere mine informanter primært med fokus på hvad deres erfaringer er med psykedelika forud for denne undersøgelse. Jeg vil i det følgende redegøre for den interviewguide der ligger til grund for mine interviews med mine informanter.

2.3 Om interviewguide

I det følgende redegøres for hvordan jeg udformede min interviewguide. Jeg redegør ligeledes for mine refleksioner forbundet med udformningen af specifikke spørgsmål fra interviewguiden og sammenholder ligeledes forskellige teoretiske overvejelser, der kan nuancere hvorfor min interviewguide er opbygget som den er. Dette gøres i et forsøg på at illustrere for læseren, hvordan disse refleksioner kan have haft afgørende betydning for den empiri der er produceret i denne undersøgelse.

2.3.1 Det handler om oplevelser

Som nævnt har jeg taget mit metodiske udgangspunkt i det semistrukturerede interview (se 2.1). Ydermere har jeg et teoretisk fundament i fænomenologien (se 1.6) og selvom dette vil blive udfoldet yderligere i kapitlet om teori (se Kapitel 3), finder jeg det relevant at nævne her, idet dette fundament ligeledes har influeret min metodiske tilgang til at opbygge min interviewguide (Bilag 1). Zahari illustrerer ligeledes en relevant pointe i forhold til fænomenologien som grundlag for produktion af empiri, og at dette grundlag kan gøre en væsentlig forskel både i indsamlingen af data og behandlingen af disse:

> *"Som sidstnævnte diskussion til overmål har vist, kan fænomenologien ikke kun gøre en forskel, når det gælder håndteringen, analysen og fortolkningen af de tilgængelige data; den kan også spille en væsentlig rolle i selve indsamlingen af data, uanset om dette sker via specielle interviewteknikker eller ved at påvirke selve forsøgsopstillingen."* (Zahari, 2018: 152-153)

Idet hensigten med at afholde interviewene var at undersøge mine informanters oplevelser med psykedelika, var det essentielt at mine spørgsmål var opstillet således, at de lagde mest muligt op til denne hensigt. I selve præmissen for det semistrukturerede interview er netop en relevant epistemologisk overvejelse vedrørende antropologisk feltarbejde; da jeg undersøger mine informanters oplevelser og, kan det tilføjes, kulturelle verden (Rytter & Olwig 2018), kunne jeg ikke nødvendigvis antage, at jeg kunne designe en interviewguide, der tilgodeså netop de aspekter ved oplevelser med psykedelika mine informanter fandt relevante. Rytter & Olwig (2018) bekræfter denne pointe; *"Vi kan derfor ikke antage, at en udefrakommende antropolog på forhånd kan designe et semistruktureret interview, der dækker de aspekter, vores informanter finder relevante."* (Rytter & Olwig, 2018: 183)

Med dette in mente tog jeg udgangspunkt i et enkelt, afklarende punkt for at indlede mine interviews. I første punkt benævnt "Om informanten" (jf. Bilag 1: 1) bad jeg mine informanter indlede samtalen med en kort beskrivelse af alder, køn og 'beskæftigelse' for efterfølgende at have muligheden for at sammenholde "(...) *demografi og sådan øh… resultatkritikken i min undersøgelse (…)*" (Bilag 1: 1), som jeg selv beskriver det

i det første interview med informant O1. Dette stemmer i virkeligheden ikke overens med en grundlæggende præmis om, at spørgsmål i et semistruktureret interview søger beskrivelser af bestemte fænomener og sammenhænge (Saltofte, 2016), men jeg vurderede, at der kunne opstå en relevant pointe i forhold til at afklare grundlæggende informationer om mine informanter for at se, om der var relevante sammenhænge eller oplevelser der kunne være knyttet til disse i min senere behandling af resultaterne.

Efterfølgende begynder jeg at stille spørgsmål med et større fokus på mine informanters oplevelser. Når jeg eksempelvis stiller de første overordnede spørgsmål *"Hvilke substanser/teknikker har du anvendt eller praktiseret?"* (Bilag 1: 1) og *"Hvad fik dig til at undersøge denne/disse teknik(ker)/praksis(ser)?"* (Bilag 1: 1), gøres dette med henblik på at undersøge hvad der har været motiverende for mine informanter inden de har indtaget psykedelika. Dette harmonerer ligeledes med det første stadie, jeg nedenfor redegør for i Figur 3 (se eventuelt Kapitel 4), der samtidig har dannet et grundlag for hvordan jeg har kodet min empiri i temaer 'før', 'under' og 'efter' et trip på psykedelika, og selvom der redegøres specifikt for denne struktur i Kapitel 4 (se nedenfor) nævner jeg det her fordi den måde jeg har stillet mine spørgsmål ligeledes har båret præg af denne procestænkning igennem mine interview, samtidig med at mine spørgsmål har skulle fungere mere som en almindelig samtale end et interview, selvom jeg stadig har haft et specifikt fokus og en særlig struktur (Saltofte, 2016: 31).

Der argumenteres ligeledes for at dette kan belyse grundlaget for mine interviews som inspireret af den uformelle samtale (Saltofte, 2016), jeg har forsøgt at tage udgangspunkt i med afsæt i den enkelte informants oplevelser. Den uformelle samtale er normalvis en oplagt måde at tilgå sin felt på når man, som jeg, lader sin empiriproduktion tilgår mine informanter med en mere selv-etnografisk tilgang (jf. "Etnografiske overvejelser og metodiske refleksion"), men det kan her ligeledes have været en ulempe, idet man normalvis anvender den uformelle samtale som en del af et feltarbejde, hvor man vil sikre sig adgang til felten ved at få en føling med situationen ved at udveksle ord med mulige informanter som en del af et socialt samvær (Bundgaard et al., 2018: 182). Dette har ikke været tilfældet i min situation selvom jeg har ladet mig inspirere af en mere uformel struktur i mine interviews.

Efterfølgende spørgsmål i guiden har til hensigt at få mine informanter til at beskrive deres specifikke oplevelser af bevidstheden under indflydelse af psykedelika. Disse spørgsmål referer primært til andet og tredje stadie, henholdsvis 'under' og 'efter' et trip (jf. Figur 3), og derfor har det været min hensigt at udforme disse spørgsmål sammenholdt med det fænomenologiske begreb *epoché* hvilket kan ses som en grundlæggende metodisk tilgang i den fænomenologiske metode. Selvom dette begreb bliver teoretisk redegjort for i et senere kapitel er det relevant at nævne her, idet det kan have haft en metodisk effekt på min evne til at "(…) *undgå partiske og subjektive resultater.*" (Gallagher & Zahari, 2008: 35) Ydermere er det vigtig at

understrege, at epochéen skal ses som en refleksiv måde at forholde sig til virkeligheden på (se eventuelt Gallagher & Zahari 2008), og fordi dette medfører et fokus på erfaringer og virkeligheden som den er os givet med et refleksivt perspektiv på vores erfaringer, forsøger jeg blandt andet at få mine informanter til at italesætte dette ved at stille spørgsmål som *"Hvordan vil du beskrive disse oplevelser i forhold til ændringer i din bevidsthed?"* (Bilag 1: 1)

De ovenstående refleksioner samt redegørelser skulle gerne havde bidraget til tydeliggørelsen af hvorfor jeg har udformet min interviewguide (jf. Bilag 1) som jeg har gjort. Det har været mit forsøg på at håndhæve den fænomenologiske metode i så høj grad som det har været mig muligt, og hele tiden med det for øje at undersøge mine informanters beskrivelser af hvordan de oplever bevidstheden med udgangspunkt i den virkelighed, de samtidig er en del af under indflydelse af psykedelika. Som beskrevet af Gallagher & Zahari (2008) er denne refleksive udforskning altid en undersøgelse af virkeligheden; "(…) *den er ikke en undersøgelse af et hinsides mentalt rige.*" (Gallagher & Zahari, 2008: 41), og derfor bliver det centralt at have forsøgt at producere min empiri med det for øje, idet mit fokus ikke at forglemme netop er en optagethed af bevidstheden set fra mine informanters perspektiv. Afslutningsvis skal det nævnes, at der i den fænomenologiske metode netop vægtes en høj grad af fokus på oplevelsen og at de spørgsmål, der i undersøgelsen stilles af mig som interviewer, derfor "(…) *ikke retter sig mod formodninger eller teorier, men mod oplevelsen.*" (Gallagher & Zahari, 2008: 61) Det vil herefter vise sig, om dette fokus kan have påvirket min tilgang til produktionen af min empiri, men dette vil blive behandlet særskilt senere (se Kapitel 5).

I det følgende redegøres for min behandling af den producerede empiri, transskriberingen og kodningen af denne.

2.4 Om transskription og kodning

Jeg nedskrev følgende i min interviewguide som en generel kommentar til hvordan jeg har behandlet min empiri:

> *"Såfremt der nævnes andre personer og/eller stednavne (der kan kompromittere anonymitet for informanten) end Interviewer (I) og informanten (O2), vil disse ligeledes være anonymiseret med betegnelsen "Anonym" (herefter betegnet "A").*" (Bilag 1: 1)

Dette er primært nævnt her for læserens skyld selvom jeg ligeledes informerede mine informanter om lignende informationer i den samtykkeerklæring, der blev udsendt og underskrevet inden jeg udførte interviewene. I arbejdet med transskriptionerne er der elementer, der er relevante at redegøre for her idet disse elementer med stor sandsynlighed har påvirket min empiri i den senere resultatbehandling.

Med hensyn til de tekniske omstændigheder vedrørende transskriberingsprocessen, valgte jeg at transskribere alle mine interview manuelt, altså ikke med brug af et transskriptionssoftware. Dette var et bevidst valg fra min side; jeg ville være sikker på, at jeg fik så mange tænkepauser, lydsprog og forskellige ladede ord med som muligt. Dette medfører blandt andet, at en del af talesproget igennem interviewene er omskrevet, så det lettere kan læses uden at miste betydningen. Dette betyder ligeledes, at det har været min prioritering, hvilke ord jeg synes mere relevante end andre, eller hvilke ord, informanterne lægger lydligt tryk på. Disse ord er i transskriptionerne fremhævet med kursiv. Tænkepauser er markeret med …, og lydsprog som latter, hosten, etcetera, er anført i parentes. Dette kan eksempelvis være (griner), som optræder en del gennem alle interviewene.

2.4.1 Kodning temaer og farver

Dette afsnit har til hensigt at redegøre for de temaer, jeg har kodet frem af transskriptionerne. Det er disse temaer der tages udgangspunkt i den senere resultatbehandling.

Allerførst er det vigtigt at bemærke, at jeg har kodet på mine informanters udtalelser og ikke mine egne. I forlængelse af dette er det yderligere relevant at påpege at min behandling af resultaterne ikke først er påbegyndt i selve resultatbehandlingen (se eventuelt ”Resultatbehandling” nedenfor), men i virkeligheden er påbegyndt indirekte undervejs. Dette skyldes til dels min metodiske tilgang; fordi jeg har spurgt mine informanter indtil deres oplevelser om et emne, jeg selv har oplevet på egen krop og bevidsthed, har det været en naturlig proces for mit vedkommende at behandle mine informanters beskrivelser undervejs i et forsøg på at skærpe mine egne spørgsmål i senere interview samt for at reflektere over hvilken indflydelse jeg har haft på mine informanter (Saltofte, 2016).

Herunder ses en oversigt over de fremkodede temaer samt hvilke farver disse er markeret med i transskriptionerne (jf. Bilag 2, 3 og 4). Det bør nævnes at der ud for hvert tema er knyttet undertematikker samt et stadie enten før, under eller efter et psykedelisk trip. Dette vil blive uddybet yderligere i analysestrategien men det skal nævnes her for at eventuelle misforståelser ikke opstår ved læsning af figuren.

Tema	Undertematikker	Farve	Stadie
Generelt	Substanser, generel info	Dirty grey	
Motivation og nysgerrighed for psykedelika		Dirty gold	**FØR**
Set & Setting	Forestillinger, forventninger, narrativer	Dirty green	**FØR** og **UNDER**
Kontrol og kontroltab	DMN, selvet, selvets opløsning	Dirty purple	**FØR, UNDER** og **EFTER**
Trip	Bevidsthedsændringer og oplevelser; sanselige, kropslige, etcetera	Dirty orange	**UNDER**
Forbundethed	Naturlighed, naturen, spiritualitet og mystik	Dirty blue	**UNDER** og **EFTER**
Oplevede ændringer efter trip	Nye perspektiver, forandringer og erfaringer	Dirty pink	**EFTER**

Figur 2: Oversigt over temaer og psykedeliske stadier 1

I forlængelse af ovenstående figur skal der nævnes at den sidste kolonne benævnt "Stadie" henviser til hvilket stadie af et psykedelisk trip der hænger sammen med det pågældende tema. Dette uddybes som nævnt yderligere i analysestrategien men det nævnes her da det for mit vedkommende var en del af måden jeg kodede mine transskriptioner på.

Jeg har i det ovenstående redegjort for denne undersøgelses metodologiske udgangspunkt samt refleksioner forbundet med dette. Jeg har ligeledes beskrevet hvordan jeg har produceret empirien og jeg vil i det følgende redegøre for mit teoretiske udgangspunkt med tilhørende begreber der har relevans for min undersøgelse.

Kapitel 3 – Teori

I det følgende kapitel redegøres for de teoretiske perspektiver, der anvendes i denne undersøgelse. Dette med et formål om at tydeliggøre, hvilke refleksioner der ligger til grund for mit valg af disse samt et forsøg på at tydeliggøre for læseren, hvordan disse specifikke teorier bidrager aktivt til min senere resultatbehandling (se Kapitel 5). En del af det nedenstående vil ligge i naturlig forlængelse af noget af det tidligere beskrevne i ovenstående kapitler, men udfoldes her for at konkretisere hvilke begreber jeg anvender i dette projekt.

3.1 Teoretiske overvejelser i forhold til emnet

Som nævnt tidligere (jf. 1.3), tager jeg mit videnskabsteoretiske afsæt i den fænomenologiske tradition som beskrevet af Zahari (2018) og Gallagher & Zahari (2010). Dette gøres med det primære argument, at idet jeg undersøger bevidstheden med afsæt i mine informanters oplevelser af denne influeret af psykedelika, komplimenteres dette af et afsæt i fænomenologien, der tager sit afsæt i en filosofisk overvejelse om,

at studere fænomener og i særdeleshed hvordan disse fremtræder for os i vores oplevelse af virkeligheden (Zahari 2018). I henhold til dette projekt, hvor bevidstheden undersøges i forhold til psykedelika, bliver mit fænomenologiske udgangspunkt at undersøge hvordan mine informanters oplevelser af hvordan deres bevidsthed opleves og fremtræder i deres virkelighedsopfattelse under indflydelse af psykedelika. Dette bliver med et tydeligt fokus på den forandringsproces som disse oplevelser medfører hos mine informanter. Som Zahari beskriver det mere generelt bliver disse forskellige fremtrædelsesformer udgangspunktet for en fænomenologisk analyse; "*Kort fortalt er fænomenologien en filosofisk analyse af disse forskellige fremtrædelsesformer.*" (Zahari, 2018: 21)

Dette kunne her lyde som om jeg udelukkende er interesseret i at udarbejde en filosofisk analyse, hvilket som allerede nævnt tidligere, ikke udelukkende er tilfældet. Det er ganske rigtig relevant at forholde sig til de filosofiske begreber i fænomenologien men i anvendelsen af disse bliver mit fokus mere på, hvordan virkeligheden i praksis opleves af mine informanter når de erfarer deres livsverden (se 3.1.2 nedenfor). Dette fordi jeg netop undersøger *hvordan* disse oplevelser efterfølgende influerer mine informanters oplevelse af deres bevidsthed, når de ikke tripper på psykedelika længere. Jeg forsøger således at have en filosofisk tilgang qua mine begreber men når jeg behandler mine resultater med disse begreber, bliver min orientering mere på hvordan de kommer til udtryk i mine informanters beskrivelser, og ikke på et generelt, meta-filosofisk niveau.

3.1.1 En ikke-naturalistisk forståelsesramme

Når jeg finder det nødvendigt at beskrive denne teoretiske forståelsesramme, er det i et forsøg på at give læseren en forståelse for, hvordan min filosofiske læsning af fænomenologiens begreber på nogen måder ikke stemmer overens med det jeg undersøger; oplevelser af bevidstheden under indflydelse af psykedelika. Dette skal ikke misforstås; jeg anvender ikke udelukkende en ikke-naturalistisk læsning af fænomenologien. Når jeg redegør for det her, er det for at illustrere, at nogle af de oplevelser psykedelika ofte medfører er en oplevelse af på mystisk vis at være forbundet til et større hele end én selv, og det er dette udgangspunkt der ikke harmonerer med en naturalistisk ontologi. Det bliver et skel, jeg befinder mig i, der teoretisk tager afsæt i både erfaringsverdenen og den videnskabelige verden, hvilket uddybes nedenfor (jf. 3.1.2).

På denne måde kan der argumenteres for at jeg i denne undersøgelse både behandler mine informanters beskrivelser som fænomenolog med udgangspunkt i denne filosofiske tradition til at belyse hvordan virkeligheden fremtræder for mine informanter. Ligeledes kan det argumenteres for at jeg antager en anelse ikke-naturalistisk tænkning i måden, jeg behandler mine informanters oplevelser af bevidstheden under indflydelse af psykedelika. Dette skal forstås således, at en naturalistisk filosofisk tankegang ikke behandler de såkaldte mystiske oplevelser af eksempelvis at være forbundet til et større hele, og at dette ikke harmonerer

med det der oftest er kendetegnet ved psykedeliske trips; en mystisk, universel bevidsthed (Letheby, 2016: iii). Dette ligger ligeledes i forlængelse af de oplevelser én af mine informanter beskriver, hvilket vil uddybes senere (se eventuelt Kapitel 5).

I det følgende er det derfor essentielt at jeg redegør for de specifikke begreber, jeg anvender igennem undersøgelsen og, i særdeleshed, i resultatbehandlingen. Dette har til hensigt at tydeliggøre for læseren netop hvordan jeg forstår disse begreber og hvordan jeg anvender dem i forhold til mit problemfelt; dette skulle ligeledes gerne tydeliggøre, hvordan de både kan forstås i en filosofisk kontekst og ligeledes hvordan de kan anvendes til at belyse mine informanters beskrivelser mere konkret i besvarelsen af problemformuleringen.

3.1.2 Livsverden og den psykedeliske livsverden

I det følgende redegøres for begrebet livsverden, specifikt møntet på det jeg betragter som den psykedeliske livsverden. Dette illustrerer tydeligheden af, at jeg i undersøgelsen vægter mine informanters oplevelser med psykedelika højt, og derved deres erfarede virkelighed mens de er på psykedelika. Dette gøres ligeledes idet det kan bidrage til en forståelse af, hvordan mine informanter erfarer deres bevidsthed og virkelighed, både under indflydelse af psykedelika og også efterfølgende, når et trip er overstået. Som Zahari beskriver livsverdenen, er det en måde at betragte hvordan verden fremtræder for os, og bliver derfor en blanding af erfaring og det videnskabelige verdensbillede;

> *"Helt generelt betragter fænomenologien ikke forskellen mellem erfaringsverdenen og den videnskabelige verden som en forskel mellem verden for os og verden, som den er i sig selv, men som en forskel mellem to måder, hvorpå verden kan fremtræde."* (Zahari, 2018: 65)

Denne forståelse af hvordan verden fremtræder for os på forskellige måder uden ensidigt at været defineret af enten erfaringen eller videnskaben, kan kobles med den erfarede virkelighedsopfattelse i forhold til, hvordan mine informanter oplever ændringer i denne og deres bevidsthed når de gennemgår et trip. Dette illustreres ligeledes med begrebet perceptuel holisme, der vil blive uddybet nedenfor (se 3.1.3) men nævnes her, idet mine informanters opfattelse af virkeligheden influeret af psykedelika kan have indflydelse på, hvordan denne opfattelse ændres eller udvides i deres bevidste oplevelse af virkeligheden, i særdeleshed i forlængelse af, hvordan denne ændring i bevidstheden opleves gennem sanseapparatet. Her bliver den perceptuelle holisme et relevant begreb i et forsøg på at nuancere psykedelikas sanselige påvirkning af bevidstheden. Som tidligere nævnt, er de sanselige påvirkninger essentielle i forståelsen af hvordan psykedelika opleves i bevidstheden (jf. 1.6).

3.1.3 Den perceptuelle holisme og psykedelika

Når der i denne undersøgelse redegøres for den perceptuelle holisme i forhold til psykedelika, gøres dette for at illustrere vores sanselige erfaring som relevante at forholde sig til i et forsøg på at nuancere forståelsen af de sanselige såvel som kropslige erfaringer mine informanter gør sig under indflydelse af psykedelika. Selve begrebet læses i forlængelse af den måde Gallagher & Zahari (2008) omfattende redegør for begrebet. Jeg vil her fremhæve essentielle pointer, der skal muliggøre forståelsen af hvordan jeg anvender begrebet i den videre undersøgelse.

En vigtig pointe med at forstå den perceptuelle holisme er blandt andet, at den både omhandler hvordan vi sanser verden omkring os med vores sanseapparat (lugt, smag, syn, etcetera) og at disse indtryk ikke kun opleves som passive, men også aktive i form af vores kropslige bevægelser. Sagt på en anden måde i forhold til psykedelika, behandles begrebet til at afkode mine informanters beskrivelser af oplevelser, der er forankret i hvordan de sanseligt og kropsligt oplever og erfarer verden omkring dem, når de er i gang med et psykedelisk trip. Som Gallagher & Zahari ligeledes beskriver:

> *"Vores kropslige bevægelser tager del i vores seen, berøring, høren etc., og de former derved vores perceptuelle greb om verden. Vores perceptuelle organer (øjne, hænder, ører etc.) fungerer i samarbejde med vores krops kinæstetiske fornemmelser."* (Gallagher & Zahari, 2008: 142)

På denne måde skal den perceptuelle holisme forstås som en kombination af vores sanselige indtryk og vores kropslige, fysiske fornemmelser. Dette er vigtigt at være opmærksom på i forhold til hvordan mine informanter beskriver netop disse indtryk, og hvordan dette muligvis afgør hvordan de oplever verden når de er på psykedelika. Jeg vil derfor i det videre redegøre for reduktionen, der ligeledes behandler selve refleksionen af disse perceptuelle, holistiske oplevelser.

3.1.4 Den psykedeliske reduktion

Der redegøres i det følgende for reduktionen (se eksempelvis Zahari 2018), et begreb i fænomenologien, der belyser en refleksiv tilgang til at undersøge, hvordan genstande eller i dette tilfælde, oplevelser, fremtræder for vores bevidsthed. Det er vigtigt at understrege en tidligere nævnt pointe (jf. 1.3) omhandlende den filosofiske betydning af dette begreb, at begrebet anvendes i dette projekt til at belyse mulige sammenhænge mellem informanternes oplevelser og deres refleksioner vedrørende disse. Reduktion bør derfor i overvejende grad læses som en måde at forholde sig refleksivt til, hvordan oplevelser kan fremtræde i bevidstheden, hvilket uddybes i det følgende.

I fænomenologien betragtes reduktionen som en essentiel del af enhver fænomenologisk metode, og det nævnes her, da det har relevans for den måde, jeg anvender den på i forhold til oplevelsen af bevidstheden. Reduktion forstås her som en refleksiv bevægelse (Zahari 2018), og knytter sig til en forestilling om at mennesket aldrig vil kunne betragte den oplevede verden fra et intetsteds perspektiv; det vil med andre ord aldrig kunne lade sig gøre at reflektere færdigt eller finde et endegyldigt svar på, hvordan verden opleves. Dette underbygges af Zahari, der i forlængelse af Merleau-Ponty (Zahari, 2018), netop beskriver en essentiel del af fænomenologien som et system i bevægelse; "*Den er, om man vil, en uendelig meditation.*" (Zahari 2018: 81) Når det nævnes her, kan det lyde ufuldstændigt i forhold til mit udgangspunkt i at undersøge mine informanters oplevelser med psykedelika men det fremhæves her idet det kan opfattes som en relevant nuance på, at oplevelsernes karakter sandsynligvis kan være lige så foranderlige som de informanter, der beskriver dem. Oplevelserne af bevidstheden kan på denne måde blive et udtryk for deres ufuldstændige bevidsthed i bevægelse, der muligvis aldrig kan blive et færdigt udtryk for hvordan deres oplevelser kommer til udtryk under indflydelse af psykedelika. Det er denne ufuldstændighed, der kan betragtes som en processuel oplevelse af bevidstheden; 'den psykedeliske bevidsthed'. Dette nævnes her, idet det kan bidrage til en forståelse af en sammenkobling af, hvordan bevidstheden opleves af mine informanter i tilknytning til psykedelika. Begrebet anvendes her i direkte forlængelse af samme begreb beskrevet af Letheby (2016), der ligeledes illustrerer en vigtig pointe om den 'psykedeliske fænomenologi', hvilket der af Letheby behandles i et forsøg på at undersøge, hvordan udgangspunktet i at behandle sprogligt beskrevne oplevelser (se eventuelt Kirk, 2018: 55) kan være problematiske at forstå i forbindelse med at undersøge psykedeliske oplevelser af bevidstheden. Dette i særdeleshed forbundet med de psykedeliske oplevelser, der kan beskrives som 'mystiske oplevelser'[5] (Letheby, 2016) og er, ifølge Letheby, ligeledes forbundet med oplevede forandringer af vores sensoriske apparat, fornemmelse for tiden, etcetera, og bliver derfor vigtigt at være opmærksom på, når der i denne undersøgelse som nævnt tages afsæt i fænomenologien i et forsøg på at afdække mine informanters oplevelser med psykedelisk inducerede ændringer i bevidstheden:

> "*Thus, as well as inducing a characteristic constellation of remarkable changes to sense perception, affect, and the senses of space, time, body, and self, psychedelics are capable of inducing states of consciousness phenomenologically indistinguishable from non-drug-induced mystical experiences.*" (Letheby, 2016: 10)

I forlængelse af dette er det essentielt at påpege, at selvom der i dette projekt er fokus på oplevelser af bevidsthedsændrende karakter under indflydelse af psykedelika, er det relevant at bemærke denne ovenstående pointe. Dette idet denne netop forholder et udgangspunkt i sanselige oplevelser med hvordan disse

[5] Oversat fra engelsk, 'mystical experience' (Letheby, 2016)

ligeledes kan opleves uden indflydelse af psykedelika, og hvordan disse ændringer i bevidstheden kommer til udtryk for mine informanter. Det har relevans i den senere resultatbehandling af dette projekt samt konklusionen herpå.

3.1.5 Om intentionalitet og psykedelika

Når der i denne undersøgelse behandles begrebet intentionalitet skyldes det at det er et centralt begreb i fænomenologien når man undersøger forholdet mellem bevidsthed og verden. Jeg tilskriver mig den definition der bliver beskrevet af Zahari (2018) og denne skal forstås således at hverken bevidsthed eller verden kan opfattes som to ting der kan opleves eller behandles uafhængigt af hinandens påvirkninger (Zahari, 2018: 36-37). Det skal således forstås som et begreb der kan bidrage med en forståelse af et gensidigt forhold mellem vores bevidsthed og den verden vi befinder os i, og ikke vores bevidsthed løsrevet fra verden eller verden eksisterende udenfor eller uafhængigt af, hvordan vi oplever den. Dette er i særdeleshed relevant at i forhold til mine informanters beskrivelser af deres bevidsthed når de tripper; deres intention om hvordan de beskriver oplevelsen kan være lige så relevant som de ændringer eller forandringer de oplever uden indtagelse af psykedelika, idet det kan illustrere en forbundethed til den verden, de oplever og den intentionalitet de forholder sig til verden med.

Det er ikke hensigten at dette skal virke kortfattet eller som en påstand om, at bevidstheden og verden udelukkende eksisterer som en mental konstruktion hos den enkelte. Det er i stedet mit forsøg på at tydeliggøre hvordan intentionalitet er et begreb, der er helt grundlæggende for at forstå den måde bevidstheden opleves af mine informanter og dermed den verden, de oplever—i særdeleshed under indflydelse af psykedelika. Zahari (2018) beskriver dette gensidige forhold mellem bevidstheden og verden på følgende måde:

> *"Vi er, hvad vi er, i kraft af vores verdensengagement, og verden er – qua fundamental meningssammenhæng – også kun, hvad den er, grundet vores involvering. At spørge til, hvad den ene er uden den anden, er som at spørge til, hvad baggrunden er uafhængigt af forgrunden."* (Zahari, 2018: 44)

Det er netop dette engagement i verden og verdens indflydelse på vores oplevelser der er det essentielle at forstå i den senere behandling af mine resultater, idet det kan nuancere forståelsen af, hvordan mine informanters intentionelle bevidsthed influeres af verden, lige så vel som hvordan verden opleves grundet dennes intentionalitet, der igen påvirker dem, etcetera. Hvordan psykedelika influerer eller ændrer dette engagement vil blive uddybet senere (se Kapitel 5).

3.1.7 Om intersubjektivitet og psykedelika

Intersubjektivitet er ligeledes et fundamentalt begreb i fænomenologien (se eventuelt Zahari, 2018). Dette skal i denne undersøgelse forstås således, at bevidstheden hos det enkelte individ ikke blot forstås via dettes kropslige handlinger, dets sanselighed og dets intentionelle væren i verden, men også som en del af et socialt fællesskab (Zahari, 2018: 98). Begrebet har sin plads i denne undersøgelse, da flere af mine informanter i det senere nævner forskellige sociale forhold der har haft indflydelse på hvordan de har både tilgået et psykedelisk trip, hvordan de har oplevet trippet enten alene eller i nærheden af andre og ligeledes efter, som et forandrende element i deres tilgang til mennesker omkring dem. Dette vil ikke uddybes yderligere her, men nævnes idet det skal illustrere vigtigheden af, hvordan mine informanters oplevelser muligvis er influeret af andres menneskers indvirken på deres oplevelse af bevidstheden under indflydelse af psykedelika, i lige så høj grad som deres oplevelse af bevidstheden uden et trip på psykedelika. Dette ligger i forlængelse af relevansen af settet, der fortrinsvis omhandler informantens egen forestilling til hvad vedkommende måtte opleve, og det intersubjektive element bliver således at belyse oplevelsen i kraft af informantens sociale relation til verden omkring sig.

I dette ovenstående kapitel har jeg forsøgt at redegøre for centrale teoretiske begreber, der anvendes i den senere resultatbehandling. Disse begreber udgør derved mit fænomenologiske udgangspunkt, og selvom disse kan uddybes og nuanceres yderligere, er det min opfattelse at dette kan forvirre mere end gavne læserens forståelse. Hvert begreb vil behandles i den kontekst, det giver mening i resultatbehandlingens tre stadier, hvorfor det muligvis også bliver tilfældet, at en del af de teoretiske begreber overlapper hinanden, afhængigt af hvilket stadie, de tilknyttes. Disse stadier udgør ydermere den strategi, jeg anvender i resultatbehandlingen, og denne analysestrategi er udgangspunkt i det følgende kapitel.

Kapitel 4 – Analysestrategi

I det følgende redegøres for den strategi, der anvendes igennem hele behandlingen af min undersøgelses resultater. Det er hensigten at dette afsnit fungerer som en oversigt over de fund, jeg gør mig undervejs og ligeledes for at danne en struktur for læseren, idet jeg vurderer det essentielt for at forstå min tilgang til hvordan jeg har grebet min resultatbehandling ad. Dette gøres ligeledes for at sikre den bedst mulige kobling til selve undersøgelsens problem (jf. 1.3 og 1.4), der søges besvaret så nuanceret som det er mig muligt, og ydermere er der undervejs i kodningsprocessen (se 2.4 ovenfor) som nævnt temaer, der kan ses som en overordnet helhed for hvordan mine informanter har oplevet psykedelika, både før, under og efter selve indtagelsen af disse.

I de temaer, der viste sig under mit arbejde med kodningen af min empiri (jf. 2.4), har jeg efterfølgende valgt at inddele disse temaer i tre overordnede hovedtemaer, 'før', 'under', og 'efter'. Denne beslutning skyldes at de temaer, der fremgår af min empiri overordnet kan ses som hele den sammenhængende proces, mine informanter gennemgår når de vælger at indtage psykedelika. Eksempelvis kan temaet "**Motivation & Nysgerrighed**" ses som noget, informanterne oplever og reflekterer over *før* de indtager psykedelika, og i forlængelse heraf kan temaet "**Oplevede ændringer efter trip**" ses som nogle oplevelser og refleksioner informanterne gennemgår *efter* et trip er overstået. Der er ligeledes temaer i min empiri, der overlapper disse kategorier; temaet **"Trip"** kan i forhold til den overordnede, tidslige proces både indeholde informanternes oplevelser og refleksioner *før*, *under*- og *efter* et trip på psykedelika, og derfor danner denne overordnede kategorisering af de processuelle temaer før, under- og efter strategien for resultatbehandlingen i det følgende.

For at tydeliggøre dette yderligere henledes læserens opmærksomhed nu på opgavens hovedtitel, "Som tang i en bølgezone". Meningen med denne titel var i virkeligheden en sammenfatning af min informant O3's udtalelse fra vores interview (jf. Bilag 4), hvor han beskriver en kropslig oplevelse under et trip på svampe:

> *"Jeg kom ud og tisse ja, og kan huske, var jeg sådan lidt chokeret i starten (utydeligt) hvo meget jeg egentlig var… var sådan, hvor shaky ens krop var, det var ikke sådan man følte sig usikker på den, men man stod sådan og shakede lidt, og sådan* (…)" (Bilag 4: 10)

Han fortsætter med at beskrive følgende:

> *"Som sådan noget tang i, du ved, tang i en eller anden øh... i sådan en eller anden bølgezone, ik, hvor at sådan, det står sådan... og væver frem og tilbage nede under vandet dér, så stod man sådan "hm.""* (Bilag 4: 10)

Det er denne beskrivelse jeg har taget udgangspunkt i til at udforme nedenstående model for at illustrere mine ovenstående pointer om at tilgå min resultatbehandling som henholdsvis 'før', 'under' og 'efter' psykedelika indtages. Selvom O3 ovenfor beskriver en kropslig oplevelse under hans trip på svampe, har jeg vurderet, at hans billedlige beskrivelse af tangen der står i en bølgezone, influerer hvordan han oplever sin krop under det tidspunkt i trippet; hvis tangen eksempelvis ikke er blevet ramt af en bølge, hvad så? Hvordan reagerer man, i overført betydning, når man som tang rammes af en 'bølge' af psykedelikas påvirkning af bevidstheden? Hvad sker der efter bølgen er passeret? Disse spørgsmål kan synes diffuse og derfor nedenstående model, idet jeg vurderer at den tydeligst og mest enkelt forklarer den tilgang og strategi, jeg anvender i min resultatbehandling.

Figur 3: "Som tang i en bølgezone" – en oversigt over psykedelikas oplevede indflydelse på bevidstheden før, under og efter et trip

Ovenstående model kræver for læserens skyld en uddybelse af hvordan de af empirien fremkodede temaer placeres i modellen, hvilket der redegøres for i det følgende afsnit. Det er allerede her essentielt at bemærke, at modellen ikke har til hensigt at fungere som en statisk størrelse eller 'løsning' af, hvordan psykedelika kan opleves generelt af alle mennesker, der måtte stifte bekendtskab med disse, med derimod tjener sit formål ved at bidrage til en visuel forståelse. En slags oversigt over, hvordan de informanter jeg behandler i denne undersøgelse synes at opleve bevidstheden indenfor samme overordnede rammer. Det er vigtigt at bemærke her, idet der undervejs i resultatbehandlingen vil refereres tilbage til ovenstående model når dette viser sig relevant for besvarelsen af min undersøgelses problem.

4.1 Første stadie: Bølgen dannes

Dette stadie repræsenterer de temaer, der betegner alle de oplevelser, refleksioner, overvejelser og tanker mine informanter har gjort sig før et eller flere påbegyndte trip på psykedelika. Specifikt drejer dette stadie sig primært om de to temaer "**Motivation og nysgerrighed for psykedelika**" og den første del af temaet "**Set & Setting**", altså 'set'-delen, men der kan sandsynligvis forekomme overlap mellem andre af temaerne. Eksempelvis indeholder temaet omhandlende oplevet kontrol, mangel på kontrol, 'sense of self' og 'DMN' (jf. 2.4) en blanding af mine informanters oplevelser med bevidsthed og psykedelika både før, under- og efter et trip, så det vil derfor nævnes i den specifikke kontekst i resultatbehandlingen med en direkte reference til modellen, hvis temaerne overlapper hinanden enkelte steder.

4.2 Andet stadie: Bølgen rammer

Dette stadie af modellen repræsenterer de temaer, der omfatter mine informanters oplevelser med deres bevidsthed og eventuelle ændringer heraf under et trip på psykedelika. Dette er primært temaet benævnt ovenfor som "**Set & Setting**", hvor temaets anden del vil være i fokus i denne del af modellen eftersom første del betragtes i modellens første stadie (jf. Figur 3). Ligeledes vil temaet "**Trip**" være i fokus her, da det specifikt indeholder mine informanters beskrivelser af oplevelser og bevidsthed under et trip. Det sidste tema der inkluderes i dette stadie, er "**Forbundethed**"; selvom dette tema ligeledes overlapper flere stadier i modellen, indeholder det ligeledes mine informanters oplevelser af at være forbundet til mere end blot dem selv. Denne pointe uddybes og behandles i den respektive del af resultatbehandlingen nedenfor (se Kapitel 5) men nævnes her som eksempel på, hvordan det optræder i modellen ovenfor (jf. Figur 3).

4.3 Tredje stadie: Bølgen aftager

Det tredje stadie af modellen indeholder de temaer, der er kendetegnet ved mine informanters oplevelser med psykedelika og, i særdeleshed, oplevelser af ændringer eller lignende i deres bevidsthed efter et trip er overstået. Derfor inkluderer dette stadie primært temaet "**Oplevede ændringer efter trip**", der udelukkende indeholder mine informanters beskrivelser af førnævnte oplevelser efter et trip er overstået, og overlapper derfor ikke andre temaer. Til gengæld kan der forekomme enkelte overlap med temaet "Forbundethed og spiritualitet" (jf. 2.4) idet dette ligeledes kan vise sig at omhandle oplevelser der af informanterne beskrives som noget de oplever både under og efter et trip. Det skal tydeliggøres endnu en gang, at der redegøres specifikt i resultatbehandlingen for hvornår disse overlap finder sted, og at dette blot er et forsøg på at tydeliggøre modellens opbygning (jf. Figur 3).

Som allerede nævnt tidligere, indeholder resultatbehandlingen både analyserende pointer og diskuterer ligeledes løbende disse pointer samt overvejelser og refleksioner, jeg har undervejs. I det ovenstående har jeg derfor forsøgt at redegøre for min primære tilgang til resultatbehandlingen med et særligt fokus på at sammenkoble min empiris hovedtemaer (se eventuelt 2.4) med den udarbejdede model (jf. Figur 3 ovenfor). Der er ikke redegjort for strategiske overvejelser der specifikt omhandler diskussionen, idet dette ligeledes fremarbejdes undervejs i resultatbehandlingen, der vil følge den samme overordnede struktur som den ovenfor beskrevne model; fra *før* mine informanter starter et psykedelisk trip, deres oplevelser *under* et sådant trip og afslutningsvis hvordan de oplever eventuelle ændringer i deres bevidsthed *efter* et trip er overstået. Dette gøres med problemformuleringen (jf. 1.4) in mente, idet jeg opfatter de førnævnte tre stadier som den mest nuancerede metode til at belyse mine informanters oplevelser med bevidstheden under indflydelse af psykedelika, uanset om der er tale om et psykedelisk trip med høj dosis af et givent psykedelika som de fleste

af mine informanter har oplevet (se eventuelt 2.2) eller mikrodosering (se eventuelt 1.2.8), for uanset størrelsen på dosis, er det netop oplevelserne og erfaringerne med disse substanser, der er omdrejningspunktet i min undersøgelse. Som Petersen (2021) nævner det, er der en vigtighed af de erfaringer og oplevelser man har med psykedelika udover den videnskabelige og mere medicinske forskning på området:

> *"Det er tydeligt, at mange i disse miljøer er spændte på at høre, hvad de medicinske forskere, der er ved at undersøge psykedeliske stoffers eventuelle virkning overfor psykiatriske lidelser, konkluderer. Men det er endnu mere tydeligt, at de erfaringer, de selv gør sig, og de oplevelser, de har med psykedeliske stoffer, uanset om det er mikro- eller makrodoser, næsten er endnu vigtigere."* (Petersen, 2021: 18)

Med ovenstående taget i betragtning vil jeg i det følgende behandle mine resultater i et forsøg på at besvare denne undersøgelses problemformulering.

Kapitel 5 – Resultatbehandling

Som nævnt ovenfor vil jeg i behandlingen af mine resultater følge den tredelte struktur, mine informanter har beskrevet og jeg efterfølgende har afkodet som værende 'før, 'under' og 'efter' et trip på psykedelika. Inden jeg fortsætter, er det relevant at tilføje, at der undervejs vil forekomme enkelte dele i hver af de tre hoveddele. Dette gøres for tydeligere at knytte de teoretiske begreber, der er redegjort for tidligere (se Kapitel 3) til mine pointer i det følgende, og ligeledes for at illustrere, at visse begreber i mit teoretiske apparat samt metodiske tilgang kan sammenholdes med forskellige dele af mine informanters oplevelser mere hensigtsmæssigt end andre. Det skal tilføjes at dette gøres i et forsøg på at besvare min undersøgelses problemformulering bedst muligt, og ikke for at tvinge sammenhænge mellem metode, teori og praksis med mine informanters oplevelser af bevidstheden under indflydelse af psykedelika.

Som det allerede er nævnt ovenfor (se eventuelt 1.3), kan disse sammenhænge vise sig at være vanskelige at sige noget generelt om, men det gøres så vidt det er mig muligt, og jeg kan tilføje, at eftersom bevidstheden under indflydelse af psykedelika muligvis kan ses som en form for maskering af hvordan vi i virkeligheden opfatter verden omkring os med udgangspunkt i både vores perception og erfaringer af denne, kan de fund der gøres i det følgende i sandhed opfattes som både tvetydige og mangelfulde, samt afgørende og essentielle for at forstå bedre, hvordan psykedelika påvirker vores forestillingsevne. Pollan beskriver dette meget rammende:

> "(…) *our perceptions of the world offer us not a literal transcription of reality but rather a seamless illusion woven from both the data of our senses and the models in our*

memories. Normal waking consciousness feels perfectly transparent, and yet it is less a window than the product of our imaginations – a kind of controlled hallucination." (Pollan, 2019: 308)

Med ovenstående in mente tillader jeg mig at starte med noget så klassisk som begyndelsen eller, som jeg har beskrevet ovenfor (jf. Kapitel 4 og Figur 3), første stadie af bevidstheden under indflydelse af psykedelika.

5.1 Første stadie: Bølgen dannes

Pollan (2019) beskriver følgende om hans oplevelser med hans psykedeliske trip:

"*The whole endeavor was fraught with uncertainty and entailed risks of several kinds—legal, ethical, psychological, and even literary. For how do you put into words an experience said to be ineffable?*" (Pollan, 2019: 221)

Når Pollan beskriver usikkerhed og risikoer, passer det i virkeligheden udmærket med nogle af de overvejelser, forventninger og refleksioner mine informanter beskrev for mig i interviewene, og som det vil tydeliggøres i det følgende, er der ikke nødvendigvis noget rigtig eller forkert udgangspunkt inden et trip på psykedelika igangsættes. Denne del af resultatbehandlingen harmonerer derfor i et vist omfang et forsøg på at finde svar på mit tredje forskningsspørgsmål: Hvordan influerer informanternes forestillinger og forventninger til psykedelika deres oplevelser med disse substanser? (jf. 1.4), og derfor kan mulige svar på dette spørgsmål give mening at overveje med det in mente, at selvom svarene kan variere alt efter hvem af mine informanter der tages udgangspunkt i, kommer man med psykedeliske oplevelser sjældent helt uden om at forholde sig til hvordan disse tilgås på forhånd. Der er allerede det førnævnte 'set' (jf. 4.1) der blandt andet henviser til ens mentale tilstand og forventninger inden et trip påbegyndes, og dette kan muligvis afgøre en del om, hvordan bevidstheden opleves under indflydelse af psykedelika. Informanten O2 nævner dette eksplicit da hun italesætter en form for tilbageholdenhed hun tidligere har haft til psykedelika, og hvorfor en tryghed i situationen muligvis kan bidrage med en form for kontrol:

"*Øhm, men-men jeg er klart mere åben for det, hvis det er, at man netop er sammen med nogen, der kan skabe en tryghed omkring det, og… særligt det dér med hvis det løber løbsk, så der nogen der holder én i hånden, og hjælper én. Altså det så det netop bliver, øh så kontrolleret forløb, ik?*" (Bilag 3: 18)

Hun fortsætter med at beskrive følgende:

"(…) *og det tror jeg har en påv- altså, det tror jeg da helt klart har en betydning, går du ind, skal du springe faldskærm og tænker "fuck, det her er jeg bange for", jamen så det*

jo klart, at når du så står der, så bliver du fucking bange, ik? Altså… hvis man har det sådan, "selvfølgelig. Det her, det vil jeg gerne¨", så tror jeg på, at så har man allerede forberedt sig på, at- at når angsten så kommer, så har du lettere ved og sige "Ej… det' fint nok. Det kan jeg godt." (Bilag 3: 19)

I virkeligheden kan der i ovenstående ses to forskellige tematikker, der kan behandles videre: Noget om kontrol eller mangel på samme, og noget om ens mindset, ens beslutsomhed eller 'set' (se eventuelt Letheby, 2016 og Carter-Harris et al., 2014) inden eller under situationen. Det kan illustrere en slags forestilling, O2 har til hvad hun forventer af psykedelika og oplevelser med disse, og det kan ligeledes ses som et tegn på hvor meget disse kan influere selve oplevelsen i beslutningsfasen. Dette harmonerer udmærket med pointen om, hvorfor psykedeliske oplevelser netop er meget variable fra person til person, og her beskriver Letheby 'set and setting' som influerende på netop oplevelserne med psykedelika:

"Psychedelic experiences are notoriously variable, being strongly influenced by 'set and setting'—that is, an individual's state of mind prior to ingestion, as well as the interpersonal and aesthetic environment (Sessa 2012)." (Letheby, 2016: 24)

Det lader til at ens tilgang til at indtage psykedelika er influeret af det, der beskrives i ovenstående citat vedrørende set og setting. Når Letheby beskriver psykedeliske oplevelser som 'notoriously variable', kan det tyde på at dette også har været tilfældet for min informant O2. Ligeledes beskriver min informant O3 noget lignende inden hans oplevelser med et trip på psilocybinsvampe, hvor han også fremhæver en form for frygt ved at ville gennemføre et trip;

"Men var stadig skræmt, skræmt ved tanken-agtigt, synes det var nøjern, nøjern i- i to aspekter, nøjern af at skulle have fat i det, fordi det... ikke må have det, og jeg ser mig selv som sådan en rimelig lovlydig borger, og to: At... man har bare hørt så mange skrækhistorier med folk, ik, som... bare er blevet fucking galninge efter og have taget... ja. Whatever i virkeligheden, ik? Sådan, det behøver ikke engang være ps-psykedelika. Så der er sådan, også en eller anden ærefrygt i og skulle tage det." (Bilag 4: 2-3)

Her kan der ligeledes ses en frygt, en 'ærefrygt' som O3 siger, og det lader til at være forbundet med netop fortællingen og forestillingen, han har haft ved at skulle indtage psykedelika eller i virkeligheden også andre substanser, som han selv beskriver det. Hvorvidt denne frygt eller dette 'set' i begge informanters tilfælde har influeret selve oplevelsen af trippet vil blive behandlet i en senere del af resultatbehandlingen, men det er relevant at nævne her, idet der kan være en vigtig pointe i at være opmærksom på, hvordan denne 'setting' opleves af den enkelte. Ligeledes i hvor høj grad den er influeret af hvordan andre mennesker eller den

generelle omverden kan have bidraget til dette 'set'. Grænsen mellem hvornår der er tale om 'set' og hvornår der er tale om 'setting' kan imidlertid diskuteres, selvom 'setting' udelukkende betragtes som værende faktorer, der influerer selve trippet, hvilket ligeledes er beskrevet tidligere (se 1.6). Når jeg nævner at grænsen kan diskuteres, er det for at nuancere for læseren at informanternes 'set', eller forestillingen og forventningen til et trips oplevelser kan tænkes at influere selve trippets 'setting', idet dette betegner blandt andet de fysiske og sociale omstændigheder for et trip (se eventuelt Preller & Vollenweider, 2018). Det kan derfor tænkes, at hvis man forestiller sig at et trip bliver forfærdeligt, kan det muligvis forstærkes, hvis selve trippets 'setting' heller ikke bidrager til en rar eller behagelig oplevelse, selvom dette udelukkende er en antagelse jeg har gjort mig, baseret på de ovenstående citater.

Set i lyset af det fænomenologiske begreb reduktion (jf. 3.1.4), der som tidligere beskrevet er en form for refleksiv tilgang til det, man oplever i bevidstheden som en form for bevægelse gennem sine oplevelser, harmonerer denne ovenstående antagelse udmærket med reduktionen. Som Zahari (2018) beskriver det, er det én af fænomenologiens essentielle karakteristika, og det stemmer her overens med, hvordan 'settet' inden et trip påvirker informanternes oplevelse af bevidstheden inden de indtager psykedelika. En overvejelse, der muligvis kan ses som et tegn på det Carter-Harris et al. (2014) beskriver som *magical thinking*. Dette kan igen illustrere noget af den frygt eller usikkerhed begge informanter O2 og O3 beskriver ovenfor; som Carter-Harris et al. beskriver det, er denne tænkning mere sandsynlig i situationer hvor der indgår en form for usikkerhed og dermed kan der opstå en håbefuld mulighed[6] (Carter-Harris et al. 2014) i bevidstheden for at forestille og forholde sig til verden i forhold til, hvordan individet *vil have* den tager sig ud, eller opleves, i stedet for hvordan den egentlig forholder sig:

> "*Magical thinking is more likely in situations of high uncertainty because there is a greater opportunity for dreaming up explanations that lacks an evidence base (Friston, 2010). Wishful beliefs are a classic product of magical thinking because they interpret the world according to what an individual wants to be true* (…)" (Carter-Harris et al., 2014: 7)

Der kan ses en parallel her til noget min informant O1 beskriver i hendes interesse i psykedeliske substanser. Hun beskriver her, som jeg læser det, en interesse i hjernens potentiale i forhold til et såkaldt normalt potentiale; både hvad vi tænker vi kan og ligeledes hvad vi *tror* vi kan, og dette harmonerer i virkeligheden udmærket med ovenstående pointe om 'wishful beliefs';

[6] Oversat fra *wishful beliefs* (Carter-Harris et al. 2014: 7)

"Altså i forhold til, altså i forhold til hvad man ligesom kan skubbe, altså hvordan man kan skubbe hjernen ud over sådan det normale. Og det er også i forhold til meditation og psykedeliske stoffer og… folk der prøver sådan nogle kuldeeksperimenter og alt muligt ja, og jeg synes bare det er superinteressant ligesom og, hvad vi… altså hvad vi kan ud over det vi tror vi kan, er i stand til som mennesker" (Bilag 2: 2)

Her beskriver O1 en essentiel del af noget af det, der muligvis motiverer nogle menneskers til at søge efter psykedelika som en mulighed til at udforske vores bevidstheds potentiale. Hun nævner ligeledes meditation i forlængelse heraf, og selvom jeg ikke behandler dette i min undersøgelse, kan essensen i det hun udtaler ses som en undersøgende tilgang til det, hun benævner som 'det normale'; det kan tænkes at være bevidstheden, der italesættes her. Om dette gør sig gældende i oplevelserne af bevidstheden når denne er influeret af psykedelika er til gengæld ikke sikkert, men det illustrerer en interessant pointe i forhold til hvad der motiverer mennesket til at undersøge og udforske bevidsthedens potentiale. Det er dog stadigvæk ikke tydeligt, om det er forestillingen om et særligt indhold i disse oplevelser, der ligeledes influerer beslutningen om at udforske psykedeliske substanser, selvom det kan tænkes at nogle mennesker er motiveret af dette. Oplevelsen af selvets opløsning, mystiske oplevelser samt positive, vedvarende effekter på blandt andet humøret og ens adfærd kan ligeledes tænkes at påvirke nogle menneskers nysgerrighed, og dette beskriver Preller & Vollenweider (2018) ligeledes som en del af den senere forskning indenfor emnet:

"More recent work has also re-investigated the potential for psilocybin to induce a positively experienced self-dissolution as a central feature of so-called mystical experiences and its ability to produce long-lasting positive changes in attitude, mood, and behavior in healthy subjects (Griffiths et al. 2006)." (Preller & Vollenweider, 2018: 226)

Ud fra dette citat læser jeg, at den nævnte self-dissolution og efterfølgende mystiske oplevelser kan have en medført effekt på bevidstheden i form af blandt andet humør og adfærd. Dette harmonerer udmærket med det mine informanter beskriver om både motivation, nysgerrighed og forestilling til hvad de kan forvente at opleve med psykedelika. I særdeleshed kan de såkaldte 'mystical experiences' have indflydelse på informanternes 'set' i forhold til hvad de forventer at opleve under et trip, idet disse som tidligere nævnt kan være sammenkoblet med oplevede ændringer i det sanselige apparat (se Letheby, 2016). Dette kan ses i forlængelse af en tidligere nævnt pointe, hvor vigtigheden af det sanselige apparat både kan have relevans at betragte når der tales om forventningen til et trip, selve oplevelsen af trippet, samt eftervirkninger af trippet, og dette kan både være et symbol på den perceptuelle holisme og, i særdeleshed, den perceptuelle intentionalitet (se eventuelt Zahari, 2018), idet begge italesætter en kobling mellem det vi tidligere har erfaret, hvordan disse kan indvirke på vores forestillinger til mulige oplevelser, hvordan sanserne indvirker på

disse forestillinger samt hvad vi har lyst til at opleve. Fælles for dem er dog intentionaliteten, og denne kan ses i direkte forlængelse af det, mine informanter i det ovenstående har beskrevet, idet *"Enhver form for intentionalitet, det være sig en perception, en fantasi, et begær, en erindring, er rettet mod sin genstand på en specifik måde."* (Zahari, 2018: 30)

Selvom der dog ikke italesættes genstande direkte af mine informanter, kan det ses i overført betydning, idet deres forestillinger, deres 'set', nu kan ses som et udtryk for en intentionel tilgang til psykedelika, der både kan være influeret af deres 'set' og deres forestillede virkelighed. Intentionaliteten kan ligeledes have indflydelse på hvordan mine informanter oplever bevidstheden under et trip, idet bevidstheden også er forbundet med både krop og sanser. Dette er relevant i forhold til det mine informanter oplever, netop fordi hvis vi skal kunne forstå deres oplevelser, er vi muligvis nødt til at forstå det perspektiv, de har anlagt i deres bevidsthed. Dette perspektiv er altafgørende, idet det kan illustrere mine informanters forbundethed mellem oplevelsen af deres bevidsthed og deres oplevelse af verden omkring dem, samt beskriver en essentiel del af fænomenologiens optagelse af bevidsthed og verden (se eventuelt Zahari, 2018). Her kan intentionaliteten igen betragtes som en vigtig del af 'settet', da mine informanters nysgerrighed og forventninger til et psykedelisk trip muligvis ikke kan betragtes løsrevet fra den intentionelle oplevelse, det subjektive og det, de faktisk ender med at opleve, det objektive. Dette understreges igen af Zahari (2018), der beskriver dette som ét af fænomenologiens hovedærinde:

> *"Et fænomenologisk hovedærinde har således fra begyndelsen været at redegøre for relationen mellem det subjektive og det objektive."* (Zahari, 2018: 39)

Et muligt problem opstår til gengæld her i hvad der definerer det subjektive og det objektive. Når der tales om disse to begreber, er det for mig uklart, på hvilken måde de bør defineres for at kunne betegnes som gældende; hvis alt, jeg oplever kan ses som defineret blandt andet af min intentionelle oplevelse af verden omkring mig, og hvis min bevidsthed ligeledes er influeret heraf, hvordan kan der så betragtes noget objektivt? Selvom Zahari beskriver, at der er tale om en konstitution af bevidstheden, der tillader os at opleve en genstand, der kan fremtræde på den måde og den mening, den nu engang har; *"Det er den proces, som gør det muligt for det, som fremtræder, at manifestere og præsentere sig, som det gør."* (Zahari, 2018: 38-39) I forlængelse heraf bliver det uklare at forholde sig til, hvordan der kan tolkes på denne proces; hvordan defineres den mening, en genstand eller muligvis en oplevelse, som den nu engang fremtræder for vores bevidsthed?

Selvom dette ovenstående muligvis er en anelse filosofisk i forhold til besvarelsen af de problemer og de spørgsmål, jeg i denne undersøgelse har fokus på, er det bemærkelsesværdigt, idet disse filosofiske

overvejelser kan definere de svar, jeg finder i dette kapitel. Det bør understreges, at jeg konkluderer på dette første stadie nedenfor for at danne et overblik for læseren undervejs, og ikke først i slutningen af projektet (se eventuelt "Konklusion" nedenfor).

Før jeg går videre med resultatbehandlingens næste to stadier i de senere afsnit, følger her først en delkonklusion på første stadie. Jeg finder det nødsaget at samle de fund, jeg har gjort mig samt de nye spørgsmål der er dukket op her, idet det er min opfattelse at selvom bølgens første stadie (jf. Figur 3) kun havde til formål at behandle de oplevelser mine informanter havde gjort sig inden de overhovedet startede deres trip på psykedelika, har denne del medført en del nye aspekter til besvarelsen af min problemformulering og tilhørende forskningsspørgsmål (jf. 1.4 og 1.4.1). Det er disse aspekter der uddybes i det følgende.

5.1.1 Delkonklusion

I det ovenstående har jeg forsøgt at finde svar primært på mit tredje forskningsspørgsmål: Hvordan influerer informanternes forestillinger og forventninger til psykedelika deres oplevelser med disse substanser? Det har været min hensigt at belyse dette for i det senere at kunne besvare de resterende to spørgsmål som i konklusionen afrundes med en mulig besvarelse af min problemformulering. Jeg har i det ovenstående fundet frem til, at informanternes tilgang samt forestilling om hvad et trip på psykedelika kan medføre, har afgørende betydning for deres oplevelser qua deres intentionalitet samt det faktum, at deres nysgerrighed og motivation kan skyldes en intentionel forestilling, informanternes 'set' (se eventuelt Letheby, 2016), om blandt andet mystiske oplevelser og oplevelser, der kan medføre en opløsning af selvet og længerevarende effekter på humør og adfærd. Hvorvidt mine informanters egentlige oplevelser af bevidstheden under indflydelse af psykedelika rent faktisk harmonerer med det ovenstående, samt hvordan disse oplevelser influerer informanterne efter et trip er overstået, er udgangspunktet i de næste to dele af resultatbehandlingen.

5.2 Andet stadie: Bølgen rammer

I dette andet stadie af min resultatbehandling vil der som jeg har beskrevet ovenfor være fokus på at undersøge mine informanters oplevelser med psykedelika, primært under et trip. Der vil derfor være et overvejende fokus på at behandle mit første forskningsspørgsmål: Hvordan oplever informanterne såkaldte entropiske tilstande i deres bevidsthed både før, under og efter et trip på psykedelika? Ligeledes vil dette nuanceres i behandlingen af de nævnte tematikker der fremgår af kodningen (jf. 2.4) idet disse tematikker overlapper nogle af resultatbehandlingens tre stadier. Det vil ligeledes være her enkelte specifikke begreber som entropi, DMN og egoets 'dissolution' (se eventuelt 1.5 og Letheby, 2016) vil bringes yderligere i spil, idet disse harmonerer med en stor del af det, mine informanter har beskrevet. Det vil fremgå hvordan i det følgende stadie, hvor bølgen i overført betydning har ramt mine informanter eller som O3 beskriver det om hans tredje trip på svampe:

"Og så, tredje gang jeg tog det, der fik jeg fandme blæst skallen af." (Bilag 4: 5)

Dette læser jeg som et udtryk for at O3 har indtaget en meget høj dosis svampe, og det er én af de oplevelser der netop kendetegner et sådant trip; at man får blæst skallen af eller, sagt på en måde, at man bliver påvirket både sensorisk og kropsligt i meget høj grad.

5.2.1 Det sensoriske og tiden

Det første, der ofte beskrives som en klassisk del af et psykedelisk trip, og som ligeledes beskrives af mine informanter er som nævnt tidligere (jf. 3.1.4) både fornemmelsen for tid, samt oplevelsen af at vores sanser og vores fornemmelse af kroppen bliver påvirket. Denne indledende del af et trip beskrives af O3 på følgende måde, idet han blandt andet redegør for at vente på at virkningen af psykedelika indtræffer:

> *"Så går man jo rundt inden virkningen ligesom indtræffer, der var jo en eller anden... optagelsestid i systemet. Vel en halv til en hel time eller sådan noget. Så sådan, de første, første stykke tid går du bare rundt og er sådan... "sker der noget, sker der noget, sker der noget?" Man er total, sådan, opmærksom på alle sine sanser ik, fordi man er sådan... man leder bare efter tegn på at man er ved og blive påvirket."* (Bilag 4: 6)

Han fortsætter herefter med at beskrive følgende oplevelse, der kan ses som tydeligere påvirkning af hans sanser og hans kropslige tilstand;

> *"Øhm. Og så... ja, det er ligesom det første, det var det første, sådan, step, om man så må sige eller så lå jeg jo bare inde på min seng dér, og så... øh, der var noget Pink Floyd på anlægget, meget kliché (griner) øhm... og så lige pludselig, så begynder man og være sådan, okay... skyggerne står og danser og man er bare sådan "wauw. Wauw hvor har det- kogern lige nu, på en fed måde", hvor man er sådan... hele ens krop, den kilder og man er sådan "uuuh" og øh. Som sagt, altså det er bare sådan nogen simple skygger ik, og du falder bare i staver over de dér skygger, de står og danser og du bare er sådan, "Kæft hvor er det flot, og sådan noget (griner). Øhm. Samtidig med, du er stadig sådan helt bevidst, du har stadig ligesom, altså din egen opfattelse af dig selv* (…)" (Bilag 4: 6)

Disse beskrivelser af sanselige påvirkninger og kropslige indtryk som blandt lys, skygger og en kildende fornemmelse i kroppen, harmonerer også udmærket med de beskrivelser mine andre informanter beskriver. Ligeledes harmonerer de med karakteristika ved psykedeliske oplevelser, der tidligere er beskrevet af andre forskere, der har studeret disse fænomener af bevidstheden under indflydelse af psykedelika (se eventuelt Carter-Harris et al., 2018 og Letheby, 2016). Før jeg går videre, er det dog væsentligt at bemærke følgende: Selvom ovenstående oplevelser kan illustrere versioner af de samme oplevelser mine andre informanter har

oplevet, er det ikke nødvendigvis sikkert at der kan generaliseres på dette. Det bør tilføjes at fordi psykedelikas karakteristika er velkendt og veldokumenteret, kan de oplevelser man har på et trip ikke nødvendigvis kun opleves på psykedelika. Denne overvejelse er relevant, idet den bidrager til nuancer af den ovenstående beskrivelse; O3 beskriver hans egne oplevelser, og selvom dette kan harmonere med andres i tidligere forskning, og også mine andre informanters, kan det blive kompliceret at udlede noget endeligt om, hvordan bevidstheden opleves under indflydelse af psykedelika generelt. Letheby beskriver denne dualitet udmærket:

> ”*Thus, as well as inducing a characteristic constellation of remarkable changes to sense perception, affect, and the senses of space, time, body, and self, psychedelics are capable of inducing states of consciousness phenomenologically indistinguishable from non-drug-induced mystical experiences.*” (Letheby, 2016: 10)

Det er dog ikke hensigten at negligere betydningen af den enkelte informants oplevelser, men snarere for at illustrere kompleksiteten af disse beskrivelser. De er i særdeleshed relevante at forhold sig til, idet de kan ses som et udtryk for informantens livsverden (jf. 3.1.2), der netop inkluderer det sanselige, det kropslige og vores erfaringer. Dette er blandt andet det, der i den fænomenologiske forståelse af begrebet livsverden ikke stemmer overens med videnskaben; som Zahari (2018) beskriver ”(…) *har videnskaben gjort en dyd ud af sin evne til at overskride den kropslige, sanselige og praktiske erfaring, men den har derved overset, i hvilket omfang den selv er muliggjort af selv samme erfaring.*” (Zahari, 2018: 64)

Flere af mine informanter nævner oplevelser af påvirkninger i deres humør, som kan ses i forlængelse af det sanselige og det kropslige beskrevet ovenfor. Eksempelvis nævner O2, at hun på sit første svampetrip først er usikker på hvad der sker, og da det aftager beskriver hun følgende:

> ”(…) *men altså, da det var ved og aftage, altså fordi det var så dejligt, og så rart, og jeg bare kunne mærke, jeg var… glad* (…)” (Bilag 3: 16)

Hun fortsætter:

> ”(…) *der oplevede jeg, lige pludselig… at jeg bare tudede.*” (Bilag 3: 16)

Begge citater kan illustrere ændringer i humør og sanselige oplevelser i bevidstheden under et trip. Som vi skal se i tredje del, kan der også være et potentiale i disse oplevelser hvis de kan integreres efter et trip er overstået. Blot for at illustrere denne pointe yderligere som afslutning herpå, afrunder O2 med følgende bemærkning:

> ”(…) *og jeg tænkte det kunne have været fedt… der, og været en behandling, og sådan hey, jam-jamen hvorfor, altså, og egentlig gå ind i det, og-og få snakket om, eller sådan*

mærket efter, altså jeg konstaterede det bare, var sådan "okay… det er for stenet" og så tudede jeg i fem minutter, og sådan "Nå (lyd), videre"-agtigt, ik? Øhm… og det ga-det gad jeg jo egentlig godt… og have udnyttet, altså" (Bilag 3: 16-17)

Her beskriver hun et ønske om at kunne udnytte potentialet i oplevelsen om at græde i fem minutter. Hun konstaterede det i situationen og behandlede ikke dette yderligere, men som det senere vil fremgå kan der være et ydert relevant potentiale i psykedelika hvis oplevelserne bliver behandlet efterfølgende. Min informant O1 beskriver en lignende oplevelse under hendes trip på svampe:

"*Øhm og jeg stod bare og kiggede på solnedgangen og det var meget, meget smukt og jeg begyndte bare at græde fordi det var så flot, eller sådan græde af glæde hvilket jeg virkeligt sjældent oplever og så kom de her andre mennesker og så kan jeg huske, jeg sådan... at så blev jeg lige pludselig bevidst om at der var andre mennesker til stede øh, og så begyndte jeg at tænke du ved, ej om de, om de synes jeg er mærkelig, står og græder, du ved nede ved vandet og smiler samtidig øhm, og der havde jeg nemlig den dér følelse af at jeg kiggede på mig selv udefra, altså sådan den sober version øh var ligesom tror jeg den, hvor alle de der bekymringer kom op men så var jeg lidt mere i stand til bare at sige at men, altså "pyt med det" altså, du ved, så har de det bare sjovt over, lidt sjovt over det ikke?*" (Bilag 2: 13)

Dette citat er bemærkelsesværdigt på flere måder, der har relevans for min besvarelse. Først nævner O1 at hun bliver sanseligt påvirket og græder. Næstefter oplever hun noget, jeg ser som et tegn på intersubjektivitet (jf. 3.1.7) mellem hende og andre; hun bliver pludselig bevidst om hvad de andre mennesker tænker om at hun græder på stranden. Hun fortsætter med beskrivelsen af sin oplevelse af selvet og hvordan hun oplever sig selv udefra, og afslutter med en refleksion om at den version af sig selv er den med bekymringer, men at hun nu, under indflydelse af svampe, er i stand til at se anderledes på situationen. Dette kan ses som en ændring i bevidstheden, hun både oplever under trippet men også har efterreflekteret over; en mulig ændring i hendes selvbevidsthed og muligvis endda i hendes DMN. Det kan herefter diskuteres, hvorvidt hun har været bevidst om disse antagelser før hun talte med mig. Det tydeliggør heller ikke, hvorfor hun lige netop var i stand til at tilsidesætte sin oplevelse af den sobre version af hende selv; skyldes dette indflydelsen af psykedelika? Eller kan det skyldes hendes set og hendes setting for trippet, og er altså en del af det, hun forestiller sig at opleve, som harmonerer med det hun rent faktisk oplever? Det er uklart baseret på det ovenstående men det er vigtigt at bemærke i forhold til besvarelsen af min undersøgelse i det senere.

Hvor jeg i det ovenstående afsnit har behandlet mine informanters beskrivelser med et fokus på deres sanselige natur og kropslige erfaringer som udgangspunkt for at forstå deres oplevede livsverden, vil jeg i det følgende ændre mit fokus på informanternes beskrivelser af, hvordan de oplever deres fornemmelse af selvet eller deres ego. Ligeledes vil der være fokus på forbundethed, da dette italesættes af flere af mine informanter. Dette gøres idet det som nævnt tidligere (jf. 3.1.5) udgør en vigtig del af de oplevelser, der under indflydelse af psykedelika, lader til at have et potentiale for oplevelsen af eksempelvis forbundethed til omverdenen og til andre mennesker. Dette afgøres muligvis af oplevelsen af selvets opløsning, hvilket vil være udgangspunktet for de følgende afsnit.

5.2.2 Om selvet og opløsningen

Den første gang jeg begyndte at lægge mærke til beskrivelser om selvets opløsning, egoets død og disses forbindelser til hvordan vores identitet opleves, var primært via min litteratur. Som eksempel herpå nævner både Carter-Harris et al. (2018) samt Letheby (2016) dette som en kernedel af den psykedeliske oplevelse; ”*Subjects often feel that their sense of individual identity, or the boundaries between self and world, have been altered, loosened, or diminished.*” (Letheby, 2016: 8)

Denne oplevelse af selvet som en del af en selv uafhængigt fra verden omkring, kan altså være noget af det, der ændres når man undergår et psykedelisk trip. Min informant O3 beskriver denne oplevelse udmærket på følgende måde:

> ”*Du er bare sådan... du kan ligesom bare iagttage alting uden og... selvfølgelig er dine øjne stadig der, hvor du er, eller din krop er om man så må sige, men det er sådan... døren og sofaen er lige så meget virkeligheden om dig, lige nu. Som... stemmen i dit hoved eller sådan, som jo ligesom plejer den dominerende, ik?*” (Bilag 4: 9-10)

Her kan hans beskrivelse ses primært som en oplevelse af at kunne iagttage alting uden en fornemmelse af at være løsrevet fra omverdenen. Med andre ord er genstandene omkring ham lige så meget en del af virkeligheden som han selv er, og han beskriver ligeledes stemmen i hovedet, som for ham normalt er den dominerende. Han fortsætter:

> ”*Øh. Så det var sådan ægte nok, det dér ’ego-død’ dér, ik? Den har jeg helt klart haft på det tidspunkt, hvor man bare går rundt, sådan... og føler ikke man er nogen, eller er noget, man er bare alting*” (Bilag 4: 10)

Med denne beskrivelse tydeliggøres en mulig sammenhæng mellem den såkaldte ego-død og en fornemmelse af at være forbundet med alting, uden fornemmelsen for en selv som noget og alt omkring sig som noget andet. Dette kan ses som et udtryk for bevidsthedens intentionalitet (Zahari, 2018), idet den netop

illustrerer et gensidigt afhængigt samt påvirkeligt forhold mellem bevidstheden og verden omkring os (jf. 3.1.5). O3 så ydermere sig selv dø på flere måder efterfølgende i hans trip:

> ”(…) *man lå og hallucinerede lidt og... så også mig selv dø igen på flere måder, og sådan noget, for eksempel, så fik jeg også en eller anden... mærkelig hallucination af, der var sådan nogen skikkelser, hvor at det var mig der var den ene af dem, men- og så blev jeg kastet udover sådan en skrænt, og sådan noget, det ved jeg ikke, altså... har stadig aldrig helt fundet ud af det betyder, men øh.*” (Bilag 4: 10)

Dette illustrerer yderligere O3’s oplevelse af at dø og efterfølgende ikke være i stand til at finde ud af hvad det betyder. Denne pointe om at kunne danne mening i sine oplevelser efter et trip er overstået vil være udgangspunktet i resultatbehandlingens tredje stadie, og det kunne tyde på at forbindelsen mellem selve trippets oplevelser og integrationen i bevidstheden efterfølgende er relativt forbundne størrelser. Igen kan det ses som et udtryk for intentionaliteten i bevidstheden og verden (Zahari, 2018 og Gallagher & Zahari, 2010). O3 afslutter sin beskrivelse af egoets død eller opfattelsen af sit selv på følgende måde: ”*Du har været helt destrueret i din sædvanlige selvopfattelse.*” (Bilag 4: 11). Spørgsmålet er så hvorvidt denne oplevelse påvirker hans oplevelse af selvet efter et trip er udført? O1 nævner noget lignende i hendes beskrivelse af et trip på psilocybin; i forlængelse af at hun beskriver en overbevisning om at lade sig styre af trippets retning, beskriver hun at ”(…) *på en eller anden måde du ved, så kan jeg, så kan jeg vende tilbage til der hvor jeg er, som bare er på svampene så det er som om at jeg er, jeg kan være sådan to steder i hovedet sådan udefra og så på selve trippet.*” (Bilag 2: 13). Dette kan igen ses som en ændring i hendes bevidsthed; under indflydelse af svampene bliver hun i stand til at forholde sig til sig selv både som en del af sig selv og også udefra, som en del af den verden hun befinder sig i. Mit tredje forskningsspørgsmål (jf. 1.4) omhandler netop disse oplevede ændringer, og jeg kan allerede nu konstatere at det er vanskeligt at skille selve behandlingens andet og tredje stadie ad; et tegn på at de for mit vedkommende også er relativt forbundne, men dette harmonerer også udmærket med besvarelsen af min overordnede problemformulering.

En anden interessant pointe der ligeledes kan illustrere relevansen for forbindelsen mellem egoets eller selvets død og oplevelsen af en selv i forhold til verden, er Kirks (2018) pointe om at potentialet i oplevelsen af selvet opløsning netop kan ses som et af de mest produktive potentialer i psykedeliske oplevelser (Kirk, 2018: 85). Det er direkte målbart i hjernen at når man oplever en sanselig ’overload’, forhøjet forestillingsevne og i forlængelse af dette, egoets opløsning (Kirk, 2018: 85), kan dette blandt andet medføre at ens dannede DMN (jf. 1.2.7) kan rekonstrueres, og tidligere mønstre i ens bevidsthed kan ændres efter et trip er overstået. Problemet kan imidlertid være at integrere dette potentiale i bevidstheden for den enkelte, for

selvom potentialet for ændringer i bevidstheden i kraft af selvets opløsning åbenbart både kan måles og opleves, er det ikke tydeligt hvad dette i så fald kræver af den enkelte efter et trip er overstået.

I det ovenstående har mit fokus været på min informant O3's oplevelse af selvet og dettes midlertidige opløsning. Han er den eneste af mine informanter der har kunne beskrive dette, muligvis fordi hans dosis af psilocybin har været langt større end O1 og O2's. Dette kan indikere en allerede veldokumenteret pointe om at for at opleve dette, skal ens dosis af psykedelika være høj nok for at man oplever selvets opløsning (se eventuelt Letheby, 2016: 25) og muliggør ændringer i vores DMN, hvilket den i sagens natur ikke bliver hvis man eksempelvis mikrodoserer. I det følgende vil jeg nu skifte mit fokus for at undersøge potentialet i oplevelserne der illustrerer en slags naturlig forbundethed til alt omkring sig. Dette beskrev jeg ligeledes i andet stadie af resultatbehandlingen (jf. 5.2.1) som de mystiske oplevelser, og dette lægger i direkte forlængelse af det ovenstående om selvets opløsning og uddyber dette ved at undersøge mulige konsekvenser af denne oplevelse.

5.2.3 Om forbundethed og den mystiske oplevelse

"Jeg er selv identisk med naturen" (…)" (Wulf, 2019: 184)

Selvom mine informanter ikke direkte beskriver det således, illustrerer ovenstående citat udmærket essensen af hvad der bedst kan beskrives som at være forbundet med et større hele end en selv, at være opløst fra sig selv og at virkeligheden er lige så meget alt omkring en som den er en selv. Netop denne forbindelse danner mit udgangspunkt for denne del af resultatbehandlingen, og den ligger i forlængelse af den forrige del om selvets opløsning, idet jeg med denne del har til hensigt at undersøge præcis hvordan denne forbundethed opleves. Dette lader allerede til at være én af mulige følger af oplevelsen af selvets opløsning, som beskrevet ovenfor (jf. 5.2.2).

Denne forbundethed med naturen eller med verden omkring sig kan både ses som et udtryk for den perceptuelle holisme (Zahari, 2018) og ligeledes som de mystiske oplevelser (Letheby, 2016). Min informant O1 nævner følgende om hendes oplevelse af en holistisk bevidsthed:

> "(…) *at man har den dér holistiske... altså tankegang når man øh, altså men uden måske helt at være sådan bevidst om, men det dér med at alting hænger sammen så selvfølgelig er den her blomst ligeså, altså kostbar som os selv fordi at man... ja, men jeg ved ikke om det bare er fordi jeg læser biologi og jeg synes det er fedt og med planter og sådan noget ik, det og dyr men... altså netop den dér med at det hele på en eller anden måde hænger sammen, det hele er sådan ét.*" (Bilag 2: 22)

Dette kan både ses som et udtryk for noget hun oplever under et trip, og lige så vel som noget hun har reflekteret over, efter et trip er fuldendt. Men om det udelukkende skyldes hendes oplevelser af bevidstheden under indflydelse af svampe, er uklart. Hun beskriver både noget der kan indikere en indflydelse af hendes set og hendes setting; en holistisk tankegang behøves ikke skyldes svampe men kan lige så vel skyldes en bevidst forestilling om hvordan verden tager sig ud. Hun nævner netop en tvivl herom, når hun beskriver at hun ikke ved om det er fordi hun læser biologi eller ej. Uanset hvad er det interessant at bemærke denne holistiske oplevelse, for det harmonerer kun til dels med noget af det, mine andre informanter beskriver. Eksempelvis nævner O3 følgende:

> *"Øhm. Je- jeg føler ikke at svampene har ændret noget nævneværdigt i min måde og kigge på... kigge på andre mennesker. Eller kigge på naturen eller samfundet, eller sådan."* (Bilag 4: 16)

Her kan ses et udtryk for at psykedelika måske ikke nødvendigvis er det, der ændrer ens bevidste oplevelse af sig selv og verden omkring sig. Dette bliver både et udtryk for ens intentionelle oplevelse (jf. 3.1.5) med psykedelika og ens intersubjektive livsverden (jf. 3.1.2 og 3.1.7). Dette harmonerer ligeledes med noget O2 beskriver om hvilken indstilling vi har til det, vi forventer at opleve, uagtet om det er under indflydelse af psykedelika eller ej;

> *"(utydeligt) helt sikkert det betyder noget. Det tror jeg også det gør, når vi ikke tager substanser, det tror jeg det gør med alt hvad vi gør, foretager os i livet… hvilken indstilling vi har til det, ik?"* (Bilag 3: 22)

Her begynder der igen at danne sig et billede af relevansen for ens intentionelle indstilling til bevidstheden. Ligeledes som et udtryk for at denne kan betyde noget for O2, selvom det ikke er tydeligt hvordan mening eller betydning rent faktisk opleves. Derfor vil jeg i det følgende tage afsæt i disse overvejelser i resultatbehandlingens tredje og sidste del, hvor bølgen af psykedelika aftager og bevidstheden atter er upåvirket af disse substanser. Først afrunder jeg dog denne anden del med at konkludere de fund jeg indtil nu har gjort mig.

5.2.4 Delkonklusion

I ovenstående del af resultatbehandlingen fandt jeg at opløsningen af selvet kan medføre en oplevelse af en forbundethed til verden eller til naturen omkring os. Dette kunne ses i forlængelse af den perceptuelle holisme som tidligere beskrevet (jf. 3.1.3). Ligeledes fandt jeg en sammenhæng mellem denne oplevelse og udvalgte informanters intentionelle og intersubjektive oplevelse af deres psykedeliske trips, samt hvorledes

dette kan ses i forhold til set og settingen for mine informanter. I det følgende vil jeg behandle mine informanters beskrivelser af deres oplevelser, refleksioner og erfaringer de har haft, efter deres trips er overstået.

5.3 Tredje stadie: Bølgen aftager

I dette tredje afsnit af resultatbehandlingen er den såkaldte bølge af psykedelika overstået for mine informanter og fokus bliver derved på de oplevelser de har haft, efter deres trips er overståede. Dette er både med henblik på at afklare, hvilke effekter de har oplevet eller hvordan de har oplevet deres bevidsthed og selvbevidsthed efterfølgende. Informanten O2 beskriver eksempelvis dette om sin oplevelse efter mikrodoseringer over et længere forløb:

> *"Der har det her bare været en kæmpe gave, øh på vejen. Øh, og-og-og få noget forærende… øhm, som bare har været supermeningsfuldt for mig. Altså, øhm… så det er-det, og det er også derfor jeg har det sådan, det er bestemt ikke… nødvendigvis noget for alle. Øhm, og rigtig meget handler om at man også vil det, ik? Altså at man siger "ja-men, det-det-det tror jeg er meningsfuldt for mig" eller "det har jeg sgu mod på og prøve"."* (Bilag 3: 29)

Her illustrerer O2 både at hendes oplevelse har været meningsfuldt, en gave, men også at hendes indstilling har haft indflydelse på hendes oplevelse; som hun selv beskriver handler det om at ville få noget ud af et trip og prøve det med et åbent sind, som jeg læser det. Dette harmonerer med det tidligere beskrevne 'set' og også som et udtryk for hendes selvbevidsthed (jf. 1.2.2); hun er bevidst om at hun vil det, og dette danner muligvis et udgangspunkt, der kan ses som intentionaliteten i hendes bevidsthed, der efterfølgende kommer til at give mening for hende når hun indtager psykedelika.

Det illustrerer dog ikke nødvendigvis hvordan det har været meningsfuldt for hende, blot at det har været meningsfuldt. Her beskriver O1 det eksempelvis tydeligere; helt konkret hvordan hun oplever forandringer efter et trip er overstået:

> "(…) *jeg får altid de her åbenbaringer og det kan godt være at jeg måske har glemt det sådan lidt dagen efter og nogen gange så husker jeg det også bare mega tydeligt alligevel ik'? Øhm. Men at det, at det åbner sådan min måde og tænke på sådan så jeg er i stand til at tænke på en helt anden måde."* (Bilag 2: 6)

Hun fortsætter:

> *"Det giver virkelig et helt andet sådan blik på verden og på tingene. Øhm. Og man kan tænke lidt ud over den dér boks man er i, i hverdagen."* (Bilag 2: 6)

Her danner der sig i virkeligheden et billede af en del forskellige ting, der lader til at være i spil for O1. I det første citat beskriver hun en oplevelse af at være åbenbaret og at hun tydeligt kan huske dette i tiden efter trippet. Dette kan både indikere en ændring i hendes livsverden (jf. 3.1.2) og muligvis hendes intentionelle tilgang til verden omkring hende. Dette er dog ikke helt tydeligt direkte i citatet eftersom hun ikke beskriver hvordan disse åbenbaringer opleves; hun beskriver blot at hun har oplevet dem. Hun fortsætter med at trippet både åbner og ændrer hendes måde at tænke på; hun er ”(…) *i stand til at tænke på en helt anden måde.*” (Bilag 1: 6) dette kunne tyde på, at noget er ændret i hendes DMN (jf. 1.2.7) og at psykedelika har været det der har medført denne ændring. Som pointeret af Carter-Harris et al. (2014) er dette netop et af potentialerne ved psykedelika; de muliggør en ændring i den måde vi tænker, oplever og handler i verden på i forhold til hvad vi gjorde før vi indtog psykedelika. En ændring af vores selvopfattelse, idet vores DMN, ifølge Carter-Harris et al. (2014), er vores fysisk målbare selv, og at meget af oplevelsen af dette foregår ubevidst eller implicit i vores hjerne (Carter-Harris et al., 2014: 6).

I det andet citat (se ovenfor) beskriver O1 den boks hun er i, i hverdagen. Denne boks læser jeg også som et udtryk for hendes DMN; det kan ses som et udtryk for hendes sædvanlige mønstre og vaner, tanker og handlinger, som hun er vant til at gøre. Hun bliver så i stand til at tænke ud over denne boks, fordi psykedelika har givet hende et andet blik for verden. I dette kan det forstås, at hendes intentionalitet (jf. 3.1.5) til hendes bevidsthed og verden er ændret, og dette harmonerer med noget af det O2 beskriver:

> ”(…) *jeg tror, jeg tror det giver én en, en åbning for noget som man ellers tit, altså, sætter en barriere op for, altså… fordi man bliver så tænkende om alt* (…)” (Bilag 3: 17)

Hun beskriver her, at det (psykedelika) giver hende en åbning, som her læses som en mulighed for at forandre sig bevidst eller ændre sin måde at forholde sig intentionelt til hendes selvbevidsthed og verden på. Hun beskriver ligeledes en barriere som hun tit sætter op fordi hun bliver tænkende. Dette ser jeg som et udtryk for hendes DMN, hendes selv og derved noget hun tænker over uden måske aktivt at være bevidst om det. Som hun ligeledes beskriver det kræver dette meget energi for hende at ændre:

> ”*Og-og at, når du har dybe, dybe spor, jamen så sk- du skal til og tage en detour for at lære hjernen og gå andre veje, og det kræver bare sindssygt meget energi, men man kan godt træne det.*” (Bilag 3: 7)

Her beskriver hun, som jeg læser det, hendes DMN som dybe spor i hjernen og at man kan tage en omvej og gå andre veje. Hun fortsætter:

"Men man kan sige, ja- jeg har sådan lidt en oplevelse af, du ved, der ligger sådan nogen dybe, dybe… øh, øhm motorsvejsspor, hvor så snart man er ude, så (lydeffekt) man drøner derudaf ik?" (Bilag 3: 7)

Her oplever hun igen hendes DMN som motorvejsspor i bevidstheden, som jeg læser det. Hendes oplevelse harmonerer både med det, Carter-Harris et al. (2014) samt Letheby (2016) beskriver; at når DMN forstyrres, som her ved indtagelse af psykedelika, bliver dette netværk ændret så der kan dannes nye forbindelser. Det er denne forandring, der får vores DMN til at optræde mere i uorden og forstyrret (Letheby, 2016: 8) og herved opstår potentialet for at netværket ændres og at man som begge mine informanter ovenfor beskriver, oplever en bevidst ændring i måden man oplever bevidstheden og verden på. Dette har relevans for blandt andet besvarelsen af mit første forskningsspørgsmål (jf. 1.4.1), hvor begrebet entropi benyttes, og dette kan beskrive netop den uorden i DMN, der er beskrevet ovenfor. O1 nævner noget lignende om hendes oplevelse af noget der kan ses som hendes ubevidste DMN:

"Hmm, altså jeg synes – jeg tror ikke at det er noget at jeg, altså at min boks til hverdag at det ikke er noget jeg sådan er så bevidst om fordi det er som om man bare, altså kører på automatik om 'jeg gør det bare' fordi det skal gøres øhm. Så jeg tror egentlig at… mere at jeg er blevet bevidst om det fordi at jeg har spist svampe, øhm." (Bilag 2: 7)

Det er denne automatik der kan ses som et udtryk for hendes DMN, og at hendes bevidsthed om dette er øget efter hun har spist svampe. Hun fortsætter:

"Og jeg synes at efter altså, når man ligesom er kommet tilbage til… baseline igen eller sig selv, så… ja fordi, jeg synes det fede ved svampe det er at du altså, at man husker så meget og man kan ligesom, man kan huske de følelser man har haft inden i kroppen og den ekstrem glæde øh, som der er ved at spise svampe som, som jeg føler at den, den sidder lidt fast på en rigtig positiv måde som jeg så kan, altså bringe videre ind i min dagligdag" (Bilag 2: 7)

Her beskriver hun om sin evne til at huske de oplevelser hun havde på trippet, og hvordan disse kan bringes in i hendes hverdag efter et trip; et muligt tegn på intentionalitet, idet hun bevidst forholder til sig at bruge sine oplevelser til sin bevidsthed og sin livsverden på, efter et trip er overstået. Hun afrunder med følgende bemærkning:

"(…) *jeg glemmer meget hurtigt øh at jeg er, altså sådan at jeg i den dér boks øhm og det måske er værd nogen gange lige og… det ved jeg ikke. Bare kig på en, altså kig på et eller andet helt random i detaljer og bare og, du ved og have den dér nysgerrighed og*

undren ligesom når man er barn. Øhm så jeg tror helt bestemt at den bevidsthed jeg har nu om det at det er noget der er kommet fordi jeg har spist svampe" (Bilag 2: 8)

Her beskriver hun netop den ændring i bevidstheden, der tillader hende at både være nysgerrig og forundret og sammenligner det med at være barn; en pointe, der ligeledes harmonerer med det faktum at vores DMN ikke er dannet i barndommen og at O1 muligvis har haft et intentionelt ønske der kan have bidraget til hendes set inden trippet om, at hun ønsker at kunne være mere nysgerrig end hun oplever, hun er som voksen. Med andre ord kan det ses som en klar ændring i både hendes bevidsthed, selvbevidsthed, livsverden og som en psykedelisk reduktion (jf. 3.1.4), idet hun tillader sig selv at reflektere over disse ændringer frem for at lade dem passere.

Men dette stemmer ikke på samme måde overens med O3's oplevelse efter hans trip på svampe er overstået, og dette selvom han faktisk er den eneste af de tre informanter der har taget så høj en dosis som burde muliggøre en markant ændring i DMN og, i forlængelse heraf, hans bevidsthed, selvbevidsthed eller livsverden. Som han beskriver, efter jeg har spurgt ham om hvordan han oplever forandringer efter trippet (Bilag 3: 16), er der ikke sket noget mærkbart;

"(…) *efter trippet. Okay. Jamen altså... sådan, meget, næsten uændret, altså.*" (Bilag 4: 16)

Han fortsætter lidt efter med følgende:

"*Øhm. Je- jeg føler ikke at svampene har ændret noget nævneværdigt i min måde og kigge på... kigge på andre mennesker. Eller kigge på naturen eller samfundet, eller sådan.*" (Bilag 4: 16)

Det kan skyldes flere ting at han ikke oplever de samme ændringer som O1 og O2; eksempelvis kan hans set og setting have været anderledes, og derved kan hans intentionelle udgangspunkt til trippet havde været anderledes. Ydermere kan det tænkes at han har oplevet noget lignende i hans bevidsthed før, og det er da også noget af det han selv beskriver:

"(…) *jeg har haft sådan nogen... gennem meditation, i hvert fald, har haft sådan nogen meget, sådan... hvad skal man sige... oplevelser af at være virkelig intenst til stede i nuet, for eksempel, eller sådan*" (Bilag 4: 16)

Han fortsætter:

"Og som, som jeg ligesom havde oplevet på forhånd og har også haft dem siden hen, efter det dér trip dér, men jeg tror ikke, det har været sådan, en stor del af det har ikke været de dér svampe dér." (Bilag 4: 16)

Her beskriver han en oplevelse af at han har prøvet at være intenst til stede i nuet qua meditation, og fordi han har oplevet noget lignende hvad han muligvis forventede sig efter trippets afslutning, kan det tænkes at han ikke har haft samme fokus eller åbenbaring som O1 eller O2, fordi han allerede kunne genkende noget i oplevelsen. Som nævnt tidligere (se eventuelt 1.3) kan dette ses som et eksempel på at psykedeliske trips kan variere meget i oplevelsen, alt efter hvem man er, set, setting, etctetera. Dette illustrerer ligeledes en fænomenologisk betragtning om at bevidstheden netop opleves i kraft af erfaringen, og her bliver O3's erfaring muligvis det afgørende punkt i forhold til hvordan han bevidst oplever ændringer i hans bevidsthed.

Til gengæld beskriver han noget interessant som harmonerer med noget O2 beskriver. Som tidligere behandlet (jf. 5.1) giver det for hende mening at set og setting har en afgørende betydning for det, man oplever eller tillader sig selv at opleve, selvom dette muligvis ikke var det man havde som intention inden trippet. O3 beskriver noget lignende men som en efterrefleksion over sit trip på svampe:

"(…) *nu siger jeg det ikke har rykket noget. Mås-måske har det rykket noget, det har bare ikke rykket det jeg troede, det ville rykke... øhm.*" (Bilag 4: 17)

Han fortsætter med følgende refleksion:

"Ja. (utydeligt) hvad skal man sige... ja, det ved jeg ikke, sådan, de-det... hvis jeg troede for eksempel, at- at jeg ville opnå et eller andet med det, så har jeg ikke opnået det, for eksempel, eller sådan, men til gengæld kan jeg jo sidde her nu og sige i retrospekt, sådan "Okay, men jeg har fundet ud af, at det måske ikke var den vej, der var interessant for mig" eller et eller andet, og så har jeg jo fået dét ud af det, ik?" (Bilag 4: 17)

Her beskriver han både noget om sit set; hvad han troede han ville opnå, og ligeledes en ny erfaring; en erkendelse om, at han måske ikke fik det han forventede eller ønskede, hvilket kan ses som hans set til sit trip. Til gengæld beskriver han dog en erfaring om, at han så har fået dét ud af det; en oplevelse eller en erkendelse af, at selvom det ikke var det han regnede med, er han blevet den erfaring rigere. Det er så spørgsmålet, om dette udelukkende skyldes hans evne til at bearbejde sine oplevelser med psykedelika eller om selve trippet har ændret noget i hans bevidsthed, han efterfølgende blot ikke er bevidst om.

Der tegner sig et billede af, at oplevelserne mine informanter har beskrevet om deres bevidsthed efter deres trip er overståede, kan afhænge af flere forskellige faktorer. På en side influeres disse forandringer i bevidstheden af informanternes set og på den anden ikke; hvordan sikrer man en integration eller efterrefleksion i sin bevidsthed efter et trip er udført hvis man som O3 allerede har oplevet noget lignende før? Som han selv beskriver det i afslutningen af mit interview med ham:

> *"Du tror- du regner med at finde ud af et eller andet og så finder du ud af, at du ikke har fundet ud af det du ville finde ud, og så... går der noget tid og så fandt du ud af, at du alligevel fandt ud af noget (griner)"* (Bilag 4: 18)

Dette kan i virkeligheden opfattes som hans korte beskrivelse af hele hans trip; hans set, hvor han intentionelt regner med at finde ud af noget specifikt eller opnå noget særligt med oplevelserne, efterfulgt af at han tripper og oplever at han ikke opnåede det hans ønskede. Afslutningsvis går det op for ham at han alligevel har fået et eller andet ud af det, hvilket kan ses som et tydeligt tegn på den psykedeliske reduktion, som jeg har redegjort for tidligere (jf. 3.1.4); denne refleksive bevægelse er tydelig at se i O3's beskrivelse af sine oplevelser med sit trip. Om dette kan ses som en bevidst ændring i hans intentionalitet til sin bevidsthed eller om der er sket en grundlæggende forandring i hans DMN, er uklart. Det harmonerer dog fint med O1 og O2, der som beskrevet tidligere oplever noget lignende og ovenikøbet oplever det som en gave de har fået efter deres trip. Jeg vil i det følgende konkludere på dette tredje stadie, og efterfølgende afrunde min undersøgelse med konklusionen på hele den psykedeliske bølges tre stadier (jf. Figur 3 ovenfor).

5.3.1 Delkonklusion

I den ovenstående, tredje del af min resultatbehandling er der flere ting, der indikerer et forandrende potentiale i mine informanters bevidsthed, hvilket jeg redegør for i det følgende.

For det første nævner flere af mine informanter at deres oplevelse har været en gave og at det har givet dem en ny måde at se verden på. Dette ses som et muligt tegn på ændringer i DMN grundet psykedelikas indflydelse, der medfører entropi i netværket, og efterfølgende opleves som ændret for mine informanter. For et andet lader det til at settet spiller en afgørende rolle for mine informanters oplevelser efter deres trip er overstået; deres vilje eller evne til at tro på ændringer er mulige. Hvad dette kræver er dog stadig uvist, men jeg fandt, at uanset oplevelsernes natur, er alle mine informanter påvirkede eller forandrede i de efterfølgende; dog på forskellige måder, og som tilsyneladende følge af mine fund i henholdsvis første og andet stadie af resultatbehandlingen (jf. 5.1 og 5.2).

Jeg vil derfor konkludere min undersøgelse i det følgende.

Kapitel 6 – Konklusion

I min undersøgelse har jeg søgt svar på min problemformulering: **Hvordan influerer oplevelser under indflydelse af psykedeliske substanser udvalgte individers måde at forholde sig til deres bevidsthed og oplevelser i hverdagen?** Jeg vil i det følgende forsøge at besvare denne.

Jeg var indledningsvis interesseret i at undersøge det forandrende potentiale for bevidstheden med udgangspunkt i psykedelika, med udgangspunkt i en fænomenologisk undersøgelse af mine informanters oplevelser med disse substanser, både før, under og efter et trip. Jeg oplever at kunne besvare min undersøgelses spørgsmål men der er ligeledes dele, jeg ikke finder at jeg har besvaret. Lad mig uddybe dette med de tre stadier af den bølge jeg tog afsæt i, gennem en stor del af denne undersøgelse.

For det første er det tydeligt, vores intentionelle indstilling til et trip på psykedelika, virker altafgørende for vores efterfølgende oplevelser. I forlængelse af dette er settingen for selve trippet af betydning, eftersom det kan påvirke vores måde at forholde os sanseligt samt kropsligt til selve oplevelsen af psykedelika i bevidstheden, vores livsverden under trippet lader ligeledes til at være influeret af settingen for et trip. Når trippet så er i gang, fandt jeg at opløsningen af selvet samt en oplevelse af være forbundet til et større hele, blev tydeliggjort. Dette blandt andet i forlængelse af den perceptuelle holisme, og ligeledes fandt jeg en sammenhæng mellem denne oplevelse og den intentionelle og intersubjektive oplevelse af være på psykedelika. Dette var igen forbundet med mine informanters set og setting, før og efter et trip.

Som afslutningen på oplevelsen, det tredje stadie når bølgen aftager, stod det klart at informanternes intentionalitet, deres vilje til at integrere de oplevelser eller de ændringer de oplevede under indflydelse af psykedelika, var essentielt. Det var dog ikke entydigt hvorvidt informanterne aktivt tænkte over dette eller om de blot oplevede at der var sket en positiv ændring i deres bevidsthed og deres måde at forholde sig til mennesker og verden på. Men der var sket en tydelig ændring, selvom det ikke nødvendigvis var det de forventede der ville ske.

Dette afslutter min undersøgelse. Jeg finder mig stadigvæk nysgerrig over, hvilket forandringspotentiale, psykedelika kan medføre, men det er tydeligt at det i høj grad er et spørgsmål om hvordan vi er i stand til at integrere vores oplevelser med disse substanser i vores hverdag, hvis vi skal kunne udnytte det stadigt uvisse potentiale for bevidstheden, som disse substanser indeholder. Som McKenna (1992) beskriver:

> *"We can no longer postpone an honest reappraisal of the true costs and benefits of habitual use of plants and drugs versus the true costs and benefits of suppression of their use."* (McKenna, 1992: xix)

Jeg er tilbøjelig til at være enig i dette; vi må ændre i vores intentionelle bevidsthed mellem os og verden, mellem os og hinanden, og mellem vores forestilling om hvad psykedeliske substanser kan forandre hos den enkelte. Der er med største sandsynlighed ikke det samme potentiale for alle i disse forunderlige substanser. Det er dog for mig blevet tydeligere, at der er et stadig uudforsket potentiale i hvordan vi kan forholde os bevidst og selvbevidst til verden omkring os, og dette potentiale kan muligvis sættes i gang ved at forhold os anderledes til, hvordan psykedelika kan bidrage som et middel til forandringspotentialet i vores bevidsthed. Derfor foreslås det, at disse overvejelser tages i betragtning i videre forskning indenfor emnet, for det er tydeligt at disse overvejelser har en afgørende betydning for det enkelte menneske der ønsker at udforske den forunderlighed, der kendetegner de psykedeliske oplevelser.

Litteraturliste

- Allen, John (2003): "A Question of Language" in Using Social Theory, Pryke, Rose & Whatmore, Sage, 2003
- Alvesson, Mats (2003): *Methodology for close-up studies – struggling with closeness and closure*. Higher Education, 46: 167-193
- Bundgaard, H., & Gammeltoft, T. (2018). Kapitel 1. Projektdesign: fra Idé til projekt. I H. Bundgaard, H. Mogensen, & C. Rubow (Eds.) (2018): *Antropologiske projekter: En grundbog*. Samfundslitteratur
- Carter-Harris, R., Leech, R., Hellyer, P., Murray, S., Feilding, A., Tagliazucchi, E., Chialvo, D. & Nutt, D. (2014): *The entropic brain: A theory of conscious states informed by neuroimaging research with psychedelic drugs*. Frontiers in Human Neuroscience, Volume 8, Article 20
- Fazelpour, S. & Thompson, E. (2015): *The Kantian Brain: brain dynamics from a neurophenomenological perspective*. Current Opinion in Neurobiology, Volume 31, 2015. Side 223-229
- Gallagher, S. & Zahari, D. (2010): *Bevidsthedens fænomenologi. En indføring i bevidsthedsfilosofi og kognitionsforskning*. Gyldendal
- Hammersley, Martyn (2006): *Ethnography: problems and prospects*. Ethnography and Education, Vol. 1, No. 1, March 2006, side 3-14
- Kirk, H. R. (2018): *Psychedelics and Entheogens: Implications of Administration in Medical and Non-Medical Contexts*. Oregon State University, Honors College
- Letheby, C. (2016): *The Philosophy of Psychedelic Transformation*. Department of Philosophy, School of Humanities. The University of Adelaide
- Li, J. H. (2018). *Shaping Ideals of Future Citizenry in Transnational Higher Education - An analysis of the formation of student subjectivities in a new transnational institutional environment*. Aalborg University. s. 33-38.
- Lifshitz, M. & Thompson, E. (2019). Kapitel 21: *What's wrong with "the mindful brain"? Moving past a neurocentric view of meditation*. Casting Light on the Dark Side of Brain Imaging. Academic Press, 2019. Side 123-128
- Lutz, A., Dunne, J. D. & Davidson, R. J. (2007). Kapitel 19: *Meditation and the Neuroscience of Consciousness: An Introduction*. I Zelazo, P.D., Moscovitch, M. & Thompson, E. (2007): *Cambridge Handbook of Consciousness*. Cambridge University Press
- Madsen, S. & Nielsen, T. (2018). Kapitel 5: *Brug brugerne – brugerindsigt som forandringsgrundlag*. I Mac, A. & Madsen, S. (red.) (2018): *Forandringsforståelse – balance mellem proces og resultat*. 1. udgave, 2. oplag. Samfundslitteratur

- McKenna, T. (1992): *Food if the Gods – A Radical History of Plants, Psychedelics and Human Evolution*. Rider Books, Ebury Publishing House. Penguin Random House
- Millière, R., Carhart-Harris, R. L., Roseman, L., Trautwein, F-M. & Berkovich-Ohana, A. (2018): *Psychedelics, Meditation, and Self-Consciousness*. Frontiers in Psychology, Volume 9, Article 1475
- Preller, K. & Vollenweider, F. (2018): *Phenomenology, Structure, and Dynamic of Psychedelic States*. I: Halberstadt, Vollenweider & Nichols (2018). Behavioral Neurobiology of Psychedelic Drugs. Current Topics in Behavioral Neurosciences (CTBN), Volume 36. Springer, Berlin, Heidelberg. S. 221-256
- Pollan, Michael (2019): How To Change Your Mind. Penguin Books 001
- Rendtorff, J. D. (2013). Kapitel 8: *Fænomenologien og dens betydning*. I Fuglsang, L., Olsen, P. B. & Rasborg, K. (red.) (2013): *Videnskabsteori i samfundsvidenskaberne – på tværs af fagkulturer og paradigmer*. 3. udgave, 1. oplag. Samfundslitterratur
- Rytter, M. & Olwig, K. F. (2018). Kapitel 11: *At snakke om det: Måder at interview på*. I H. Bundgaard, H. Mogensen, & C. Rubow (Eds.) (2018): *Antropologiske projekter: En grundbog*. Samfundslitteratur
- Saltofte Nielsen, M. (2016): *Pædagogisk Antropologi - et overblik.* 1. udgave, 1. oplag. Hans Reitzels Forlag
- Saugstad, T. (2001): *Teori og praksis i et aristotelisk perspektiv*. I: Petersen, Anna Karin (red.) (2001). Praktikker i uddannelse og erhverv. Akademisk Forlag, 188-210
- Seddon, M. (2014): *An Anthropological Analysis of Ayahuasca: Healing Paradigms, Science and Spirituality. (Identifying Neo-Enchantment)*. Sociology and Anthropology, School of Social Sciences. La Trobe University
- Shapka, J. D., Domene, J. F., Khan, S. & Yang, L. M. (2016): *Online versus in-person interviews with adolescents: An exploration of data equivalence*. Computers in Human Behaviour, Volume 58, May 2016, side 361-367
- Sheldrake, M. (2020): Svampenes Forunderlige Liv. 1. udgave, 2. oplag. Gyldendal
- Søndergaard, D.M. (1996): Tegnet på Kroppen. Køn: Koder og konstruktioner blandt unge voksne i akademia. S. 9-13 og 52-64
- Wulf, A. (2019): *Opfindelsen af naturen*. 1. udgave, 1. oplag. Gads Forlag
- Wulf, Christoph (2008): *Mimetic Learning*. Designs for Learning, 1 (1), 56-67
- Straube Brødsgaard, T. L. (2017): *Kræftbehandlede med senfølger og hverdagens arbejdsliv efter endt kræftforløb*. Kandidatspeciale 2017. Læring og Forandringsprocesser. Aalborg Universitet
- Zahavi, D. (2018): *Fænomenologi. En introduktion*. 1. udgave. Samfundslitteratur

Links til online interviews, dokumentarer og film

- Interview med Peter Sjöstedt: https://dreamflesh.com/interview/psychedelic-philosophy/
- Fantastic Fungi (2019) (Dokumentar af Louie Schwartzberg)
- Bekendtgørelsen om euforiserende stoffer, BEK nr. 950 af 23/06/2020: https://www.retsinformation.dk/eli/lta/2020/950
- Lexico online ordbog: https://www.lexico.com/definition/curandero)
- Merriam-Webster online ordbog: https://www.merriam-webster.com/dictionary/psychedelic#other-words

Som tang i en bølgezone

- en artikel om en undersøgelse af forandringsprocesser og bevidsthedsændrende oplevelser under indflydelse af psykedelika

Forfatter:
Emil Efferbach
Stud. Mag. i Læring- og forandringsprocesser; 10. semester: *Kandidatspeciale*
Aalborg Universitet København 2021
Anslag:

Forsidebillede: "Som tang i en bølgezone" ©Emil Efferbach, 2021

Artikel

> ”(…) *jeg har bare lyst til at alle skal prøve det, fordi at så man får den dér følelse af at... ja, hvor dejlig verden er, altså jeg tror virkelig... ja, jeg tror man vi- altså, jeg tror jeg ville være et meget bedre land hvis... du ved, et folk der kunne klare det ligesom havde prøvet sådan et svampetrip, altså jeg tror virkelig det sætter pi- tingene i perspektiv.*” (Bilag 2: 23)

Således udtaler én af mine informanter da jeg interviewede hende i forbindelse med min undersøgelse af oplevelser med bevidstheden under indflydelse af psykedeliske substanser, psykedelika. Det afslører for mig tankevækkende erkendelse om et muligt potentiale i disse forunderlige substanser, hvilket da også var en del af mit grundlag for at udarbejde hele mit kandidatspeciale (Efferbach, 2021). Jeg vil i det følgende opsummere essensen fra det speciale denne artikel er baseret på.

Undersøgelsens udgangspunkt

Indledningsvist startede jeg med at være nysgerrig efter at finde ud af om der eksisterer et potentiale i den menneskelige bevidsthed, de fleste af os ikke er opmærksomme på og om hvorvidt dette potentiale kan opleves, hvis man indtager psykedeliske substanser. Med psykedeliske substanser forstås det som de ’klassiske’ psykedelika, hvilket i min undersøgelse omfatter psilocybin (det aktive hallucinogen i de såkaldt ’magic mushrooms’), LSD og DMT (Preller & Vollenweider, 2018). Efter at have undersøgt hvilket aktuelle forskningsresultater der eksisterer om emnet fandt jeg, at de fleste fortrinsvist behandler psykedelikas potentiale i forhold til et lægeligt øjemed; som terapeutisk medicin til eksempelvis behandling af afhængighed, depression, angst og OCD (se eksempelvis Carter-Harris et al., 2014). Selvom forskningen indenfor psykedelika og bevidstheden stadigvæk er relativt ny, fandt jeg meget lidt materiale (se eksempelvis Letheby, 2016 og Kirk, 2018) der omhandlede psykedelikas bevidsthedsændrende *oplevelser*. Dette blev derfor min indgangsvinkel i mit problemfelt, og førte til følgende problemformulering: ”*Hvordan influerer oplevelser under indflydelse af psykedeliske substanser udvalgte individers måde at forholde sig til deres bevidsthed og oplevelser i hverdagen?*” (Efferbach, 2021: 16)

I fænomenologiens fodspor

I et forsøg på at besvare dette spørgsmål gik jeg fænomenologisk til værks; med et fokus på at undersøge udvalgte informanters oplevelser med psykedelika fandt jeg frem til tre informanter, for hvem jeg interviewede efterfølgende. Med et udgangspunkt i den fænomenologiske tradition anvendte jeg Dan Zahavi (2018) samt Gallagher & Zahavi (2011) som primære kilder, idet disse har redegjort for de begreber jeg anvendte i min undersøgelse meget nuanceret. Begreber som intentionalitet, intersubjektivitet, livsverden, perceptuel

holisme (Zahavi, 2018) og et jeg valgte at kalde den psykedeliske reduktion (Efferbach, 2021) men som har samme betydning som den fænomenologiske reduktion (Zahavi, 2018), blev anvendt igennem min undersøgelse af informanternes beskrivelser. Disse begreber er grundlæggende i fænomenologien og søger som udgangspunkt at undersøge det gensidige forhold mellem bevidstheden og verden, ikke som to fænomener der kan eksistere uafhængigt af hinanden men i stedet som to fænomener der udelukkende kan eksistere og fremtræde i kraft af hinanden (se eventuelt Zahavi, 2018). Dette harmonerede fint med det problemfelt jeg ønskede at undersøge, som netop omhandlede mine informanters sanselige og kropslige oplevelser, når det havde gennemført et trip på psykedelika.

Dem der oplever

Jeg udførte i undersøgelsen tre semistrukturerede interviews (Saltofte, 2016). Denne interviewform kan minde mere om en samtale, hvor mine spørgsmål ikke var for strukturerede, hvilket gerne skulle medføre at jeg ikke styrede mine informanter for meget for at opnå de 'rigtige' svar. Snarere var jeg interesseret i at høre mine informanter beskrive deres oplevelser med psykedelika, hvilket ligeledes medførte at jeg gennem undersøgelsen omdøbte disse informanter til oplevere; O1, O2 og O3 (Efferbach, 2021). De oplevelser mine oplevere beskrev, erfarede jeg efterfølgende, havde en slags procesforløb; mine informanter beskrev både deres oplevelser inden de indtog stofferne, deres 'set' (Letheby, 2016). Efterfølgende fortsatte de med beskrivelser af selve trippet, og alle deres oplevelser af bevidstheden under dette. Afslutningsvis beskrev de oplevelser og erfaringer med deres bevidsthed og livsverden efter deres trip var overstået. Dette medførte at jeg udarbejdede en særlig strategi (Efferbach, 2021) for resultatbehandlingen, hvilket jeg uddyber i det følgende afsnit.

Bølgens tre stadier

Jeg tog i analysestrategien (og den senere resultatbehandling) udgangspunkt i et citat fra min informant O3. Han beskriver på et tidspunkt en kropslig oplevelse under et trip på psilocybinholdige svampe på følgende måde:

> "(…) *det var ikke sådan man følte sig usikker på den, men man stod sådan og shakede lidt, og sådan* (…)" (Bilag 4: 10)

Han afrunder med følgende:

> "*Som sådan noget tang i, du ved, tang i en eller anden øh... i sådan en eller anden bølgezone, ik, hvor at sådan, det står sådan... og væver frem og tilbage nede under vandet dér* (…)" (Bilag 4: 10)

Dette blev efterfølgende både til titlen på mit speciale (Efferbach, 2021) og ligeledes på den model, jeg udarbejdede til analysestrategien (jf. Figur 3). Jeg delte resultatbehandlingen op i de tre stadier beskrevet i modellen, og tog herefter udgangspunkt i de respektive temaer, jeg kodede frem efter at have transskriberet mine interviews. Disse temaer havde til hensigt at illustrere mine opleveres proces gennem deres oplevelser med psykedelika; fra før et trip starter videre til selve trippet og afsluttende med deres oplevelser efter et trip er fuldendt. Dette gjorde jeg med henblik på at nuancere min besvarelse mest muligt.

Figur 3: "Som tang i en bølgezone" – en oversigt over psykedelikas oplevede indflydelse på bevidstheden før, under og efter et trip

I forhold til de nævnte temaer er det for læserens skyld vigtigt at gøre opmærksom på at en del af disse overlapper i forhold til tidligere models nævnte stadier (jf. Figur 3). Dette skyldes til dels at mine informanter i deres beskrivelser af og til reflekterede frem og tilbage i deres erfaringer når de eksempelvis beskrev deres oplevelser af deres trip.

Resultaterne

Igennem resultatbehandlingen tog jeg som nævnt udgangspunkt i de tre stadier som vist i modellen ovenfor (jf. Figur 3). I første stadie omhandlede resultaterne primært mine informanters forestillinger og forventninger til et psykedelisk trip. Jeg fandt, at informanternes intentionelle idé om, hvad de forventer at opleve under et trip har afgørende effekt på blandt andet det omtalte set (Letheby, 2016), og ligeledes hvorvidt den såkaldte oplevelse af selvets opløsning (se eventuelt Raphaël Millière et al., 2018).

I andet stadie behandlede jeg nu selve beskrivelserne af mine informanters trip. Her fandt jeg, at selvets opløsning lader til at kunne føre til en følelse af forbundethed med alt omkring mine informanter. Det var

dog kun O3 der rent faktisk oplevede dette, selvom O1 ligeledes beskriver denne følelse af at være forbundet (se eventuelt Efferbach, 2021). Jeg fandt ligeledes sammenhænge mellem mine informanters intersubjektive oplevelser; indflydelsen af andre mennesker tilstede under deres trips. I tredje og sidste stadie af resultatbehandlingen fandt jeg, at grundet psykedelika kunne der ses mulige ændringer i informanternes bevidsthed, deres DMN (Carter-Harris et al., 2014) og at de oplevede dette som en ny måde at opleve deres livsverden på. Disse oplevelser kom dog til udtryk på forskellige måder og ikke hos dem alle; eksempelvis nævnt O3 at hans oplevede ændringer snarere var noget han ikke regnede med at få ud af det, men at det ikke kom til udtryk i en ny bevidst måde at forholde sig til hans omverden på.

Hvilket leder mig fint til konklusionen af min undersøgelse og denne artikel.

Afslutningen

Selvom jeg i min undersøgelse fandt svar på min overordnede problemformulering, er der stadig en del, der indikerer potentiale i dette emne til videre forskning. Jeg fandt, at i mine informanters tilfælde er det helt afgørende, at deres oplevelser efter et trip bliver integreret i deres hverdag, før at de oplever bevidstheden ændret. Uanset hvem af informanterne der er tale om, var der sket en mærkbar ændring efter deres oplevelser; spørgsmålet blev, hvorvidt denne ændring kom til udtryk for dem bevidst. Dette kan både afhænge af deres set og setting før og under trippet, samt deres selvbevidsthed og intersubjektive oplevelse af dem selv i forhold til omverdenen. Heri ligger måske i virkeligheden psykedelikas største potentiale for vores bevidsthed; at blive i stand til at ændre hvordan vi oplever og erfarer os selv og verden, for så kan vi muligvis også blive i stand til ændre det narrativ der i så lang tid har hersket om disse forunderlige substanser.

Referencer

- Carter-Harris, R., Leech, R., Hellyer, P., Murray, S., Feilding, A., Tagliazucchi, E., Chialvo, D. & Nutt, D. (2014): *The entropic brain: A theory of conscious states informed by neuroimaging research with psychedelic drugs*. Frontiers in Human Neuroscience, Volume 8, Article 20
- Efferbach, E. (2021): *Som tang i en bølgezone*. Aalborg Universitet København
- Gallagher, S. & Zahavi, D. (2010): *Bevidsthedens fænomenologi. En indføring i bevidsthedsfilosofi og kognitionsforskning*. Gyldendal
- Kirk, H. R. (2018): *Psychedelics and Entheogens: Implications of Administration in Medical and Non-Medical Contexts*. Oregon State University, Honors College
- Letheby, C. (2016): *The Philosophy of Psychedelic Transformation*. Department of Philosophy, School of Humanities. The University of Adelaide
- Millière, R., Carhart-Harris, R. L., Roseman, L., Trautwein, F-M. & Berkovich-Ohana, A. (2018): *Psychedelics, Meditation, and Self-Consciousness*. Frontiers in Psychology, Volume 9, Article 1475

- Preller, K. & Vollenweider, F. (2018): *Phenomenology, Structure, and Dynamic of Psychedelic States*. I: Halberstadt, Vollenweider & Nichols (2018). Behavioral Neurobiology of Psychedelic Drugs. Current Topics in Behavioral Neurosciences (CTBN), Volume 36. Springer, Berlin, Heidelberg. S. 221-256
- Saltofte Nielsen, M. (2016): *Pædagogisk Antropologi - et overblik.* 1. udgave, 1. oplag. Hans Reitzels Forlag
- Zahavi, D. (2018): *Fænomenologi. En introduktion*. 1. udgave. Samfundslitteratur